

Витошкина Мария Сергеевна, магистрант,
Государственный гуманитарно-технологический университет

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ АДАПТАЦИОННОГО ПЕРИОДА ОБУЧАЮЩИХСЯ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЫ

Аннотация. В статье раскрывается сущность понятий «адаптация» и «психолого-педагогическое сопровождение», определяется их взаимосвязь и влияние на успешность включения ребёнка в систему школьного обучения. Обоснована необходимость комплексного подхода к организации сопровождения, как эффективного средства коррекции и профилактики трудностей адаптации. Представлены результаты экспериментального исследования, подтверждающие эффективность предложенной программы психолого-педагогического сопровождения, направленной на снижение уровня школьной тревожности, повышение учебной мотивации и формирование положительного эмоционального отношения к образовательной деятельности.

Ключевые слова: Адаптация, первоклассники, психолого-педагогическое сопровождение, образовательная среда, школьная тревожность, мотивация, арт-терапия, программа сопровождения.

Актуальность: В условиях модернизации современного образования и трансформации социокультурной среды проблема адаптации первоклассников приобретает особую значимость. Начало обучения в школе сопровождается серьёзными изменениями в образе жизни ребёнка, его социальной роли, системе отношений и характере деятельности. Успешность прохождения адаптационного периода во многом определяет дальнейшее психологическое благополучие, учебную мотивацию и социальную успешность младшего школьника.

В последние годы наблюдается тенденция к усложнению процесса адаптации детей к школе. Это обусловлено совокупностью факторов: развитием цифровых технологий, изменениями в структуре семьи, ростом миграционных процессов, повышением требований образовательных стандартов, ухудшением состояния здоровья учащихся, увеличением числа детей с особыми образовательными потребностями, а также значительной долей первоклассников, не посещавших дошкольные учреждения. Дополнительную трудность создаёт возрастная особенность современных учащихся — начало школьного обучения в шесть лет, когда психофизиологическая готовность к систематическому обучению ещё недостаточно сформирована.

В этих условиях особую актуальность приобретает психолого-педагогическое сопровождение, обеспечивающее целостную поддержку ребёнка в процессе его вхождения в образовательную среду. Согласно Федеральному закону «Об образовании в Российской Федерации», психолого-педагогическая поддержка направлена на консультирование, коррекционно-развивающую работу, профилактику дезадаптационных проявлений и содействие успешной социализации обучающихся.

Возрастающий интерес научного сообщества к вопросам школьной адаптации (Н.И. Гуткина, Р.В. Овчарова, И.В. Дубровина, М.М. Безруких, М.Р. Битянова, А.В. Петровский и др.) подтверждает актуальность проблемы, поскольку именно на данном этапе закладываются основы дальнейшего личностного и познавательного развития ребёнка. В этой связи исследование механизмов успешной адаптации и разработка эффективных мер психолого-педагогического сопровождения первоклассников представляют собой одну из приоритетных задач современной педагогической науки и практики.



Цель исследования: теоретически обосновать, разработать и апробировать программу психолого-педагогического сопровождения адаптационного периода первоклассников в образовательной среде начальной школы.

Изучение теоретических основ психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассника в образовательной среде начальной школы позволяет сделать следующие выводы.

Адаптация первоклассников – это процесс активной интеграции и изучения ребенком образовательной среды, усвоения норм поведения, которые создают гармонию в его отношениях с окружающим миром. Адаптация к школе для первоклассников представляет собой активный период ознакомления с новым социальным пространством и освоения моделей поведения, способствующих установлению гармоничных взаимоотношений с окружающим миром. В ходе этого процесса, при поддержке родителей, учителей начальных классов и школьного психолога, ребёнок учится адаптироваться к изменившимся условиям.

Психолого-педагогическое сопровождение адаптации первоклассника – это комплекс действий педагогических работников, направленный на создание определенных условий в образовательной организации, которые будут способствовать сохранению и укреплению психологического здоровья обучающихся и развитию у них всех видов образовательных результатов (личностных, метапредметных и предметных) в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования.

В начальный период обучения, особенно в первом триместре, целесообразно активно использовать методы, применяемые в дошкольном образовании, плавно переходя к школьным приемам. Такой подход обеспечит более плавный переход от детского сада к школе и снизит стресс, связанный с адаптацией.

В рамках проведённого исследования нами была разработана и апробирована программа психолого-педагогического сопровождения адаптационного периода первоклассников в образовательной среде начальной школы. Программа была направлена на содействие успешной адаптации детей к условиям школьного обучения, формирование положительной учебной мотивации, снижение уровня тревожности и развитие коммуникативных навыков.

Основная идея программы заключалась в создании благоприятных психологических условий для вхождения ребёнка в новую социальную ситуацию развития — роль школьника. Программа строилась с опорой на личностно-ориентированный и деятельностный подходы и предусматривала использование игровых, тренинговых и арт-терапевтических технологий, способствующих формированию эмоциональной устойчивости, уверенности в себе и позитивного отношения к процессу обучения.

В исследовании приняли участие 30 первоклассников, разделённых на контрольную и экспериментальную группы по 15 человек. Исследование включало три последовательных этапа:

- констатирующий, направленный на диагностику исходного уровня школьной адаптации;
- формирующий, включающий реализацию разработанной программы;
- контрольный, предусматривающий повторную диагностику и оценку эффективности проведённой работы.

На констатирующем этапе с помощью методик Н.Г. Лускановой, А.М. Прихожан и теста «Моё настроение в школе» были выявлены низкий уровень учебной мотивации, повышенная тревожность и эмоциональная неустойчивость у части первоклассников. На основе полученных данных программа сопровождения была индивидуализирована с учётом возрастных и личностных особенностей детей.

Программа «Я теперь школьник» включала цикл занятий, направленных на развитие эмоциональной сферы, формирование позитивного отношения к школе и укрепление навыков



социального взаимодействия. В ходе реализации применялись игровые технологии, методы арт-терапии, упражнения на развитие саморегуляции и уверенного поведения.

Контрольный этап показал положительную динамику: в экспериментальной группе значительно повысился уровень учебной мотивации, снизилась школьная тревожность, улучшился эмоциональный фон и взаимодействие в детском коллективе. Учащиеся стали проявлять большую активность, интерес к учебному процессу и уверенность в своих силах.

Проведённое исследование подтвердило, что успешная адаптация первоклассников к условиям школьного обучения во многом определяется наличием системного психолого-педагогического сопровождения, основанного на принципах личностно-ориентированного подхода, индивидуализации и сотрудничества всех участников образовательного процесса. Разработанная и апробированная программа сопровождения «Я теперь школьник» доказала свою эффективность: она способствует формированию положительной учебной мотивации, снижению уровня школьной тревожности, развитию эмоциональной устойчивости и коммуникативной компетентности учащихся.

Комплексное психолого-педагогическое воздействие, включающее диагностику, коррекционно-развивающую и профилактическую работу, обеспечивает комфортное вхождение ребёнка в школьную среду, гармонизирует его эмоциональное состояние и формирует основу для дальнейшего личностного и учебного развития. Полученные результаты могут быть использованы в практике педагогов и школьных психологов для оптимизации адаптационного периода и повышения эффективности образовательного процесса в начальной школе.

Список литературы:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 N 273-ФЗ (последняя редакция) [Электронный ресурс]. URL: http://www.consultant.ru/document/cons_doc_LAW_140174/ (дата обращения: 13.08.2025).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования [Электронный ресурс]. URL: <https://www.garant.ru/products/ipo/prime/doc/400807193/?ysclid=ldk6e0g8tt363574734> (дата обращения: 13.07.2025).
3. Власова М. В. Адаптация первоклассников / М. В. Власова // Вестник научных конференций. – 2022. – № 8-1 (84). – С. 18-20.
4. Галахова Т. В. К вопросу об адаптации первоклассников к условиям школьного обучения / Т. В. Галахова // В сборнике : Психолого- педагогическое сопровождение обучающихся в пространстве образования. Материалы IV Всероссийской с международным участием научнопрактической конференции педагогов и психологов, социальных педагогов системы образования, молодых ученых, студентов и обучающихся. – 2023. – С. 368-370.
5. Гессен С. И. Основы педагогики. Введение в прикладную философию / И. С. Гессен. – М. : «Школа-Пресс», 1995. – 376 с.
6. Гуткина Н. И. Психологическая готовность к школе: Руководство практического психолога / Н. И. Гуткина. – Москва : Академический проспект. – 2017. – 312 с.
7. Закирова А. М. Адаптационный период первоклассников / А. М. Закирова // В сборнике : Общество, государство, личность: влияние цифровых технологий. Материалы XXII Международной научнопрактической конференции студентов, магистрантов, аспирантов и молодых 66 ученых. – Казань, 2022. – С. 175-178.
8. Комлева З. С. Адаптация первоклассников к школьной среде / З. С. Комлева // Студенческий. – 2022. – № 31-2 (201). – С. 8-10.

