

Загребова Татьяна Викторовна

студентка

Научный руководитель

Пазухина Светлана Вячеславовна

почетный профессор Российской академии образования,

член-корреспондент Российской академии естествознания,

член Общероссийской общественной организации

«Федерация психологов образования России»,

д-р психол. наук, доцент, заведующая кафедрой, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный

педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

УПРАВЛЕНИЕ ОПТИМИЗАЦИЕЙ СОЦИАЛЬНО- ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

***Аннотация:** в статье представлены результаты теоретико-эмпирического исследования проблемы социально-психологической адаптации первоклассников к образовательной среде. Обосновывается структурно-функциональная модель управления процессом оптимизации адаптации, включающая целевой, содержательный, организационно-деятельностный и оценочно-результативный компоненты. Описана авторская коррекционно-развивающая программа «Здравствуй, школа!» (20 занятий) и результаты её апробации на группе риска ($n = 8$). Выявлена положительная динамика по показателям учебной мотивации, школьной тревожности и социальной включённости.*

***Ключевые слова:** социально-психологическая адаптация, первоклассники, управление адаптацией, модель, коррекционно-развивающая программа, школьная тревожность, учебная мотивация.*

Начало школьного обучения является критическим периодом, характеризующимся сменой социальной ситуации развития, появлением учебной деятельности как ведущей и необходимостью принятия новых норм и правил. Согласно

эмпирическим данным, от 15 до 30% первоклассников испытывают выраженные трудности адаптации – повышенную тревожность, снижение учебной мотивации, нарушения поведения [2]. Современные нормативные документы (ФГОС НОО, ФООП НОО, СанПиН) прямо указывают на необходимость создания психолого-педагогических условий для успешной адаптации детей и их психологической безопасности. Однако анализ литературы показывает отсутствие целостных моделей управления адаптационным процессом в общеобразовательной организации, разрозненность диагностических подходов и недостаточную координацию усилий субъектов образовательного процесса (администрации, психолога, учителя, родителей). Цель настоящего исследования – теоретически обосновать, разработать и апробировать модель управления оптимизацией социально-психологической адаптации первоклассников и комплексное методическое обеспечение её реализации.

Исследование базировалось на системном подходе (П.К. Анохин, В.Г. Афанасьев), деятельностном подходе (А.Н. Леонтьев, Д.Б. Эльконин) и концепции внутренней позиции школьника (Л.И. Божович). Была разработана структурно-функциональная модель управления, включающая четыре взаимосвязанных компонента: целевой (цель и задачи оптимизации адаптации), содержательный (направления работы: адаптивная образовательная среда, работа с учителем, детьми, родителями), организационно-деятельностный (этапы управленческого цикла: диагностико-прогностический, проектировочный, реализационный, контрольно-оценочный) и оценочно-результативный (критерии эффективности, обратная связь).

Эмпирическое исследование проводилось на базе МБОУ «Центр образования №8 им. Героя Советского Союза Л.П. Тихмянова» г. Тулы. Участники – 34 первоклассника (19 мальчиков, 15 девочек). Диагностическая программа включала 8 методик, оценивающих мотивационно-личностный, эмоционально-волевой, поведенческо-деятельностный и социальный компоненты адаптации: анкета Н.Г. Лускановой, методика М.Р. Гинзбург, проективная методика школьной тревожности А.М. Прихожан, тест «Домики» О.А. Ореховой, шкалы экспертной

оценки для учителя (М.Н. Гаврилова, О.А. Дмитриева и др.). На констатирующем этапе была выделена группа риска (8 человек – 23,5%). Для них разработана коррекционно-развивающая программа «Здравствуй, школа!» (20 занятий, длительностью 30–35 минут, проводимые 2–3 раза в неделю). Программа включала пять блоков: формирование безопасной среды (2 занятия), эмоциональная регуляция (5 занятий), формирование образа школы (6 занятий), развитие коммуникации (5 занятий), развитие произвольности (2 занятия). После реализации проведён контрольный срез с повторной диагностикой.

В таблице 1 представлена динамика показателей в группе риска (n = 8).

Таблица 1

Динамика показателей адаптации первоклассников группы риска

Показатель	Констатирующий этап	Контрольный этап	Динамика
Уровень учебной мотивации (баллы Лукановой)	13,0 (низкий)	17,9 (внешний/средний)	↑ 4,9 балла
Количество тревожных выборов (Прихожан)	8,75	6,63	↓ 2,12
Познавательная активность (баллы, 1–3)	1,5	2,125	↑ 0,625
Регуляция поведения (баллы, 1–3)	1,125	2,0	↑ 0,875
Социальная включённость (баллы, 1–3)	1,375	2,25	↑ 0,875

У 6 из 8 детей (75%) статус изменился с «группа риска» на «средний уровень адаптации». Доля успешно адаптированных первоклассников по всей выборке (N = 34) выросла с 29,4% до 47,1%, доля группы риска снизилась с 23,5% до 8,8%. Наиболее выраженная позитивная динамика зафиксирована по критериям «регуляция поведения» и «социальная включённость». У 87,5% детей группы риска повысился уровень учебной мотивации, у 75% произошёл сдвиг от внешних и игровых мотивов к социальным и познавательным (по методике М.Р. Гинзбург).

В рамках реализации модели проведены просветительские мероприятия для родителей: родительские собрания («Особенности адаптации первоклассников»,

«Итоги адаптационного периода»), лекторий-практикум по снижению тревожности, семинар-тренинг по развитию учебной мотивации. Разработаны и внедрены методические рекомендации для педагогов и родителей (создание эмоционально-безопасной среды, использование игровых методов, режим дня, поддержка самооценки).

Полученные результаты подтверждают выдвинутую гипотезу: управление процессом оптимизации адаптации эффективно при реализации структурно-функциональной модели, комплексной диагностики и системной коррекционно-развивающей работы.

Разработанная и апробированная модель управления оптимизацией социально-психологической адаптации первоклассников доказала свою эффективность. Комплексная диагностическая программа позволяет объективно выделить детей группы риска. Коррекционно-развивающая программа «Здравствуй, школа!» может быть рекомендована для использования педагогами-психологами общеобразовательных организаций. Предложенные психолого-педагогические рекомендации способствуют созданию условий для успешной адаптации первоклассников.

Список литературы

1. Разработка инструмента оценки школьной адаптации / М.Н. Гаврилова, О.А. Дмитриева, М.С. Асланова, Н.А. Руднова // Психологическая наука и образование. – 2024. – Т. 29. №6. – С. 114–128. DOI 10.17759/pse.2024290608. EDN HLMZVT
2. Лусканова Н.Г. Анкета «Оценка уровня школьной мотивации» / Н.Г. Лусканова // Школьный психолог. – 2016. – №9. – С. 8–9.
3. Прихожан А.М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст / А.М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2007. – 192 с. EDN QXSALV
4. Реан А.А. Психология адаптации личности / А.А. Реан, А.Р. Кудашев, А.А. Баранов. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2020. – 480 с.