



Департамент образования и науки г. Москвы  
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение «Школа № 1582»

ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
ОБЩЕКУЛЬТУРНОГО НАПРАВЛЕНИЯ

в рамках блока дополнительного образования социально-педагогической направленности

**ДАВАЙТЕ ПОЗНАКОМИМСЯ**

Чубанова Евгения Александровна

Аралова Юлия Дмитриевна

Игнатова Оксана Валерьевна

Шарапова Ирина Сергеевна

Лукина Вероника Игоревна

Литовская Диана Юрьевна

Шувалова Лариса Сергеевна

(Педагог (фамилия, имя, отчество))

Срок реализации: 1 год.

Возраст детей: 7-10 лет.

Программа принята  
педагогическим советом ГБОУ  
Школа 1582  
Протокол № 1 «30» августа 2019

Г. Москва, 2019

## Пояснительная записка.

Первый год обучения в школе - чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребенка. Меняется его место в системе общественных отношений, меняется весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы.

Кроме того, ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение.

Психологи указывают на то, что для многих первоклассников, и особенно шестилеток, трудна социальная адаптация, так как не сформировалась еще личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности.

В этот период как никогда остро встает вопрос, как помочь ребенку без ущерба для здоровья научиться выполнять новые правила и требования учителя, как плавно и безболезненно перейти от игровой к новой, очень сложной учебной деятельности. Сделать этот шаг помогает период адаптации к школьному обучению.

Термин "адаптация" имеет латинское происхождение и обозначает приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды. Понятие адаптации непосредственно связано с понятием "готовность ребенка к школе" и включает три составляющие: адаптацию физиологическую, психологическую и социальную, или личностную. Все составляющие тесно взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения, самочувствии и состоянии здоровья первоклассника, его работоспособности, умении взаимодействовать с педагогом, одноклассниками и подчиняться школьным правилам.

Наблюдения за детьми, поступающими в школу, показывают, что наиболее тяжело адаптируются к ней дети с ослабленным здоровьем, часто болеющие, имеющие нервные расстройства, дети с эмоциональной неустойчивостью, импульсивностью, гиперактивностью, а также дети, недостаточно подготовленные к обучению в школе. Анализ семейного положения детей говорит, что тяжелее адаптируются дети, являющиеся единственными в семье, чрезмерно опекаемые родителями, привыкшие к исключительному вниманию, неспособные наладить контакт со сверстниками, а также ребята из неблагополучных семей, где родители уделяют им недостаточно внимания и не интересуются школьной жизнью ребёнка, где часто возникают конфликты, усугубляющие стрессовое состояние ребёнка. Более тяжёлым процесс адаптации оказывается для детей не посещавших дошкольные учебные заведения, этим ребятам сложно строить отношения с одноклассниками привыкать к строгому распорядку дня.

Исходя из этого, можно сделать вывод о необходимости психолого-педагогического сопровождения первоклассников в период адаптации, цель которого - помочь ребятам познакомиться друг с другом, с учителями, со школой и школьными правилами.

Диагностика первоклассников нашей школы показывает, что в разные годы от 20 до 80<sup>0,4</sup> детей испытывают определённые сложности в период адаптации. Анализ семейного положения детей первого класса, уровня их готовности к школе, уровня мотивации к учебной деятельности показал, что многие первоклассники переживают адаптационный

стресс, т.к. необходимость общения с новыми людьми и незнакомая обстановка лишают ребенка ощущения безопасности и защищенности.

Все вышеперечисленное и явилось причиной создания данной программы. Программа адаптационных занятий для первого класса «Мы — школьники» является подпрограммой школьной программы адаптации первоклассников и разработана для обучающихся классов с учетом результатов диагностики готовности детей к обучению в школе. Занятия входят в систему психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников к школе, поэтому в ходе их проведения проходят консультации с психологом на протяжении всего учебного года, встречи с родителями детей индивидуально и на родительских собраниях.

Цель программы: создать психолого-педагогические условия, обеспечивающие благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.

### Задачи программы;

1. Познакомить детей друг с другом, создать условия для формирования сплочённости классного коллектива.
2. Создать условия для формирования эмоционально-положительного отношения детей к школе. Познакомить детей с правилами школьной жизни.
3. Развивать у детей навыки общения, способствовать формированию межличностных отношений, основанных на эмпатии, уважении, доверии друг к другу, толерантности.
4. Создать условия, способствующие интенсивному развитию познавательных возможностей детей.

Принципы, на которых основана программа:

1. Принцип гуманизации отношений. Построение всех отношений на основе человекоцентристской направленности, уважении и доверии к ребёнку, на стремлении привести его к успеху.
2. Принцип преемственности как связь качественно различных стадий развития личности, степени её самостоятельности и ответственности.
3. Принцип соответствия типа сотрудничества психологическим возрастным особенностям учащихся и типу ведущей деятельности. Исходной формой освоения любой информации в школе является сотрудничество ребёнка и взрослого, которое позволяет сделать ребёнка добросовестным и заинтересованным соратником, единомышленником учителя в своём же развитии, равноправным участником педагогического пространства.

Адаптация ребенка к школе — довольно длительный процесс и сроки адаптации первоклассников могут быть различными. Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения. Однако установлено, что у 20 - 30 % шестилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения.

В связи с этим программа рассчитана на 1 учебный год и включает в себя 3 блока занятий:

1. «Здравствуй, школа»;
2. «Мы теперь ученики»;
3. «Успешный школьник».

Основная форма работы: групповая - занятия проводятся одновременно со всем классом.

Формы и методы работы, используемые в данной программе: игровые задания и упражнения психологического характера, творческие задания, обсуждение с детьми выполненных заданий, обобщение результатов некоторых заданий в виде общих выставок и композиций, помогающих осваивать пространство класса. рисуночные методы, метод направленного воображения, подвижные игры, развивающие, коррекционные упражнения, диагностические задания, игры - драматизации, тематическое рисование и др.

Особенности организации занятий:

- положительный эмоциональный настрой;
- широкое использование игровых и творческих заданий, упражнений психологического характера; • большинство занятий проводятся в кругу, так как круг - это, прежде всего, возможность открытого общения, он создаёт ощущение целостности, завершённости, придаёт гармонию отношениям детей, облегчает взаимопонимание; • начинается занятие с обязательного «Приветствия», заканчивается рефлексией.

## Содержание программы

### 1 блок «Здравствуй, школа»

Данный блок включает 12 занятий, которые проводятся 1 раз в неделю. Длительность занятия 35 минут.

Основная цель занятий Данного блока - введение ребенка в новую систему отношений, освоение детьми организационных навыков и умений для учебы в школе.

Задачи.

- познакомить с основными школьными правилами;
- прививать навыки индивидуальной, парной, коллективной и самостоятельной работы;
- обучать элементарным приемам общения;
- развивать внимание, память, мышление, воображение; • создать условия для формирования классного коллектива.

### Тематический план

11,61	Тема занятия, цель	СоДержание занятия	Колво часов
1	«Здравствуйте, это Я!» - Знакомство первоклассников с учителем и друг с другом	”Что я люблю?”, ”Росточек под солнцем”, ”Солнечный зайчик”, игра «Найди пару по голосу», ”Благодарю тебя“	1
2	«Волшебная дверь в школьный мир» - познакомить с пространственнопредметным устройством школы, развитие пространственного мышления	Прогулка по школе, игра «Узнай по описанию», упр. «Интервью» рисование «Что мне больше всего понравилось»	1
3	«Улыбнись и станет всем светлей» - Знакомство первоклассников друг с другом и правилами поведения в	Игра «Угадай настроение», упр. «Повтори за мной», упр.	1

	школе, развитие коммуникативных навыков.	«Возьми и передай», упр. с элементами релаксации «Ручеёк радости», игра «Ладочки».	
4	«Играть в школе? Можно!» - Осознание детьми разницы между статусом школьника и дошкольника.	Упр. «Любимая игрушка», игродраматизация по сказке М.А.Панфиловой «Игры в школе», и а «Реек».	1
5	«У кого в порядке книжки, ручки и тетрадки?» - Помощь детям в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в обществе.	Ита «Волшебная мельница», чтение и обыгрывание сказки М.А.Панфиловой «Собирание портфеля», упр. «Наведи порядок», п. «Благодарю тебя».	1
6	«Мы все такие разные» - формирование наблюдательности и эмпатии по отношению друг к другу, позитивной самооценки	Игра «Поезд», упр. «Ласка», упр. «Дерево», игра «Найди одинаковые листочки», упр. «Паутинка: я — особенный», п. «Благодарю тебя»	1
7	«Чем мы похожи» -- формированию наблюдательности и эмпатии по отношению друг к другу, навыка взаимодействия.	Упр. «Улыбка», игра «Меняются местами те, кто», игра «Чем мы похожи». игра «Дрозд».	1
8	«Для чего дети ходят в школу» - Осознание детьми своего нового статуса школьника.	Упр. «Приветствие», игродраматизация по сказке «Лесная школа», упр. «Неоконченные предложения», . «Ритм по к	1
9	«Школьные правила» - Знакомство первоклассников с правилами поведения в школе, развитие коммуникативных навыков	Упр. «Нравится — не нравится», чтение и обсуждение сказки М.А.Панфиловой «Школьные правила»,	1
10	«Школьные правила» - Знакомство первоклассников с правилами поведения в школе, развитие коммуникативных навыков	Упр. с элементами театрализации «Дорога», упр. «Мост», игра «Собери цветы»,	1
1112	«Букет для друзей» - формирование навыков взаимодействия, развитие творческих способностей первоклассников	коллективный рисунок «Букет для друзей», упр. «Благодарю тебя».	2
	Итого:		12

## 2 блок «Мы теперь ученики!»

Данный блок включает 12 развивающих занятий, которые проводятся 1 раз.

Продолжительность занятий 40 минут.

Цель развивающей деятельности на данном этапе обучения - создание социальнопсихологических условий для успешной адаптации первоклассников к ситуации

школьного обучения. Достижение этой цели возможно в процессе реализации следующих задач:

1. развивать у детей когнитивные умения и способности, необходимые для успешного обучения в начальной школе;
2. развивать у детей социальные и коммуникативные умения, необходимые для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами;
3. формировать устойчивую учебную мотивацию на фоне позитивной Я — концепции детей, устойчивой самооценки и низкого уровня школьной тревожности.

#### Тематический план

	Тема занятия, цель	Содержание занятия	Колво часов
1-2	«какой Я? Какой ты?» - формирование позитивной самооценки, доброжелательного отношения друг к другу.	Игра "Что моя вещь знает обо мне", упр. "Аплодисменты", упр. «За что меня любит мама», игра «Я похож на.. ., мой друг похож на (апельсин)», п . «Я очень хо ший»	2
3	«Школа дружбы» -выработать правила совместной деятельности, дружной и честной игры	Упр."Встаньте те, кого зовут... ", "Превращения", упр. «Ссора», игра "Заколдованное дерево" игра «Паутинка: правила дружбы», совместный ис ок «Наш класс».	1
4-5	«Госпожа Аккуратность» о ми вание классного коллектива, развитие навыков самообслуживания.	Упр. «Сравнения», чтение и беседа по сказке «Госпожа акк атность», упр. «Волшебная шкатулка», упр. «Помощники».	2
6	«Сладкая проблема» - познакомить детей с правилами и нормами школьной жизни; -обучить детей адекватным способам аз ешения кон ликтов.	Упр. «Приветствие», игра «Сладкая проблема», упр. «Спасибо за прекрасный день».	1
7-8	«Азбука вежливости» - формирование коммуникативных навыков, навыков взаимодействия со сверстниками, создание доброжелательной атмосферы, сплочение коллектива.	Игра «Поезд», упр. «Письмо», игра «Помоги лесным зверьям помириться», игра «Доскажи словечко», упр. «Волшебные слова», упр. «Подари улыбку».	2
9	«Давайте говорить друг другу комплименты» - знакомство детей с основными видами эмоций человека, их проявлениями; - развитие коммуникативных навыков; - сплочение коллектива.	Упр. «Приветствие», игра «Путешествие», игра с элементами релаксации «Одуванчики», упр. «Угадай настроение», упр. "Комплименты", упр. "Мои впечатления"	1

1011	«Учимся работать дружно» - создать условия для сплочения коллектива, - развивать навыки доброжелательного общения, коллективной работы.	Упр. «Я сегодня похож на...», игра — драматизация «Снеговик», упр. «Строим снеговика», упр. «Снегопад», упр. «Мне понравилось».	2
12	«Мечты» - развитие навыка взаимодействия, умения принимать решение, находить компромиссы в сложной ситуации.	Упр. «Повтори движение», упр. «Золотая рыбка», упр. «Незаконченные предложения», рисование на тему «Моя мечта».	1
	Итого:		12

### 3 блок «Успешный школьник»

Данный блок включает 12 развивающих занятий, которые проводятся 1 раз.

Продолжительность занятий 45 минут.

Цель занятий данного блока: создание благоприятных условий для формирования успешности каждого ребёнка и коллектива в целом.

Задачи:

1. создать условия для формирования и развития познавательных процессов и навыков;
2. создать условия для формирования и развития внутренней позиции школьника;
3. создать условия для развития умения занять социально одобряемую и продуктивную позицию в общении с педагогом и одноклассниками;
4. формировать в ученической среде положительного микроклимата, доброжелательной атмосферы, эмоционального комфорта;
5. способствовать улучшению взаимодействия, развитию сплоченности классного коллектива.

### Тематический план

	Тема занятия, цель	Содержание занятия	Кол-во часов
1	«Волшебная подушка» - создание условий для определения эмоциональных состояний;	Упр. «Ласковое имя», упр. «Волшебная подушка», упр. «Дерево желаний», «Ладони».	1
	формирование эмпатии по отношению друг к другу		
2-3	«Добрый день» - формирование у детей навыков позитивного взаимодействия с одноклассниками и учителем; повышение самооценки; развитие творческих способностей детей.	Игра «Здороваемся поинтересному», упр. «Волшебная катушка», игра «Море», упр. «Настроение и походка», рисование «Доброе солнышко», упр. «Мое настроение».	2
4-5	«Дарим добро» - формирование у детей навыков позитивного взаимодействия с одноклассниками и учителем; - повышение самооценки;	Упр. «Сравнения», игра «Злой — добрый», упр. «Незаконченные предложения», упр. «Ситуации», упр. «Ученик дня», упр. «Солнце в ладошке».	2

6	«Аплодисменты» - повышение самооценки; -развитие творческих способностей детей.	Упр. "Подари улыбку», игра «Аплодисменты», игра «Концерт», упр. «Мои впечатления».	1
7-9	«Оценка и самооценка» формирование у детей навыка позитивного оценивания результатов своей деятельности	Игра «Паровозик», упр. «В школе и дома», игра «Учитель», упр. «Оценка», упр. «Пожелания».	3
10	«Путешествие» - развитие коммуникативных навыков; сплочение пы	Игра «Волшебное колечко», упр. «Ручеёк радости».	1
11	«Приятные воспоминания» - развитие навыка коллективного взаимодействия, творческих способностей, сплочение коллектива	Упр. «Неоконченные предложения», упр. «Цветы», упр. «Дерево», игра «Живая фотография», упр. «Имп льс»	1
12	«Если бы...» - развитие коммуникативных навыков; - развитие творческих способностей.	Упр, «Комплименты», упр. «Ассоциации», игра «Вол-шебная школа», коллектив-ная работа «Коллаж «Мой класс», игра «Б аво!».	1
	Итого:		12
13	О ганизационные ме оп иятия.		2
	Всего часов за год:		38

#### Планируемый результат реализации программы

Реализация программы адаптационных занятий для обучающихся первого класса «Давайте познакомимся» должна обеспечить благоприятное течение адаптации первоклассников к обучению в школе. Данный результат отслеживается по следующим параметрам: 1. сохранение физического, психического и социального здоровья детей;

2. установление контакта с учащимися, с учителем;
3. формирование адекватного поведения;
4. овладение навыками учебной деятельности;
5. повышение уровня коммуникабельности детей;
6. повышение уровня сплочённости классного коллектива.

В процессе реализации программы используются различные диагностические методики:

1. наблюдение педагога;
2. опрос родителей;
3. карта адаптации первоклассника;
4. рисуночный тест «Что мне нравится в школе»;
5. анкетирование «Оценка уровня школьной мотивации»;
6. проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций "Домики";
7. тестирование умственной работоспособности перво классников в начале и конце учебных занятий (таблица Анфимова);
8. анализ медицинской статистики.



## Список литературы:

1. Г.А. Щерман, К.Н. Поливанова Введение в школьную жизнь: Программа адаптации детей к школьной жизни - М.: Московский центр качества образования, 2010. - 120 с.
2. Ключева, Н.В. Учим детей общению. Характер, коммуникабельность [Текст]: популярное пособие для родителей и педагогов / Н.В. Ключева, 10.13. Касаткина. Ярославль: Академия развития, 1997. - 240 с.
3. Орехова, О.А. Цветовая диагностика эмоций ребенка [Текст]: популярное пособие для родителей и педагогов / О.А. Орехова. -СПб., 2002.- 215 с.
4. Овчерова, Р.В. «Практическая психология в начальной школе» [Текст]: учебнопрактическое пособие / Р.В. Овчерова. - М., Сфера, 1996г. — 286 с.
5. Петровский, В.А. Учимся общаться с ребёнком [Текст] : руководство для воспитателя детского сада / В.А. Петровский, ХМ. Виноградова, Л.М. Кларина, Л.П. Стрелкова, К.Н. Поливанова, Г.А. Цукерман. - М.: Просвещение, 1993. - 191 с.
6. Тимофеев, В., Филимоненко, Ю. Краткое руководство практическому психологу по использованию цветового теста М.Люшера [Текст]: учебно-практическое пособие / В.Тимофеев, Ю. Филимоненко. - М., 1995.- с.
7. Урунтаева, Т.А, «Практикум по детской психологии» [Текст]: Т.А. Урунтаева. - М.: Просвещение, 1995г.- 240 с.
8. Фопель, К, «Как научить детей сотрудничать?» [Текст]: учебно-практическое пособие / К М.Фопель. - М.: Генезиса 999г.
9. Чистякова, М.И. «Психогимнастика» [Текст]: популярное пособие для родителей и педагогов / М.И. Чистякова. -М.: Просвещение, 1990г.- 215 с.
10. Ясюкова Л.А. Методика определения готовности к школе. Прогноз и профилактика проблем обучения в начальной школе [Текст]: методическое руководство / Л.А. Ясюкова. - М., 1999.-278 с.

## Приложение

### 1. Проективный тест личностных отношений, социальных эмоций и ценностных ориентаций "Домики".

Методической основой теста является цвето-ассоциативный эксперимент, известный по тесту отношений А.Эткинда. Тест разработан О.А.Ореховой и позволяет провести анализ эмоционального отношения ребенка к школе.

Для проведения методики необходимы следующие материалы:

1. Лист ответов.
2. Восемь цветных карандашей: синий, красный, желтый, зеленый, фиолетовый, серый, коричневый, черный. Карандаши должны быть одинаковыми, окрашены в цвета, соответствующие грифелю.

Исследование лучше проводится с группой первоклассников —10-15 человек, детей желательно рассадить по одному.

Процедура исследования состоит из трех заданий по раскрашиванию и занимает около 20 минут,

Инструкция: сегодня мы будем заниматься раскрашиванием. Найдите в своем листочке задание №1. Это дорожка из восьми прямоугольников. Выберите тот карандаш, который вам приятен больше всего и раскрасьте первый прямоугольник. Отложите этот карандаш в сторону. Посмотрите на оставшиеся карандаши. Какой из них вам больше нравится?

Раскрасьте им второй прямоугольник. Отложите карандаш в сторону. И так далее.

Найдите задание №2. Перед вами домики, их целая улица. В них живут наши чувства. Я буду называть чувства, а вы подберете к ним подходящий цвет и раскрасьте. Карандаши откладывать не надо. Можно раскрашивать тем цветом, который по-вашему подходит. Домиков много, их хозяева могут отличаться и могут быть похожими, а значит, и цвет может быть похожим.

Список слов: счастье, горе, справедливость, обида, дружба, ссора, доброта, злоба, скука, восхищение.

Если детям непонятно, что обозначает слово, нужно его объяснить, используя глагольные предикаты и наречия.

Найдите задание МЗ. В этих домиках мы делаем что-то особенное, и жильцы в них — необычные. В первом домике живет твоя душа. Какой цвет ей подходит? Раскрасьте.

Обозначения домиков:

№2 — твое настроение, когда ты идешь в школу,

№3 — твое настроение на уроке чтения,

№4 — твое настроение на уроке письма,

№5 — твое настроение на уроке математики

— твое настроение, когда ты разговариваешь с учителем,

№7 — твое настроение, когда ты общаешься со своими одноклассниками,

№8 — твое настроение, когда ты находишься дома,

№9 — твое настроение, когда ты делаешь уроки,

№10 — придумайте сами, кто живет и что делает в этом домике. Когда вы закончите его раскрашивать, тихонько на ушко скажите мне, кто там живет и что он делает (на ответном листе делается соответствующая пометка).

Процедура обработки начинается с задания №1. Вычисляется вегетативный коэффициент [5] по формуле:  $VK = (18 - \text{место красного цвета} - \text{место синего цвета}) / (18 - \text{место синего цвета} - \text{место зеленого цвета})$

Вегетативный коэффициент характеризует энергетический баланс организма: его способность к энергозатратам или тенденцию к энергосбережению. Его значение изменяется от 0,2 до 5 баллов. Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

## Проявление школьной дезадаптации у младших школьников

Форма ДезаДаптации	Причины	Коррекционные мероприятия
Неприспособленность к предметной стороне учебной деятельности	Недостаточное интеллектуальное и психомоторное развитие ребенка, отсутствие помощи и внимания со стороны учителей и ителей	Специальные беседы с ребенком, в ходе которых надо установить причины нарушений учебных навыков и дать рекомендации учителям
Неспособность произвольно управлять своим поведением	Неправильное воспитание в семье (отсутствие внешних норм, ограничений)	Работа с семьей; анализ собственного поведения учителем с целью предотвратить возможное неадекватное поведение
Неспособность принять темп школьной жизни (чаще встречается у соматически ослабленных детей, детей с задержками развития, слабым типом нервной системы)	Неправильное воспитание в семье или игнорирование взрослыми индивидуальных особенностей детей	Работа с семьей, определение оптимального режима нагрузки ученика
Школьный невроз, или «фобия школы», - неумение разрешить противоречие между семейными и ШКОЛЬНЫМИ «МЫ»	Ребенок не может выйти за границы семейной общности - семья не выпускает его (чаще это у детей, родители которых бессознательно используют их для решения своих проблем)	Необходимо подключение школьного психолога семейная терапия или групповые занятия для детей в сочетании с групповыми занятиями для их родителей

1. с положительным отношением к школе
2. с амбивалентным отношением
3. с негативным отношением

Следует отметить, что при крайне низких или крайне высоких показателях ВК и СО, сомнениях в чистоте исследования данная методика может быть продублирована по той же схеме, но индивидуально, со стандартными карточками из теста Люшера.

. Рисуночный тест «Что мне нравится в школе?» Несоответствие рисунков теме указывает на:

а) мотивационную незрелость ребенка, отсутствие у него школьной мотивации и преобладание других, чаще всего игровых мотивов. (В этом случае дети рисуют машины, игрушки, военные действия, узоры и прочее);

б) детский негативизм. Такое поведение свойственно детям с завышенным уровнем притязаний и трудностями приспособления к школьным требованиям. (Ребенок упорно отказывается рисовать на школьную тему и рисует то, что он лучше всего умеет и любит рисовать);

в) непонимание и неверное истолкование задачи. Чаще всего это свойственно детям с задержкой психического развития. (Дети ничего не рисуют или копируют у других детей сюжеты, не имеющие отношения к данной теме). Такие ситуации оцениваются в 0 баллов.

При соответствии рисунков заданной теме учитывается их сюжет:

а) учебные ситуации свидетельствуют о высокой школьной мотивации, учебной активности и наличии у школьника познавательных мотивов (30 баллов);

б) ситуации внеучебного характера с внешними школьными атрибутами свойственны детям с положительным отношением к школе по внешней мотивации (20 баллов);

в) игровые ситуации в школе свойственны детям с положительным отношением к школе, но преобладанием игровой мотивации (10 баллов).

1. 0 — 0,5 — хроническое переутомление, истощение, НИЗКи работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка
2. 0,51 — 0,91 — компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности.  
Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха.
3. 0,92 — 1,9 — оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют возможностям. Образ жизни позволяет ребенку восстанавливать затраченную энергию.
4. Свыше 2,0 — перевозбуждение. Чаще является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, а иногда и снижение нагрузки.

Далее рассчитывается показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы. Определенный порядок цветов (34251607) — аутогенная норма — является индикатором психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения (СО) сначала вычисляется разность между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета. Затем разности (абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным. Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, т.е. преобладающее настроение ребенка. Числовые значения СО интерпретируются следующим образом:

1. Больше 20 — преобладание отрицательных эмоций. У ребенка доминируют плохое настроение и неприятные переживания. Имеются проблемы, которые ребенок не может решить самостоятельно.
2. 10 — 18 — эмоциональное состояние в норме. Ребенок может радоваться и печалиться, поводов для беспокойства нет.
3. Менее 0 — Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Задания №22 и №3 по сути расшифровывают эмоциональную сферу первоклассника и ориентируют исследователя в вероятных проблемах адаптации.

Задание №2 характеризует сферу социальных эмоций. Здесь надо оценить степень дифференциации эмоций — в норме позитивные чувства ребенок раскрашивает основными цветами, негативные — коричневым и черным. Слабая или недостаточная дифференциация указывает на деформацию в тех или иных блоках личностных отношений: Счастье-горе — блок базового комфорта, Справедливость — обида — блок личностного роста, Дружба — ссора — блок межличностного взаимодействия, Доброта — злоба — блок потенциальной агрессии, Скука — восхищение — блок познания.

При наличии инверсии цветового градусника (основные цвета занимают последние места) у детей часто наблюдается недостаточная дифференциация социальных эмоций — например, и счастье и ссора могут быть обозначены одним и тем же красным цветом. В этом случае надо обратить внимание, как раскрашивает ребенок парные категории и насколько далеко отстоят пары в цветовом выборе.

Актуальность переживания ребенком того или иного чувства указывает его место в цветовом градуснике (задание №1).

В задании №3 отражено эмоциональное отношение ребенка к себе, школьной деятельности, учителю и одноклассникам. Понятно, что при наличии проблем в какой-то сфере,

первоклассник раскрашивает именно эти домики коричневым или черным цветом. Целесообразно выделить ряды объектов, которые ребенок обозначил одинаковым цветом. Например, школа-счастье-восхищение или домашние задания — горе—скука. Цепочки ассоциаций достаточно прозрачны для понимания эмоционального отношения ребенка к школе. Дети со слабой дифференциацией эмоций скорее всего будут амбивалентны и в эмоциональной оценке видов деятельности. По результатам задания ЛБЗ можно выделить три группы детей:

4.

#### Анкета «Оценка уровня школьной мотивации»

Детям предлагается ответить (а педагогам с их слов записать) ответы на 10) вопросов, которые оцениваются от 0 до 3 баллов (отрицательный ответ - 0 баллов, нейтральный - 1 балл, положительный - 3 балла).

#### Вопросы анкеты

1. Тебе нравится в школе или не очень?
2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе хочется остаться дома?
3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, ты пошел бы в школу или остался дома?
4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?
5. Ты хотел бы, чтобы не задавали домашних заданий?
6. Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни предметы?
7. Ты часто рассказываешь о школе родителям?
8. Ты бы хотел, чтобы у тебя был менее строгий учитель?
9. У тебя в классе много друзей?
10. Тебе нравятся твои одноклассники?

#### Приложение 5.

Правила, которые следует выполнять каждому ребёнку.

- Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.
- Попросили — дай, пытаются отнять — старайся защищаться.
- Не дерись без причины.
- Зовут играть — иди, не зовут — спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
- Играй честно, не подводи своих товарищей.
- Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси,
- Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
- Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся всё делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.
- Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
- Старайся быть аккуратным.
- Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдём домой.

- Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты — неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!