Содержание

Введение 3

Глава 1. Теоретические аспекты изучения адаптационных особенностей первоклассников к Прогимназии 6

1.1 Понятие адаптации первоклассников к образовательной среде 6

1.2. Влияние адаптации к Прогимназии на физиологическое и психологическое здоровье первоклассников 12

1.3 Факторы, влияющие на адаптацию первоклассников в Прогимназии 18

Глава 2. Эмпирическое исследование адаптационных особенностей первоклассников в условиях Прогимназии 23

2.1 Организация и методики исследования 23

2.2 Анализ результатов исследования 24

Заключение 42

Список использованных источников 44

Приложения 50

Введение

Актуальность темы. Наиболее значимой проблемой теоретического и практического осмысления в педагогике начальных классов является исследование адаптационного периода первоклассников, проблема создается посредством многообразия используемых понятий и терминологии, обусловленное их разноплановостью. Нельзя не отметить, что эволюция понятия «адаптация» имеет стремительный путь развития и возникнув в биологии, стремительно переместилось в другие отрасли наук и приобрело статус общенаучного. Данный термин, по своей сути, величает в себя «существенные характеристики явлений и процессов, наблюдавшихся и в других областях действительности и, соответственно, излучавшихся различными отраслями знания» [5,с.125]. Проблема адаптации детей к условиям обучения в начальной школе в настоящее время приобретает все большую актуальность.

На сегодняшний день проблема социально-психологических условий адаптации детей в ситуации школьного обучения активно изучается педагогами, психологами, социальными работниками. Адаптация младшего школьника представляет собой особый и сложный период в его жизни: ребенок осваивает новую социальную роль ученика, с появлением одноклассников и учителей меняется социальное окружение ребенка. Вхождение ребенка в школьную жизнь, его адаптация происходит на всем протяжении начальной школы, что требует от него довольно сложной психологической перестройки. Новый опыт учебной деятельности, к сожалению, не всегда способствует позитивному восприятию ребенком установок и правил школьной жизни. Нереализованные ожидания, связанные с учебой, трудности общения с учителем или сверстниками, повышенное эмоциональное

напряжение в ходе обучения – данные факторы могут способствовать формированию у младших школьников трудностей в процессе адаптации к школе.

Теоретическая основа ВКР представлена в трудах следующих авторов: Л.Н. Волошиной, А.И. Прихидько, О.А. Саньковой, Н.В. Соколовской, Н.Е. Шустовой и др.

Объект исследования – социально-психологическая адаптация первоклассников к образовательной среде.

Предмет исследования – особенности социально-психологической адаптации первоклассников в условиях Прогимназии.

Гипотеза исследования – процесс адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в школе является более успешным в условиях Прогимназии, по сравнению с детьми средней общеобразовательной школы (у первоклассников Прогимназии более высокий уровень адаптированности и учебной мотивации).

Цель исследования: изучить различия в особенностях социально-психологической адаптация детей младшего школьного возраста в условиях Прогимназии.

В соответствии с целью сформулированы следующие **задачи** исследования:

1. Проанализировать литературу по проблеме исследования.
2. Изучить адаптацию первоклассников в условиях Прогимназии.
3. Изучить адаптацию первоклассников общеобразовательной школы.
4. Выявить особенности адаптации первоклассников в условиях Прогимназии.

Экспериментальной базой выступала МБОУ «Прогимназия № 237 «Семицветик» и МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 67» Кировского района города Саратова.

Методологическая основа исследования – положения теории Л.С. Выготского, отражающие роль среды в развитии личности ребенка;

подходы к изучению возрастных задач младшего школьного возраста (Л.И. Божович, Д.Б. Эльконин), подходы к изучению социально-психологических условий адаптации детей к школьному обучению (Л.Н. Волошина, А.И. Прихидько, О.А. Санькова, Н.В. Соколовская, Н.Е. Шустова и др.).

Практическая значимость работы заключается в том, что выявленные результаты исследования могут найти свое применение в психолого-педагогической работе с детьми младшего школьного возраста с целью повышения их адаптации к школе, а также в консультировании родителей по вопросам обучения ребенка.

Методы исследования: теоретические (анализ литературы), эмпирические (психодиагностические методики), статистические методы обработки данных.

Структура работы обусловлена ее содержанием и задачами, и включает в себя введение, две главы, пять параграфов, заключение, список использованных источников и приложения.

Глава 1. Теоретические аспекты изучения адаптационных особенностей первоклассников к Прогимназии

1.1 Понятие адаптации первоклассников к образовательной среде

Первый год обучения в Прогимназии является важным этапом в становлении личности ребёнка, его отправной точкой к гармоничному развитию и дальнейшим успехам в учебной и общественной деятельности. То, как учащиеся чувствуют себя в коллективе, какие трудности испытывают при общении с другими детьми или учителем, как преодолевают эти препятствия и приобщаются к обществу, являются важными моментами в организации учебного процесса. От благополучной адаптации зависит личностный рост ребёнка, его самочувствие в среде сверстников. Под адаптацией многие авторы понимают приспособление саморегулирующихся систем к изменяющимся условиям среды.

Младший школьный возраст характеризуется усложнением характера волевой сферы личности, изменением ее удельного веса в структуре поведения, в связи с чем у ребенка начинает появляться стремление преодолевать трудности. Развитие воли в младшем школьном возрасте тесно связано с изменением мотивов поведения, системой соподчинения мотивов. В учебной деятельности младшего школьника важнейшим проявлением воли является способность к волевому усилию, способность выдерживать длительное волевое напряжение, эмоциональную нагрузку.

Отличительными характеристиками волевого поведения младших школьников в учебной деятельности являются:

- осознанность, целенаправленность, осуществление действия по собственному решению;

- после выполнения необходимой деятельности школьник способен проверить свои результаты самостоятельно, исправить ошибки, сделать необходимые выводы.

В школьном обучении произвольность поведения, высокий уровень сформированности волевых качеств, является необходимой основой для успешности учебной деятельности. Сформированные волевые качества младшего школьника позволяют ему эффективно выполнять учебные задания, следовать школьному режиму, регулировать свое поведение и эмоциональное состояние, самостоятельно ставить цели и достигать нужного результата, что в свою очередь способствует успешности в процессе обучения.

Самостоятельность школьника представляет собой способность ставить перед собой различные учебные задачи и решать их без посторонней помощи и побуждения с чьей-либо стороны. В этом процессе на передний план выходят такие характеристики младшего школьника, как познавательная активность, интерес, творчество, инициатива, способность ставить перед собой цели, способность к планированию.

Учебная деятельность младшего школьника формируется постепенно, из предыдущего периода игровой деятельности через приобретение нового опыта. Ребенок обучается не только знаниям, но и способам их применения в жизни.

В концепции Д.Б. Эльконина, конечная цель учебной деятельности представляет собой сознательную учебную активность ребенка. Данный автор отмечает, что «в самостоятельный вид деятельность постепенно превращается учебная деятельность первоклассника, в процессе которой им формулируется учебная задача, производятся учебные действия и действия контроля, осуществляет оценку, т.е. учебная деятельность постепенно превращается в самообучение» [57,с.49].

За ребенком прочно закрепляется стремление занять новое социальное положение, при параллельном формировании внутренней позиции. Е.А. Бауэр выработан новый термин, обозначающий внутреннюю позицию ребенка - «центральное личностное новообразование», которое он характеризует как сущность личности ребенка в младшем школьном возрасте. Именно этот критерий является определявшим, по его мнению, в поведении, деятельности, отношению к действительности, к самому себе и окружающим [2, с.3].

Проблема адаптации личности ребенка является одной из наиболее сложных в психолого-педагогической практике. Адаптация в одной сфере жизни ребенка не означает благополучного приспособления в другой. Кроме того, адаптация может быть полной (в случае, когда на воздействия среды психические и психофизиологические функции организма не имеют существенного сдвига) и частичной.

С точки зрения С.Т. Посоховой, под социально-психологической адаптацией понимается способность человека заранее предусматривать возможные изменения поведения при установке на новые, неожиданные требования среды [31, с.27].

Изучая проблемы социально-психологической адаптации детей и молодежи, Л.Н. Волошина определяет адаптацию как процесс освоения условий социальной среды с помощью установленных правил социального взаимодействия. В этом процессе Л.Н. Волошина обозначает два аспекта: объективную и субъективную сторону [3, с.8].

Объективная сторона социально-психологической адаптации заключается в том, что ребенок со дня своего рождения приобретает различные социальные качества и на протяжении дальнейшей жизни с помощью значимых взрослых ребенок продолжает адаптироваться, осваиваться в мире.

Субъективная сторона социально-психологической адаптации обусловлена индивидуальными особенностями, качествами,

способностями ребенка. В данном аспекте важное место отдается активизирующей роли субъектности самого ребенка.

Таким образом, эффективному развитию социальной адаптации способствует взаимодействие обеих составляющих: как объективных социальных условий (социальное происхождение, образовательный уровень и т.д.); условий непосредственной среды обитания (семья, ДОУ, школа, трудовой коллектив, неформальное окружение и т.д.), так и субъективных (личностные характеристики, творческие способности).

В своем исследовании социально-психологической адаптации детей и подростков Л.Н. Волошина понимает адаптацию как уровень и содержание фактических достижений личности ребенка во взаимодействии с окружающей средой: гибкость, умение подстраиваться под изменяющиеся условия [3, с.8].

Адаптивность как характеристика личностного развития формируется в процессе онтогенеза, что открывает широкие возможности целенаправленного развития способности ребенка к социальной адаптации с учетом биологических предпосылок.

По мнению М.В. Ростовцевой, уже во взрослом возрасте человек социально адаптивен, если выбранная им стратегия адаптации отвечает его базовым потребностям и при этом способствует налаживанию эффективного взаимодействия с социальной средой [38, с.33].

Учитывая точку зрения Н.Е. Шустовой, можно отметить, что «ключевыми критериями успешной адаптации являются: внутренний комфорт (эмоциональное благополучие) и внешняя адекватность поведения (способность гибко выполнять требования среды)» [49, с. 70].

Изучение проблемы адаптации к условиям среды становится актуальным при поступлении ребенка в образовательное учреждение. С точки зрения Н.В. Соколовской, процесс адаптации ребенка содержит три фазы:

1) острая фаза (признаки: колебания в физическом здоровье и психологическом самочувствии, что может приводить к частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита (фаза длится в среднем один месяц);

2) подострая фаза (признаки: сдвиги в картине здоровья и самочувствия уменьшаются, возникая лишь эпизодически (фаза длится 3-5 месяцев);

3) фаза компенсации (признаки: ускорение темпа развития, возникновение новых умений, навыков; развитие отношений со сверстниками) [46, с. 85].

Рассмотрение адаптации в единстве ее составляющих является, по мнению А.А. Налчаджан, существенным критерием формирования адаптации в качестве категории, занимающую важную роль в объяснении активного функционирования ребенка в окружающей среде [25, с.23].

В процессе школьного обучения потребность ребенка учиться, осваивать мир, постепенно формируется, перестраивается, совершенствуется.

По Э. Эриксону, центральное новообразование младшего школьного возраста – появление чувства компетентности, способствующее полноценному развитию личности. Если ребенок не чувствует себя успешным в учебной деятельности, основной для этого возраста, то в его личностном развитии могут возникать нарушения [58, с. 205].

По мнению И. А. Ивановой, отрицательное течение адаптации приводит к школьной дезадаптации, которая проявляется в устойчивом отказе ребёнка от посещения школы вследствие недоступности для него школьной программы и межличностных конфликтов в школьной среде [12, с.141].

Самоукина Н. В. считает, что начало обучения — это стресс для каждого ребёнка, так как поступление в школу вносит большие изменения в его жизнь, что является поводом не только для радости и гордости, но и волнения, переживаний, напряжения и тревоги [42, с.55]. Таким образом, можно сделать вывод, что психосоциальная адаптация проходит у всех детей по-разному.

Обозначенные нами элементы влияют на физиологическое и психо-эмоциональное состояние ребенка. По мнению Воробьёвой Е., преимущества в адаптации к школе имеют дети, посещающие детские сады и «малышки», поскольку в этих учебных заведениях идёт процесс целенаправленного педагогического воздействия, благодаря которому формируются элементы готовности к школьному обучению [4, с. 74]. Затруднения, возникающие из-за недостаточной готовности ребёнка к школе, могут сказываться на его успеваемости, быть причиной дезадаптации, способствовать возникновению школьных неврозов.

Практика показывает, что продолжительность периода адаптации первоклассников к школьной среде составляет пять-шесть недель, из которых наиболее сложные первая — четвёртая недели. Иванова И. А. и Самоукина Н. В. разработали несколько условий возникновения необходимости психологической адаптации ребёнка к Прогимназии [12, с. 84].

Первое условие — меняется социальная позиция: из дошкольника он превращается в ученика, появляются такие обязанности, как делать уроки, приходить вовремя в школу, быть внимательным и дисциплинированным.

Второе условие — смена ведущего вида деятельности. С приходом в школу дети начинают овладевать учебной деятельностью, которая построена на основе произвольных усилий ребёнка.

Третье условие – его социальное окружение. От отношения педагога к своим подопечным, зависит успешность их дальнейшего обучения в школе.

Четвёртое условие — оптимизация активности ребенка в обоих направлениях.

Таким образом, младший школьный возраст характеризуется тем, что ребенок стремится занять новое социальное положение, у него постепенно формируется внутренняя позиция, определяющая его поведение, деятельность, отношение к действительности, к самому себе и окружающим. В процессе школьного обучения потребность ребенка учиться, осваивать мир, постепенно формируется, перестраивается, совершенствуется. Меняется не только собственно познавательный компонент потребностей, но и социальные установки учения – потребность включения в общественно значимую практику, потребность в успешности и т.д.

1.2. Влияние адаптации к Прогимназии на физиологическое и психологическое здоровье первоклассников

Задачей адаптационного процесса является проблема гармоничного приспособления потенций организма ребенка к процессам природной среды, которые в дальнейшем приобретают все более совершенные формы. Нарушение равновесия между организмом ребенка и окружающей средой приводит к различным отклонениям в его психофизическом развитии. Именно поэтому необходима такая организация социальной адаптации, которая приводила бы к наиболее адекватному приспособлению ребенка к существующим условиям, позволяла бы формировать социальные навыки, ориентировку в окружающей среде, позволяла бы ему проявлять свои возможности, свой потенциал в исследовании окружающего мира, человеческих отношений.

Прогимназия – особое образовательное учреждение, которое ориентируется на работу с мотивированными детьми, имеющими устойчивую положительную мотивацию к учению, высокую познавательную активность. Прогимназия даёт образование повышенного уровня по сравнению с общеобразовательной школой, готовит учащихся к творческому интеллектуальному труду. Учащиеся прогимназии имеют следующие особенности:

- развитый интеллект,
- высокий уровень творческих возможностей и проявлений,
- активная познавательная потребность.

Поэтому Прогимназия, работая в условиях эксперимента, использует новые, более эффективные методы управленческой деятельности. Один из аспектов, которому уделяется особое внимание, – соблюдение преемственности на уровне «Детские дошкольные учреждения – группы раннего развития – прогимназия – гимназия». Необходимо, чтобы все факторы работали на соблюдение образовательных, психологических, социальных целей обучения учащихся на всех ступенях.

Обратимся к наиболее сложной школьной проблеме – переход учащихся из ДОУ Прогимназии к начальной ступени образования.

Преемственность – это последовательная, непрерывная связь между различными ступенями в развитии качеств личности школьника, опора на его нравственный опыт, знания, умения, навыки, расширение и углубление их в последующие годы образования.

Сущность преемственности заключается в том, что на каждой ступени развития закрепляются и расширяются положительные качества личности, воспитанные на предыдущей ступени.

По мнению Пантелеева А.Б., именно в период адаптации детей отмечается наибольшая восприимчивость к негативным воздействиям и напряжение физиологических процессов, неблагоприятное течение этого

периода способствует росту расстройств, а в дальнейшем и формированию хронической патологии, прогимназия призвана снизить данные факторы. Согласно данным того же автора, среди факторов, способных повлиять на течение адаптации преобладают социальные, наибольшее значение из которых, имеют авторитарные и эмоциональные отношения в семье, неудовлетворительные условия проживания. Всё это может привести к низкой психологической готовности ребёнка к обучению [29, с. 45].

Признаками эффективной адаптации ребенка к учебной деятельности являются такие аспекты как положительное эмоциональное самочувствие, высокая познавательная активность и успешность в процессе обучения.

В плане признаков дезадаптации необходимо отметить нарушения эмоционально-личностного развития детей и нарушения их поведения. Поведение ребенка в этом отношении выявляет, прежде всего, его эмоциональное состояние, влияющее на поступки, направленность действий.

В своем подходе к рассмотрению нарушений поведения у детей В.Д. Еремеев выделяет четыре варианта:

- отклонения, не являющиеся нарушением общепринятых этических норм. Это может быть поведение, не соответствующее возрасту при нормальном психическом развитии (младший школьник больше любит играть с детскими игрушками, чем учиться);

- нарушение общепринятых норм, не являющиеся по своей сути правонарушениями (повышенная раздражительность, агрессивность, жадность, эгоизм, замкнутость, недоверчивость, жестокость – если их не преодолеть, они могут приводить к правонарушениям);

- поведение, нарушающее правовые нормы, статьи административного или уголовного законодательства;

- отклоняющееся поведение, в значительной степени обусловленное патологическими факторами, заболеваниями. Оно может быть у детей и подростков с психопатическими чертами личности [11, с. 169].

Причиной нарушения поведения может стать дезадаптированность ребенка в ситуации освоения новых ролей, обязанностей, что предъявляет повышенные требования к психике детей и требует активного приспособления к новой общественной организации.

Одной из причин возникновения нарушений поведения ребенка также можно назвать не складывающиеся отношения со сверстниками, положение изгоя в классе, отвержение или низкая степень участия со стороны учителей, родителей.

Нарушения поведения ребенка может проявляться в нескольких плоскостях, что выражается в особенностях отдельных психических процессов (повышенная подвижность нервных процессов или их заторможенность; их устойчивость или слабость; повышенная активность или пассивность ребенка; сосредоточенность или рассеянность, болтливость или замкнутость; импульсивность и непредсказуемость, повышенная возбудимость и аффективность и др.).

Нарушения поведения впоследствии могут проявляться как качества личности и черты характера ребенка (капризность, упрямство, раздражительность, неорганизованность, агрессивность, высокая тревожность).

А.М. Прихожан считает, что под детской тревожность следует понимать «переживание эмоционального дискомфорта взаимообусловленного с ожиданием неблагополучия, с предчувствием угрожающей опасности» [34, с.9] Детская тревожность свидетельствует о неудовлетворенности значимых потребностей первоклассника.

В.В. Давыдов в свою очередь, заявляет, что первоклассник постоянно переживает неуверенность, неполноценность, вследствие чего закрывается, обособляется от других[6, с. 19].

На признак школьной дезадаптации может указывать тревожность ребенка, о чем говорят А.В. Микляева, П.В. Румянцева. Тревожность первоклассники могут испытывать в процессе обучения, что негативно сказывается физиологическом и психо-эмоциональном развитии первоклассника.

Биологические факторы, способствующие нарушению адаптации — вегетативные нарушения: частые боли различной локализации, нарушение сна и аппетита. Поэтому появление у первоклассника признаков школьной дезадаптации требует немедленного проведения комплексной работы учителя, психолога и родителей, по её устранению, ведь именно поддержка нужна ребёнку в этот сложный период. Такие авторы, как Цукерман Г. А., Самоукина Н. В., Иванова И. А., предлагают ряд рекомендаций, при выполнении которых, процесс адаптации может пройти менее болезненно.

Так, Цукерман Г. А. рекомендует в первые недели адаптации к школе уделять ребёнку больше внимания, интересоваться его школьной жизнью, помогать с домашним заданием, следить за его настроением, насколько сильно он устаёт и не слишком ли велики нагрузки, говорить и советоваться с учителем [53, с. 84]. Лучше забирать ребёнка сразу после занятий, спрашивать его о впечатлениях и о том, что он узнал нового на уроках. Перед тем, как оставлять детей в группе продленного дня лучше убедиться хорошо ли ребёнку в школе, хочется ли ему остаться. Немало важным является соблюдение режима дня первоклассником. Полноценный сон помогает ребёнку восстановить свои силы после трудного дня и не «спать» на уроке, когда он может прослушать важную информацию и не понять материал занятия.

Прогулки и физические упражнения являются важной частью режима дня, также помогающей ребёнку взбодриться.

В случаях, когда ребёнок посещает дополнительные внешкольные учреждения, различные кружки и секции, стоит задуматься, справится ли он с такой нагрузкой, если да, то для семилетнего ребёнка продолжительность таких занятий не должна превышать одного часа. Телевизор, компьютер и прочие современные гаджеты прочно вошли в нашу жизнь, но это не значит, что они должны быть с нами всегда, поэтому необходимо ограничить их использование до 2–3 раз в неделю по 30 минут.

Для более успешного течения периода адаптации Е. Воробьёва предлагает дополнительное включение в процесс обучения кинестетического и двигательного анализаторов. По её мнению, это способствует облегчению процесса усвоения ребёнком учебного материала. Автор считает, что систематическое применение двигательных игр-разминок позволит снизить эмоциональное и физическое напряжение детей, поможет им собраться, настроиться на работу в классе, восстановить внимание и работоспособность, снять напряжение, связанное с периодом адаптации к новым социальным условиям и требованиям [4, с. 52].

Цукерман Г. А. и Поливанова К. Н. предлагают учителю в адаптационный период создавать условия для эмоционального комфорта учащихся, доброжелательную атмосферу в классе для развития у детей уверенности в себе, объяснить правила школы и помочь детям осознать себя в роли учеников, сплотить класс в дружный коллектив [53, с.102]. Самоукина Н. В. считает, что в работе с первоклассниками необходимо использовать методики, направленные на развитие эмоционально-волевой и интеллектуальной сфер личности школьников, а также для оказания психологической помощи самому учителю. Ею разработана система уроков «Уроки общения в начальной школе», которая успешно

используется учителями для улучшения психологической адаптации учащихся [42, с. 33].

Г. А. Цукерман разработала курс, который включает в себя дидактические игры на классификацию, конструирование, рассуждение, внимание, запоминание. Она отмечает, что усилия детей должны быть сосредоточены на основании отношений: умении договариваться, обмениваться мнениями, понимать и оценивать друг друга и себя так, как это делают настоящие школьники [53, с. 52]. Исходя из всего вышесказанного, можно сделать вывод, что адаптация к школе это процесс, через который проходят все дети, но не все с ним справляются успешно. Задача учителя и родителей состоит в том, чтобы вовремя заметить признаки дискомфорта у ребёнка, помочь ему адаптироваться к новым условиям и настроиться на получение знаний, умений и навыков, перейти в новую социальную роль ученика и успешно реализовать себя в школе.

1.3 Факторы, влияющие на адаптацию первоклассников в Прогимназии

Среди факторов, влияющих на адаптацию ребенка к первому классу можно выделить:

1. Возраст. Чем старше возраст ребенка, тем больше срок адаптации в школе.

2. Пол ребенка. Исследования показывают, что девочки адаптируются быстрее мальчиков.

3. Темперамент ребенка. Сангвинники – достаточно быстро привыкают к новой образовательной среде, если круг общения их заинтересует. Холерики – если общение в Прогимназии будет происходить без перевозбуждения нервной системы – то они так же легко адаптируются. Дети-холерики могут вести себя очень

возбужденно, это может проявляться на переменах. У сангвиников и холериков быстрее восстанавливаются и образуются новые привычки. Флегматики – внешне легко адаптируются, но внутренне чаще всего переживают стресс.Нельзя раздражаться по поводу их медлительности, надо настойчиво и спокойно учить их действиям с предметами, терпеливо закреплять приобретенные навыки. Меланхолики всегда очень болезненно переносят период адаптации.При этом рекомендуется постоянно поощрять и подбадривать детей, помогать им.

4. Уровень тренированности адаптационных возможностей. Если с ребенком систематически занимаются дома, учат взаимодействовать с детьми и взрослыми, формируют культурно-гигиенические навыки, учат игровым действиям, то ребенок растет общительным и самостоятельным и периодадаптации в Прогимназии заканчивается довольно быстро.Считается, что дети, которые приветствуют новизну, адаптируются легче и быстреесвоих более осторожных сверстников. Кроме особенностей самого ребенка на сроки и степень тяжести адаптации кдетскому саду большое влияние оказывает ситуация в семье.

5. Стиль воспитания в семье. Самым существенным фактором риска со стороны семьи является взаимодействие по типу «Ребенок-кумир семьи», когда удовлетворение потребностей ребенка преобладает над удовлетворением потребностей остальных членов семьи. Такой ребенок не адаптируем к дошкольным учреждениям. Он капризен, и отстает от своих ровесников в умении справляться с элементарными навыками: не способен сам умыться и одеться. Такой ребенок в детском саду испытывает психический дискомфорт.

Следующее-это явление родительского программирования (воспитание по типу гиперопека), которое может влиять на ребенка неоднозначно. С одной стороны, через родительское программирование происходит усвоение нравственной культуры. С другой стороны, чтобы

заслужить любовь родителей, ребенок стремится адаптировать свое поведение, чтобы соответствовать их ожиданиям.

Формируется «приспособившийся» ребенок, который живет за счет снижения своих способностей чувствовать, проявлять любознательность к миру, а в худшем случае - за счет проживания не своей жизни. Всякого рода запреты – «нельзя, а то укусит, упадешь, испачкаешься и т.п.» - формирует в характере чрезмерную осторожность, страх. Ограничение взрослыми общения ребенка со сверстниками, взаимодействия с окружающим миром, освоение новых видов деятельности тормозит естественную живость и познавательную активность дошкольника. В результате может возникнуть «страх новизны». Такие дети чаще всего демонстрируют повышенную тревожность. Они боятся осваивать велосипед, коньки, прокатится с горки. Ребенок чрезмерно волнуется, если на него обращают внимание незнакомые взрослые, дети. Он будет в этот момент теребить одежду, грызть ногти. Такие дети, вырастая, становятся неудачниками, им очень трудно жить в коллективе Прогимназии.

Противоречивое воспитание. Об этом мы говорим тогда, когда в одной семье, в одной квартире родители плюс бабушки и дедушки пытаются воспитывать ребенка лишь только собственными методами, потиворечащими друг другу. В такой семье малыш не в состояние усвоить, что можно ему делать, что нельзя. И, разрываясь между всеми, ему непонятно, кому необходимо угождать. Обычно рано или поздно это способствует развитию невроза.

6. Конфликты между родителями. Вызывают у ребенка глубокий внутренний конфликт, который может привести к нарушениям половой идентификации или, более того вызвать развитие невротических симптомов: энуреза, истерических приступов страха и фобий. У некоторых детей могут произойти изменения в поведение: появляется

боязливость, покорность, склонность к депрессиям, недостаточная способность к аффектам и фантазированию.

7. Многодетность семьи. Дети из таких семей чаще всего очень быстро адаптируются к любой обстановке.

8. Личностные особенности преподавателя. Как показали исследования, учитель не замечает обычно около 50% направленных к ней обращений детей. И это может привести, с одной стороны, к росту самостоятельности ребенка, снижению его эгоцентризма, а с другой – к развитию тревожности, фрустрации потребности безопасности, психосоматическим заболеваниям. Личностные особенности педагога задают стиль общения с детьми, определяют степень эмоционального благополучия ребенка в группе. Недостаток похвалы со стороны учителя приводит к тому, что детям становится неинтересно с педагогом. Общеизвестно, что дети наиболее восприимчивы к настроению педагога, его самочувствию. Если педагог испытывает постоянные стрессы, перегрузки, страдает от хронических заболеваний и у него не складываются отношения с коллегами по работе, то и у детей, возможно, будет формироваться заниженная самооценка, такой ребенок будет испытывать страх и иметь эмоционально неустойчивую психику.

Преподаватель начальных классов Прогимназии должен быть наделен следующими качествами:

1. Проявление искреннего интереса к ребенку: учитель должен удовлетворять потребность ребенка в общении. Неискренность, покровительственный тон, манипулирование, отсутствие интереса к деятельности ребенка – все это может стать причиной отчуждения между малышом и преподавателем;

2. Человеческие качества учителя: учитель должен быть красивым, добрым, понимающим. Строил свою учительную систему на принципедейственной любви. Содействовал развитию ребенка, принимал егожизненный опыт, даже негативный, не ограничивал

естественныепотребности малыша в движении, человеческой ласке, общении. Проявлятьснисходительность. Педагог должен красиво одеваться, культурно говорить.Речь должна быть грамматически правильной;

3. Профессиональные качества учителя: наличие не только педагогических способностей, знание особенностей этого возраста, но и нестандартноевладение умениями, которые необходимы в общении с такими детьми.Сильная мотивационно – эмоциональная заряженность на работу с детьмиименно этого возраста;

4. Хорошее здоровье: слабое здоровье учителя может сказаться на самочувствии первоклассников.

Подводя итог теоретической части исследования, можно сформулировать следующие основные выводы:

1. Младший школьный возраст характеризуется тем, что ребенок стремится занять новое социальное положение, у него постепенно формируется внутренняя позиция, определяющая его поведение, деятельность, отношение к действительности, к самому себе и окружающим.

2. Адаптация понимается как уровень и содержание фактических достижений личности ребенка во взаимодействии с окружающей средой: гибкость, умение подстраиваться под изменяющиеся условия. Адаптационные особенности оказывают влияние на успешность учебной деятельности младших школьников, которая подразумевает как высокие учебные результаты, так и субъективное ощущение благополучия, удовлетворенности в учебе, это в свою очередь, стимулирует ребенка к высокой результативности труда, развивает инициативность, творчество.

Глава 2. Эмпирическое исследование адаптационных особенностей первоклассников в условиях Прогимназии

2.1 Организация и методики исследования

Для диагностики психологической адаптации первоклассников использовались следующие методики: 1. Методика «Беседа о школе» Т.А. Нежновой, 2. Методика исследования мотивации учения М.Р. Гинзбург , 3. Проективная методика диагностики школьной тревожности (А.М. Прихожан), 4. Цветовой тест Люшера (модификация Л.А. Ясюковой), 5. Изучение поведенческих особенностей учащихся.

Использование методик изучения школьной адаптации предполагало изучение особенностей адаптации и дезадаптации ребенка в ситуации школьного обучения. Цветовой тест Люшера, по которому проводился мониторинг, был разделен на две группы: оценивающая эмоциональную сферу и оценивающая энергетическую сферу (работоспособность) ребенка.

Для выявления уровня учебной мотивации первоклассника, мы применили методику для определения школьной мотивации М.Р. Гинзбурга.

Для изучения поведенческих особенностей учащихся был использован метод наблюдения и фиксации увиденного в анкете.

Результаты исследования обрабатывались с помощью метода подсчета средних значений по показателям методик с целью выявления уровня адаптации младших школьников.

Помимо отмеченных методик, в целях обобщения картины исследования нами были разработаны и применены иные анкеты (Приложение 2).

Исследование проводилось в два этапа, с целью охвата большей аудитории респондентов. Выбор диагностических методик был обусловлен возрастом детей.

Отметим, что нами выделялось две группы детей, первые – это дети плавно перешедшие из детского сада Прогимназии в первый класс прогимназии (группа А), и вторые, - дети, пришедших в СОШ № 67 из разных мест (Группа Б).

Цель исследования состоит в выявлении существующих различий между процессом психологической адаптации первоклассников, плавно перешедших из детского сада Прогимназии в первый класс Прогимназии (группа А), и детей, пришедших в СОШ № 67 из разных мест (Группа Б).

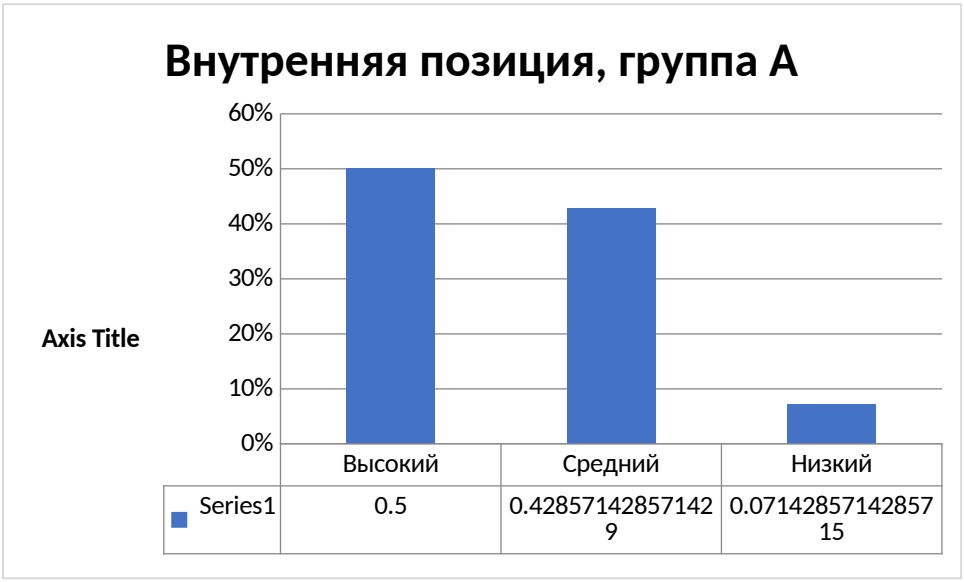
Количество детей группы А составило 28 детей, детей группы Б – 23 человека.

В следующем параграфе предлагается проанализировать результаты исследования.

2.2. Анализ результатов исследования

Понятие адаптация включает в себя три составляющие, а именно физиологическую, психологическую и социальную адаптацию. Поэтому нами были выбранны эти методики т.к. они направленны на установление: сформированности мотивов к обучению; стабальности эмоционального и энергетического фона (работаспособность); уровня тревожности.

Рассмотрим особенности адаптации детей в первом классе. Первым выявляемым критерием была внутренняя позиция ребенка. «Беседа о школе» (Т.А. Нежнова) – помогает выяснить, осознает ли ребенок цели и важность учения, как он воспринимает учебный процесс, понимает ли, для чего ходит в школу.



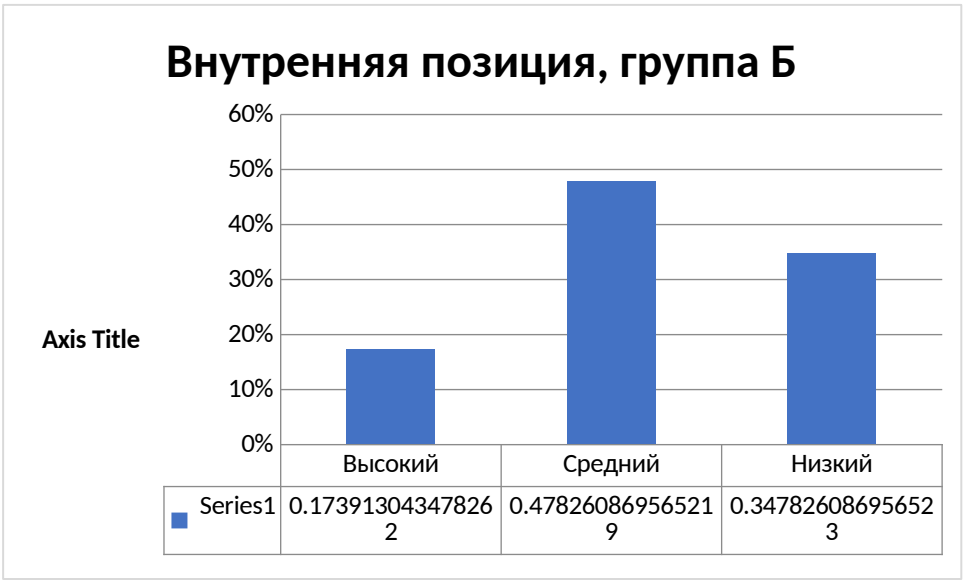


Диаграмма 1. Внутренняя позиция

Исследование по данному критерию показало существенные различий между двумя группами, из данных показателей видно, что лучше адаптируются к образовательной среде дети, начавшие процесс обучения в Прогимназии в наиболее раннем возрасте.

Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп} = 180$.

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}(180)$ находится в зоне значимости.

Следующий оцениваемый критерий – Мотивация к обучению.

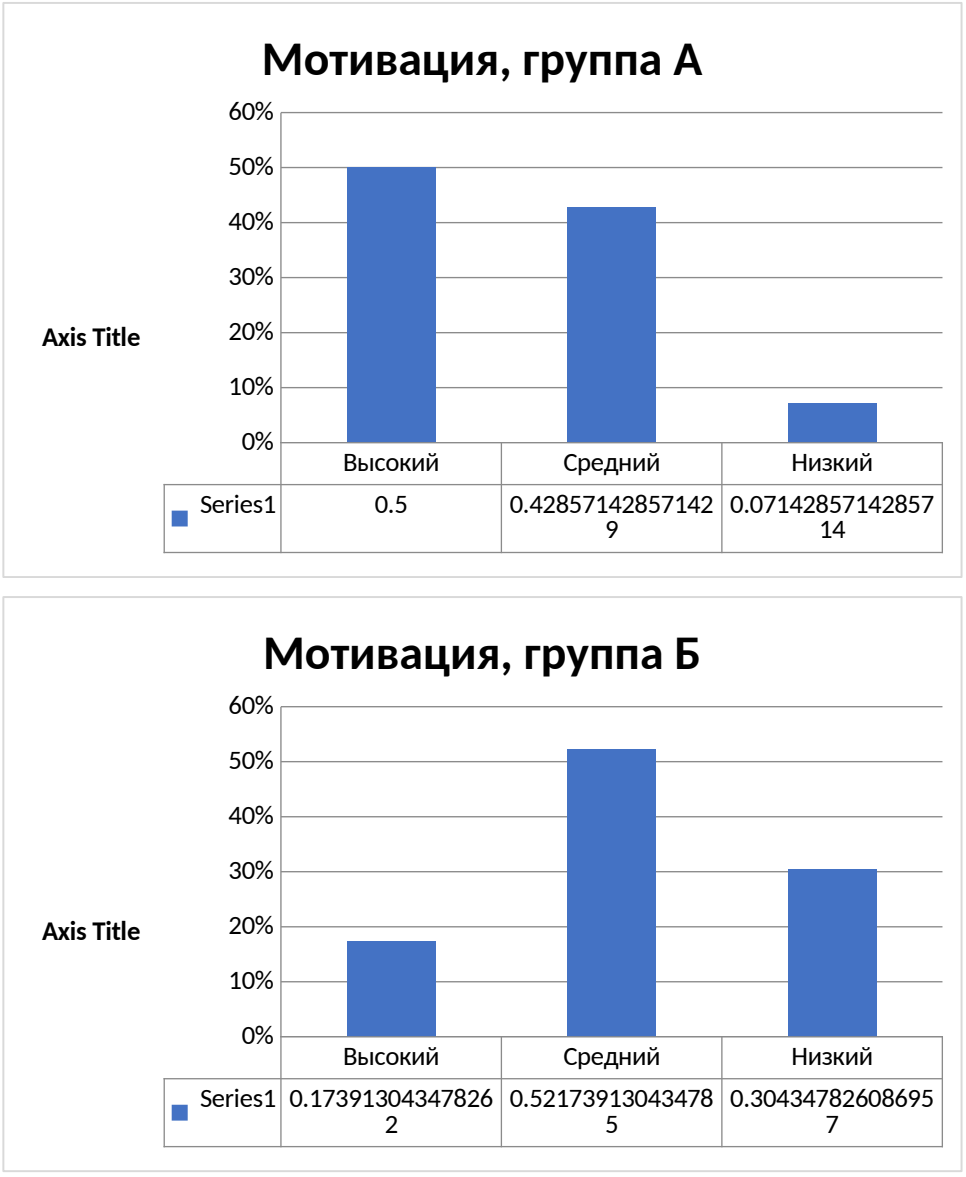


Диаграмма 2. Мотивация к обучению

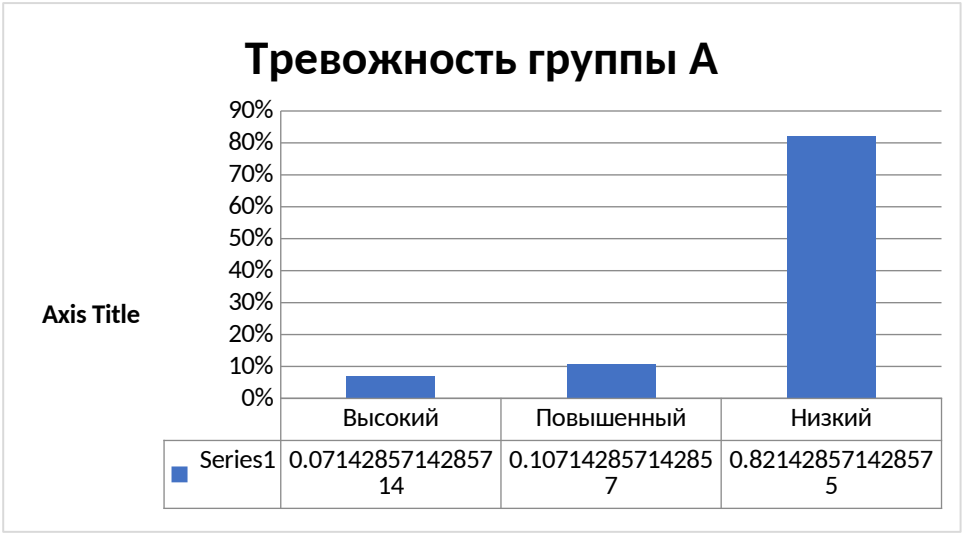
Из анализа становится ясным, что мотивация в группе А значительно выше, нежели в группе Б.

Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп}$ = 187.

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(187) находится в зоне значимости.



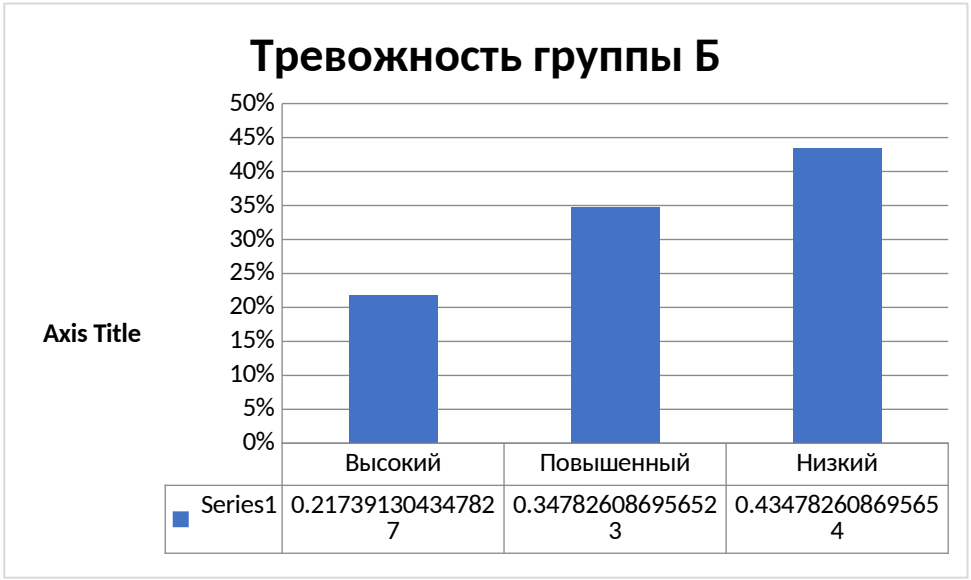


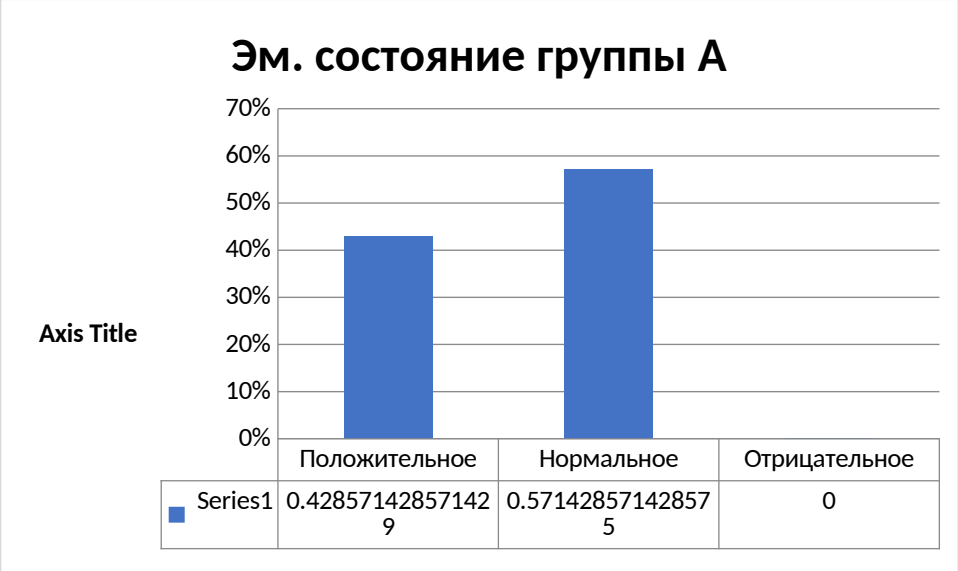
Диаграмма 3. Тревожность

Анализируя данный критерий, можно отметить повышенную тревожность в группе Б по сравнению с детьми из группы А, в несколько раз большую. Следующим этапом должно быть выяснение существенности различия данных результатов. Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп} = 198$

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}(198)$ находится в зоне значимости.



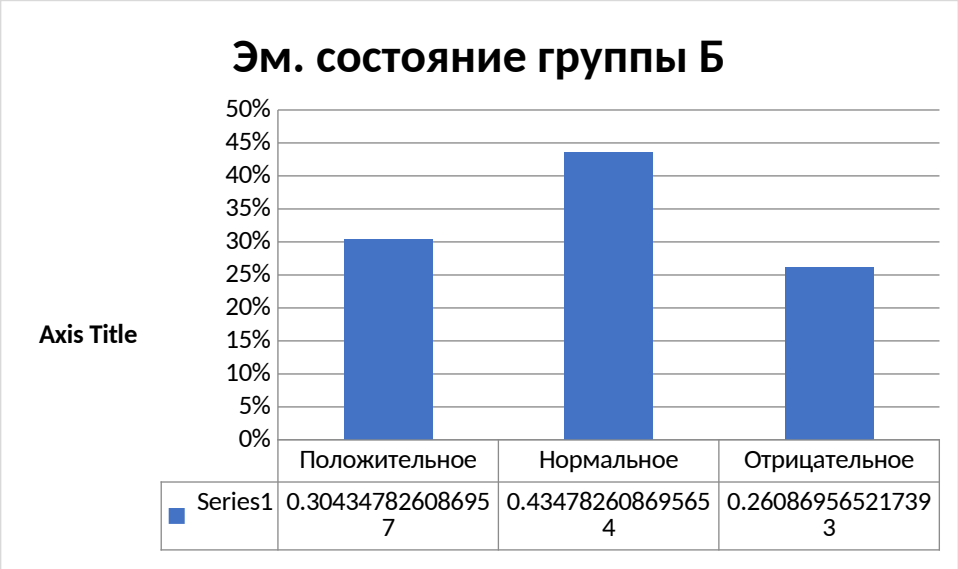


Диаграмма 4. Эмоциональное состояние

Данный критерий анализа так же показывает большее снижение настроения у группы Б. Следующим этапом должно быть выяснение существенности различия данных результатов. Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп}$ = 234

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	234

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(234) находится в зоне неопределенности.

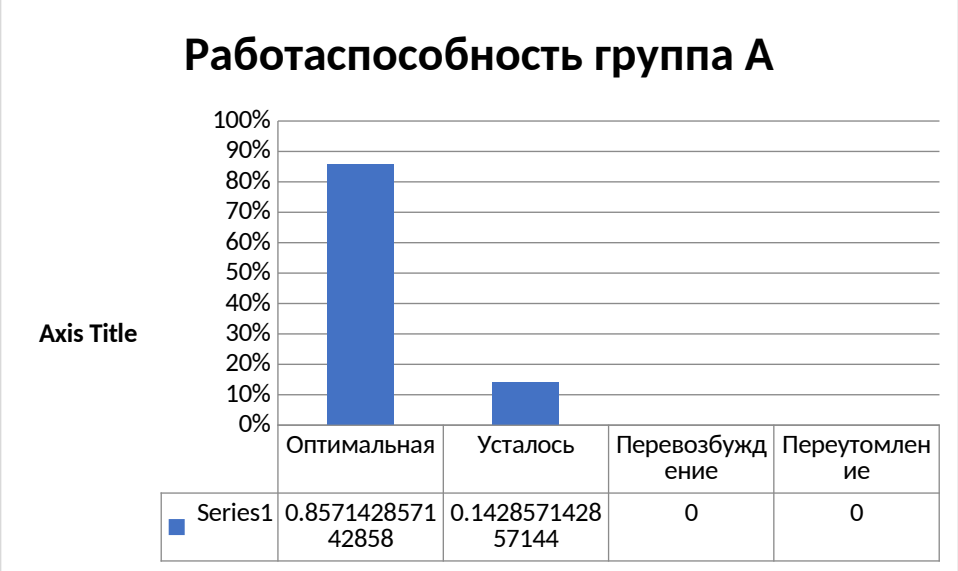




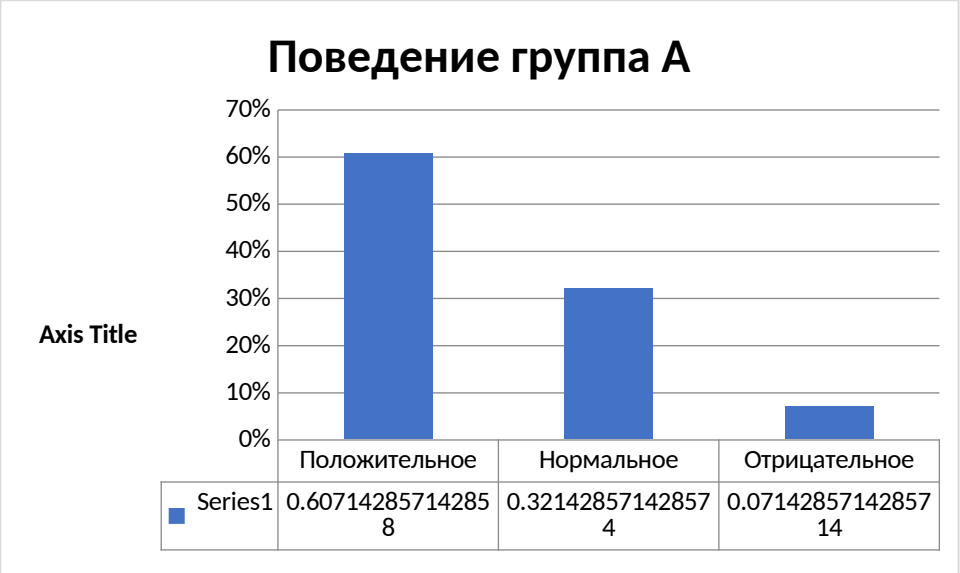
Диаграмма 5. Работоспособность

Каждая группа показала очень высокую работоспособность в ходе наблюдения. При этом в группе А данный критерий оказался чуть выше, нежели в группе Б. При опросе дети отмечали, что им помогает то, что и в Прогимназию приходили преподаватели и проводили с ними занятия. Следовательно, можно предположить, что в группе Б данные занятия отсутствовали, из чего может прослеживаться более высокое процентное соотношение по данному критерию. Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп} = 234$

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}(234)$ находится в зоне неопределенности.



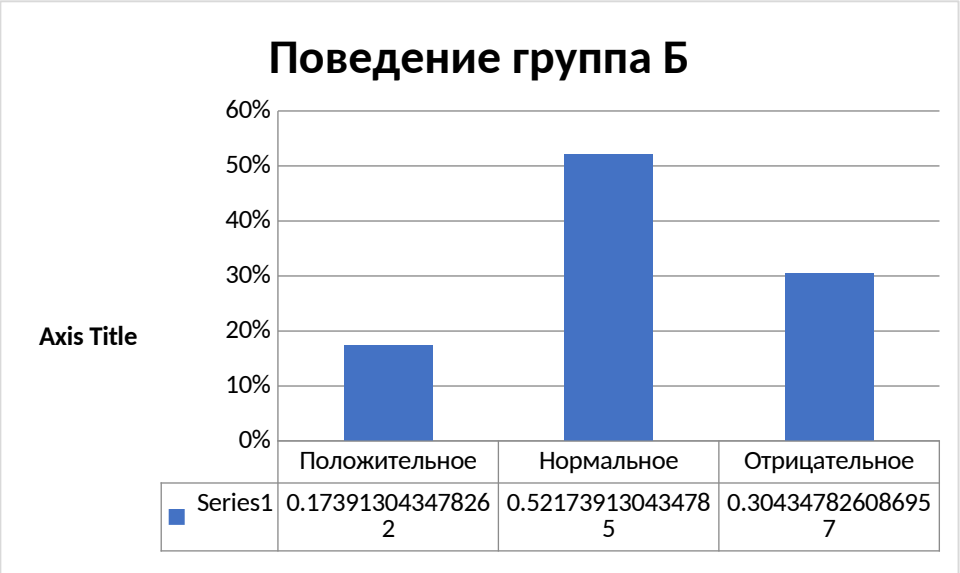


Диаграмма 6. Поведение

По данному критерию можно отметить, что дети из группы А проявили себя более дисциплинированно. При наблюдении за исследуемыми, было отмечено, что дети из группы А усваивают материал лучше нежеле дети из группы Б.

Расчёт U-критерия Манна-Уитни данного показателя дал следующий результат $U_{Эмп} = 157.5$

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(157.5) находится в зоне значимости.

Анализируя результаты данных методик мы видим, что у детей младшего школьного возраста, обучающихся в Прогимназии группы А, выявлены более высокие результаты. По сравнению с младшими школьниками средней общеобразовательной школы, ученики Прогимназии характеризуются высокой активностью и инициативностью в учебном процессе, они соблюдают правила поведения и на занятиях, и на переменах. Взаимоотношения учеников Прогимназии с одноклассниками теплые, дружеские, основанные на взаимопомощи и поддержке. Они с уважением относятся к учителю, слушают его, взаимодействуют. Учебный процесс при этом сопровождается положительными эмоциями, любопытством, интересом. Общий балл по адаптации в группе младших школьников Прогимназии выше, чем у детей средней общеобразовательной школы.

У младших школьников группы Б учебная активность на уроках характеризуется чередованием положительных и отрицательных ответов, в усвоении программных материалов школьники совершают ошибки. На уроках в целом выполняют требования учителя, но иногда отвлекаются. На переменах детям свойственно проявлять высокую степень активности, взаимодействовать между собой. В общении младших школьников присутствует малая степень инициативности, обращения друг к другу. Отношение детей к учителю характеризуется

старательностью, но в общении они в меньшей степени открыты, по сравнению с учениками Прогимназии из группы А. В эмоциональном плане у детей средней общеобразовательной школы в целом преобладает спокойное состояние, но иногда присутствуют эпизодические спады настроения (цикличность, быстро меняется настроение, неустойчивость эмоций).

По методике М.Р. Гинзбурга, дети группы Б характеризуются переходным уровнем от положительного отношения к школе, но при этом школа привлекает детей внеучебной деятельностью до хорошей школьной мотивации, т.е. также можно говорить о среднем уровне мотивации к учебной деятельности. Детям нравится чувствовать себя учениками, иметь все школьные атрибуты, общаться со сверстниками. Младшие школьники группы Б в целом справляются с учебной деятельностью, но при этом познавательный интерес выражен в меньшей степени, чем у школьников Прогимназии из группы А.

При анализе изучения уровня адаптации были выявлены следующие результаты (Приложение № 4).

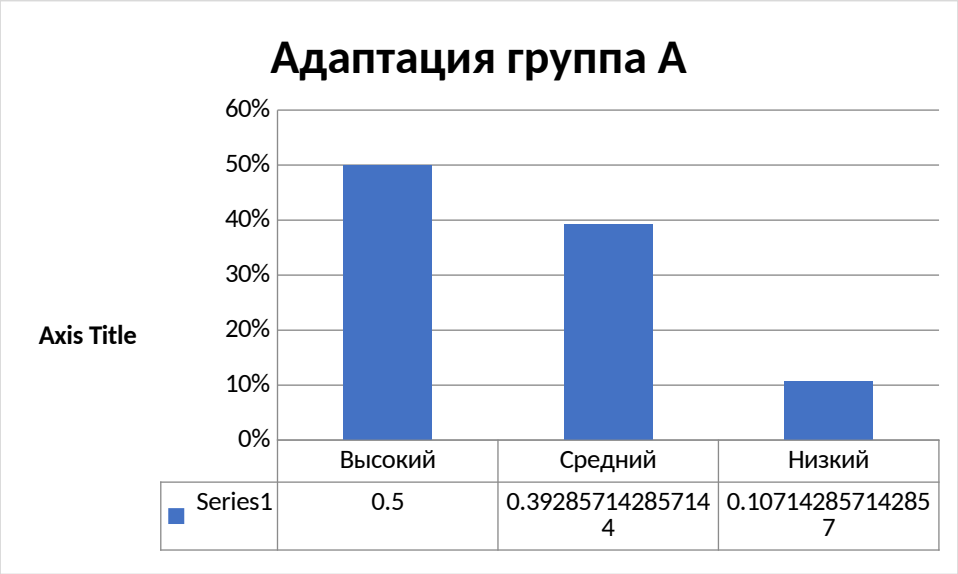


Диаграмма 8а. Уровень адаптации у группы А

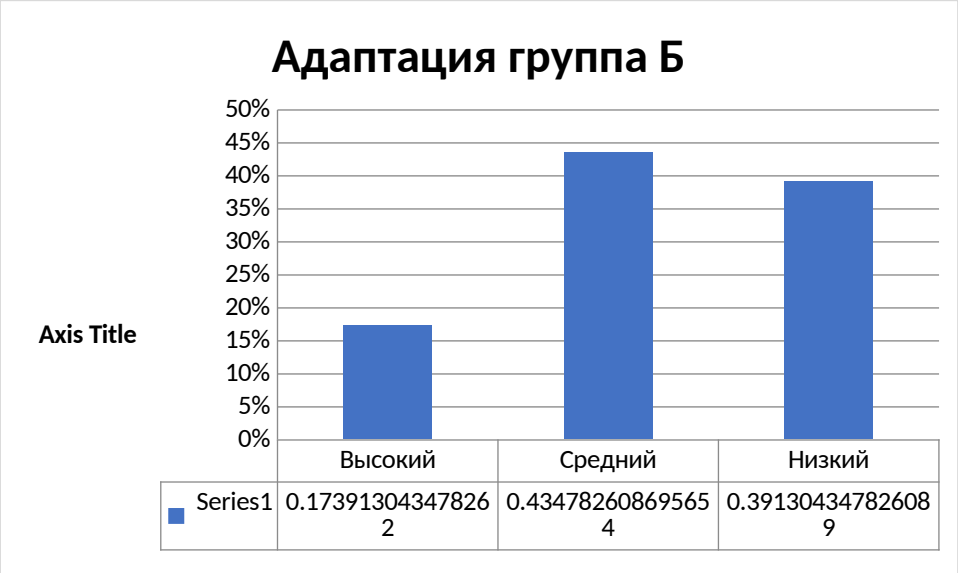


Диаграмма 8а. Уровень адаптации у группы Б

Исходя из приведенных данных можно констатировать, что адаптационный период прошел весьма успешно, так как адаптации значительно выше у детей из группы А, в группе Б выявлена существенная зона дезадаптации и неполной адаптации. Обучающимся группы Б можно рекомендовать индивидуальное психолого-педагогическое сопровождение в целях коррекции трудностей процесса адаптации.

Основные проблемы возникающие в процессе адаптации связаны с усвоением знаний, взаимоотношениями с одноклассниками, поведением на уроках и переменах. Причины низкого уровня адаптированности связаны с низким уровнем готовности к школе, что прослеживается из диагностики уровня готовности к школе в рамках «Школы будущего первоклассника» в ДОУ Прогимназии.

Следует отметить также, что школой, классными руководителями и учителями созданы все условия для успешного прохождения обучающимися процесса адаптации. На уроках применяются физкультминутки, частая смена видов деятельности, визуализация программного материала, игровые технологии, разноуровневое

обучение. Процесс адаптации с каждом годом, проходит более успешно при введении новых ФГОС.

Для «сглаживания» адаптационного периода следует:

1. Следить за режимом дня.
2. Встреча из школы должна проходить в спокойной обстановке.
3. Ответы на вопросы, заданные ребенком должны носить четкий, лаконичный характер и должны быть адресованы в доброжелательной манере.
4. Необходимо оказывать ребенку психо-эмоциональную поддержку.
5. Нельзя давать оценку ребенку, необходимо оценивать поступки.
6. Необходимо поддерживать в ребенке стремление стать школьником.
7. Следует следить за состоянием здоровья и заниматься реабилитацией вовремя.
8. Нужно обсуждать с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе, разъяснив их необходимость.
9. Ребенок имеет право на ошибку! У ребенка может не сразу что-то получаться по учебе. Родителям следует терпеливо к этому относится.
10. Необходимо совместно с первоклассником составить распорядок дня, следить за его соблюдением.
11. Нельзя пропускать трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, необходимо постараться справиться с ними на первом году обучения.
12. Следует осуществлять поддержку первоклассника в его желании добиться успеха.
13. Следуя данным рекомендациям, ребенок будет себя чувствовать спокойно и уравновешенным. Следовательно, у него будет формироваться положительная атмосфера, что в дальнейшем

поможет ему благополучно пройти школьные кризисы, которые могут повлечь за собой к школьной дезадаптации ребенка.

В целях коррекции прохождения процесса адаптации первоклассников к образовательному процессу в Прогимназии была разработана специальная программа из нескольких занятий.

Цель программы: развитие учебной адаптации, мотивации и учебно-познавательных мотивов у первоклассников.

Задачи программы:

1. формирование у учащихся определенного уровня понятий, правил, знаний;
2. расширение знаний, позволяющее увидеть общее и частное в предметах, явлениях, действиях;
3. знакомство учащихся со знаниями о прогнозировании, о соответствии причины и следствия, о возможных решениях одной и той же задачи;
4. формирование знаний о различных знаковых системах;
5. формирование умения ставить перед собой цель или удерживать предложенную учителем;
6. формирование умения прогнозировать результат деятельности.

Таблица 2

Программа по коррекции процесса адаптации первоклассников

№	Тема	Цель	Задачи	Содержание
1	Знаки и символы	Развитие коммуникативных навыков, умения работать в группе	- Развитие способности сосредоточится и работать в группе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы	- Игра «Настроение в цвете» - Игра «Игра художников» - Игра «Четыре стихии» - Игра «Шкала роста»

			принятия каждого; - Развитие способности выражать свое эмоциональное состояние	
2	Зашифрованная информация	Развитие группового внимания и концентрации на учебе	- Развития умения концентрироваться на учебе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; -Развитие внимания и усидчивости	- Игра «Найди отличие» - Игра «Настроение в цвете» - Игра «Разведчики» - Игра «Опорные сигналы»
3	Противоположности	Формирование группового сотрудничества в учебе	- Обучение навыкам релаксации и самоконтроля; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения	- Игра «Настроение» - Игра «Рисование на заданную тему» - Беседа о рисунках - Упражнение «Четвертый лишний»
4	Ассоциации	Формирование положительных эмоций от процесса обучения	- Развитие мимики и жестов; - Развитие внимания; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	- Игра «Ассоциации» - Игра «Дорисуй предмет» - Игра «Шкала роста»
5	Читаем. Думаем. Говорим	Формирование умения воспринимать школьную информацию	- Развитие навыков получения информации; - Развитие осознания своей школьной индивидуальности	- Игра «Настроение» - Упражнение «Рассказ по картинке» - Игра «Самый -самый»
6	Умное предложение	Развитие умения работать в группе	- Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного	- Упражнение «Составь предложение» - Игра

			эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	«Настроение в цвете». - Игра «Неоконченное предложение» - Обсуждение на тему «Что было легко, а что сложно?»
7	Математический урок	Снятие негативных тенденций обучения	- Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	- Упражнение «Задачи на движение» - Упражнение «Заполни пропуски в равенствах» - Рисование на тему «Кто чего боится»
8	Что меня окружает	Развитие умения отстаивать свое мнение в учебном процессе	- Развития умения концентрироваться на учебе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; -Развитие внимания и усидчивости	- Упражнение «Что меня окружает» - Игра «Найди общее»
9	Мир профессий	Развитие умения ориентироваться в учебном пространстве	- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; -Развитие внимания и усидчивости	- Игра «Мир профессий» - Игра «Кем я хочу быть»
10	Обобщение. Подведение итогов	Закрепление полученных адаптационных навыков	- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Создание положительного	- Игра «Что я умею, чего не умею, чему хочу научиться»

			эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	- Рисование на тему «Наш дружный класс» - Игра «Шкала роста»

Подводя итог данной главе, отметим, что все выявленные различия в адаптационных особенностях младших школьников, можно говорить о том, что ученики из группы А отличаются высокой учебной мотивацией (внутренней), активностью и инициативностью в учебном процессе, дисциплинированностью, ответственностью, теплыми и дружескими отношениями со сверстниками, положительными эмоциями в ходе обучения, наличием любознательности. Ученики группы А характеризуются выраженной положительной мотивацией к учебной деятельности, они успешно справляются с заданиями, а в рисунках на школьную тему изображают учебные ситуации; школьные события. Это говорит о заинтересованности учебным процессом, эмоциональной включенности детей. Общий балл по адаптации к школьному обучения в этой группе школьников более высокий. Ученики группы Б отличаются менее выраженной учебной мотивацией (она скорее является внешней), отвлекаемостью, частой сменой эмоций. Их отношение к школьному обучению неустойчиво: интерес то появляется, то исчезает. Общий балл по адаптации к обучению в школе в этой группе школьников более низкий, по сравнению с учениками из группы А. Выявленные результаты могут быть обусловлены более мягкими и при этом эффективными условиями обучения детей, выраженным личностно-ориентированным подходом в обучении, по сравнению со средней общеобразовательной школой с традиционной системой обучения.

Заключение

Подводя итог бакалаврской работе, отметим, что нами была достигнута цель, поставленная в начале исследования, посредством решения обозначенных ранее задач. Первая глава носит теоретический характер и в ней мы рассмотрели теоретические аспекты изучения адаптационных особенностей первоклассников к Прогимназии. Анализ литературы по проблеме исследования показал, что изучение особенностей адаптации детей к школьному обучению является важной областью теоретического и практического исследования, поскольку позволяет выявить особенности отношения ребенка к школе, учебному процессу, что в свою очередь способствует повышению учебной активности младших школьников, их эффективному личностному развитию.

Необходимо уже в начальных классах школы уделять внимание формированию творческого отношения школьников к учебе, так как именно младший школьный возраст является наиболее благоприятным для формирования таких качеств творческой личности как самостоятельность, активность, инициативность, являющиеся основой внутренней мотивации учения и способствующие успешной адаптации ребенка в учебном процессе.

Вторая часть работы, была посвящена эмпирическому исследованию адаптационных особенностей первоклассников, в условиях Прогимназии.

Анализ результатов исследования показал, что ученики Прогимназии отличаются высокой учебной мотивацией (внутренней), активностью и инициативностью в учебном процессе, дисциплинированностью, ответственностью, теплыми и дружескими отношениями со сверстниками, положительными эмоциями в ходе обучения, наличием любознательности. Общий балл по адаптации к

школьному обучения в этой группе школьников более высокий. Ученики средней общеобразовательной школы отличаются менее выраженной учебной мотивацией (она скорее является внешней), отвлекаемостью, частой сменой эмоций. Их отношение к школьному обучению неустойчиво: интерес то появляется, то исчезает. Общий балл по адаптации к обучению в школе в этой группе школьников более низкий, по сравнению с учениками Прогимназии. Выявленные результаты могут быть обусловлены более мягкими и при этом эффективными условиями обучения детей, выраженным личностно-ориентированным подходом в обучении, по сравнению со средней общеобразовательной школой с традиционной системой обучения.

Подводя итог проделанной работы, можно говорить о том, что выдвинутая нами исследовательская гипотеза нашла свое эмпирическое подтверждение. Общение между детьми - необходимое условие психического развития ребенка, которое становится его основной социальной потребностью. Проведенное исследование доказывает, что необходимо более подробно изучать межличностные отношения детских коллективов для того, чтобы социализация дошкольников проходила наиболее успешно.

Список использованных источников

1. Абрамова, Г.С. Возрастная психология / Г.С. Абрамова. - М., 2001. – 241с.
2. Бауэр, Е.А. Научно-практические основы психолого-педагогического сопровождения социально-психологической адаптации подростков-мигрантов: дисс. ... д-ра. психол. наук. М., 2012. – 503 с.
3. Волошина, Л.Н. Проблемы социально-психологической адаптации детей и молодежи в условиях модернизации российского образования / Л.Н. Волошина // Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Белгород: Изд-во «ПОЛИТЕРРА», 2011. – 504 с.
4. Воробьёва, Е. Адаптация учащихся: Методическая копилка / Е.Воробьева // Школьный психолог. – 2005. – № 18. — С.27–38.
5. Выготский, Л.С. Психология развития ребенка / Л.С. Выготский. – М.: Эксмо, 2013. – 508 с.
6. Давыдов, В.В. Психическое развитие младших школьников / В.В. Давыдов. – М., 2012. – 160 с.
7. Дифференцированный подход в обучении творческой деятельности учащихся младших классов // Вестник института развития образования и воспитания подрастающего поколения при ЧГПУ. Сер. 3. Актуальные проблемы образования подрастающего поколения, 2010. - С. 222-225.
8. Давыдов, В.В. Психическое развитие младших школьников / В.В. Давыдов. – М., 2012. – 160 с.
9. Долгая, Н.А. Деятельность социального педагога-психолога по адаптации подростков в кадетском корпусе / Н.А. Долгая // Известия Южного федерального университета. Педагогические науки, - Ростов-на-Дону, 2009. - №2. - С. 153-158.
10. Долгая, Н.А. Социально-педагогическая адаптация подростков в условиях кадетского корпуса / Н.А. Долгая // Известия Дагестанского

государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. – Махачкала. - 2011. - №4. - С. 54-57.

11. Еремеева, В.Д., Хризман, Т.П. Мальчики и девочки - два разных мира. Нейропсихологи - учителям, воспитателям, родителям, школьным психологам / В.Д. Еремеева. - М.: ЛИНКА-ПРЕСС, 1998. - 184 с.
12. Иванова, И. А. Проблема адаптации первоклассников / И.А. Иванова// Проблемы Науки. - 2015. - № 4 (34). - С.141–143.
13. Киселева, Е. К вопросу об особенности развития самостоятельности младшего школьника / Е.К. Киселева // Материалы конференции «Проблемы межкультурной коммуникации: история и современность, 2014. – С. 7-10.
14. Кляйн, М. Детский психоанализ / М. Кляйн. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2010. – 160 с.
15. Кондратьев, М.Ю. Социальная психология закрытых образовательных учреждений / М.Ю. Кондратьев. – СПб.: Питер, 2005. – 304 с.
16. Кравченко, Ю.В. Особенности процесса адаптации подростков к условиям обучения в общеобразовательных военных учебных заведениях: дис. ... канд. психол. наук: 19.00.14. - СПб., 2006. - 167 с.
17. Коноводова Ю.А. Сущность понятия «самостоятельная деятельность учащихся» при обучении школьников / Ю.А. Коноводова// Актуальные вопросы современной педагогики: материалы II междунар. науч. конф. – Уфа: Лето, 2012. – С. 10-15.
18. Куликов, Л.В. Детерминанты удовлетворенности жизнью // Сборник «Общество и политика» / Ред. В.Ю. Большаков. – СПб., 2010. – С. 476-510.
19. Лукьянова М.И., Калинина, Н.В. Учебная деятельность школьников: сущность и возможности формирования / Методические

рекомендации для учителей и школьных психологов/ М.И. Лукьянова. – Ульяновск: ИПКПРО, 2011. – 64 с.

20. Лусканова Н.Г. Анкета для определения школьной мотивации, 2012 / [Электронный ресурс]: http://vestishki.ru/node/1205(дата обращения:30.10.2018)
21. Милованова Н.Ю. Социально-педагогические условия адаптации учащихся к жизнедеятельности кадетского корпуса: дис. ... канд. пед. наук. - Тамбов, 2006. - 213 с.
22. Матюхина М.В. Мотивация учения младших школьников / М.В. Матюхина. – М., 2012. – 144 с.
23. Матяш, Н.В., Симоненко В.Д. Проектная деятельность младших школьников: Книга для учителя начальных классов / Н.В. Матяш – М.: Вентана-Граф, 2009. – 112 с.
24. Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция/ А.В. Микляева. – СПб.: Речь, 2012. – 248 с.
25. Налчаджан А.А. Психологическая адаптация. Механизмы и стратегии/ А.А. Налчаджан. – СПб.: Речь, 2010. – 283 с.
26. Никитина М.В. Проблема адаптации младшего школьника при переходе в среднее звено общеобразовательной школы, 2012 / Фестиваль педагогических идей, 2009 / [Электронный ресурс]: http://festival.1september.ru/articles/213806/ (дата обращения:30.10.2018)
27. Овчарова, Р.В. Практическая психология образования / Р.В. Овчарова. - М. : АКАДЕМИЯ, 2003. - 234 с.
28. Осенникова, М.В. Создание эффективной модели ученического самоуправления в условиях школы-интерната VI вида с целью социализации учащихся в современном обществе / М.В. Осенникова. – М., 2012. – 213с.

29. Пантелеев, А.Б. Психолого-педагогические технологии адаптации детей и подростков из семей мигрантов в системе образования: дисс. ... канд. психол. наук. М., 2007. – 217 с.
30. Петронюк, И.С. Особенности социализации подростков в условиях кадетского корпуса / И.С. Петронюк// Известия РГПУ им. А.И. Герцена. - 2008. - №55. – С.52-59.
31. Посохова, С.Т. Психология адаптирующейся личности/ С.Т. Посохова. – СПб., 2012. – 78 с.
32. Прихидько, А.И. Эмоциональная социализация: содержание и механизмы/ А.И. Приходько // Психологические исследования.- 2009. - №4. - С.10-14.
33. Прихожан, А.М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика/ А.М. Прихожан. – Воронеж: Издательство НПО «МОДЕК», 2012. – 304 с.
34. Прихожан, А.М. Формы и «маски» тревожности. Влияние тревожности на деятельность и развитие личности / А.М. Прихожан. – СПб.: Питер, 2012. –155 с.
35. Пятова, Л.А. Образовательная самостоятельность младших школьников / Л.А. Пятова// Информация и образование: границы коммуникаций. - 2014. - №6. - С. 335-336.
36. Подчасый, И.П. Проблемы адаптации детей к школе / И. П. Подласый / / Курс лекций по коррекционной педагогике : Учеб. - М.: ВЛАДОС, 2006. - 185 с.
37. Посохова, С.Т. Психология адаптирующейся личности/ С.Т. Посохова. – СПб., 2012. – 78 с.
38. Ростовцева, М.В. Адаптивность как отношение личности и общества: социально-философский аспект: автореф. дис. ... канд. филос. наук / М.В. Ростовцева. – Красноярск, 2010. – 127 с.
39. Савельева, О.С. Субъективное благополучие как проблема социальной психологии личности / О.С. Савльева// Материалы

межрегиональной научно-практической конференции «Актуальные проблемы психологии личности». - 2009. – С. 10-15.

40. Савенков, А.И. Методика исследовательского обучения младших школьников/ А.И. Садовников. – Самара, 2011. – 208 с.
41. Садым, А.М. Формирование когнитивных компонентов саморегуляции поведения/ А.М. Садым. – Краснодар, 2012. – 247 с.
42. Самоукина, Н. В. Практический психолог в школе: лекции, консультирование, тренинг / Н.В. Самоукина. — М.: Психотерапия, 2008. — 241 с.
43. Санькова, О.А. Психолого-педагогические условия адаптации детей младшего школьного возраста к обучению в начальной школе / Автореферат дисс. канд. пед. наук. – М., 2006. – 22 с.
44. Селевко, Г.К. Технология саморазвития личности школьника / Г.К. Селевко// Школьные технологии. - 2009. - №6. - С.5-20.
45. Собкин, В.С. Трансформация целей и мотивации учебы школьников / В.С. Собкин // Социологические исследования. 2009. - №8. - С. 106-115.
46. Соколовская, Н.В. Адаптация ребенка: управление процессом, диагностика, рекомендации / Н.В. Соколовская. – Волгоград: «Учитель», 2011. – 188 с.
47. Телегин, М.В. Воспитательный диалог как средство социализации детей старшего дошкольного и младшего школьного возрастов / М.В. Телегин// Начальная школа, - 2012. - №2. - С. 17-22.
48. Телегин, М.В. Рождение диалога: книга о педагогическом общении / М.В. Телегин. – М: ООО «АЛВИАН», 2009. – 224 с.
49. Шустова, Н.Е. Социально-психологическая адаптация: теоретико-методологические основы/ Н.Е. Шустова. – Николаев, 2010. – 56 с.
50. Фурманов, И.А. Психология детей с нарушениями поведения: пособие для психологов и педагогов/ И.А. Фурманов. – М.: Владос, 2010. – 351 с.

51. Хорни, К. Женская психология: пер. с англ./ К. Хорни – СПб.: Восточно-Европейский институт психоанализа, 2013. – 222 с.
52. Хохлова, В. А. Особенности школьной адаптации младших школьников на первом году обучения / В.А. Хохлова // Инновационные педагогические технологии: материалы IV Междунар. науч. конф. (г. Казань, май 2016 г.). — Казань: Бук, 2016. — С. 72-75.
53. Цукерман, Г. А. Поливанова К.Н Введение в школьную жизнь. Программа адаптации детей к школе / Г.А. Цукерман. — 2-е изд., испр. — М.: Генезис, 2003. — 128 с.
54. Шульга, В.В. Технология развития учебно-познавательной самостоятельности младших школьников / В.В. Шульга // Общество: социология, психология, педагогика.- 2014. - №3. - С. 36-39.
55. Шустова, Н.Е. Социально-психологическая адаптация: теоретико-методологические основы/ Н.Е. Шустова. – Николаев, 2010. – 56 с.
56. Щетинина, А.М. Диагностика социального развития ребенка: Учебно-методическое пособие / А.М. Щетинина. Великий Новгород: НовГУ им. Ярослава Мудрого, 2010. – 88 с.
57. Эльконин, Д.Б. Избранные психологические труды/ Д.Б. Эльконин. – М., 2012. – 560тс.
58. Эриксон, Э. Детство и общество/ Э.Эриксон. – СПб.: ЗАО ИТД «Летний сад», 2011. – 416с.
59. Яблоновская, Ю.О. Социально-педагогическая адаптация детей-сирот в условиях учреждений начального профессионального образования: дис. ... канд. психол. наук: 13.00.01. - Челябинск, 1997. - 257 с.

Приложения

ПРИЛОЖЕНИЕ №1.
Методика «Беседа о школе»
(модифицированный вариант Т. А. Нежновой, Д. Б. Эльконина, А. Л. Венгера)

Цель: выявление сформированности внутренней позиции школьника, его мотивации учения.

Оцениваемые универсальные учебные действия: действия, направленные на определение своего отношения к поступлению в школу и школьной действительности; действия, устанавливающие смысл учения.

Возраст: 6,5—8 лет.

Метод оценивания: индивидуальная беседа с ребенком.

Описание задания: ученик должен ответить на вопросы:

1. Тебе нравится в школе?

2. Что тебе в школе больше всего нравится, что для тебя самое интересное?

3. Представь, что ты встретил малыша из детского сада, который о школе еще ничего не знает. Он тебя спрашивает: «Кто такой — хороший ученик?» Что ты ему ответишь?

4. Представь, что тебе предложили не каждый день учиться в школе, а заниматься дома с мамой и только иногда ходить в школу. Ты согласишься? 5. Представь, что есть школа А и школа Б. В школе А такое расписание уроков в 1 классе: каждый день чтение, математика, письмо и только иногда рисование, музыка, физкультура. В школе Б другое расписание — там каждый день физкультура, музыка, рисование, труд и только иногда чтение, математика, русский язык. В какой школе ты хотел бы учиться?

6. Представь, что к вам домой приехал знакомый твоих родителей. Вы с ним поздоровались, и он тебя спрашивает: «…?» Подумай, о чем он тебя может спросить.

7. Представь, что ты очень хорошо работал на уроке и учительница тебе говорит: «Саша (имя ребенка), ты сегодня очень старался, и я хочу тебя наградить за хорошую учебу. Выбери сам, что ты хочешь — шоколадку, игрушку или пятерку в журнал».

Ключ . Все ответы кодируются буквой А или Б.

А – балл в счет сформированности внутренней позиции школьника,

Б – балл в счет несформированности внутренней позиции школьника и предпочтения дошкольного образа жизни.

1. Да – А., не знаю, нет – Б.

2. А – называет школьные предметы, уроки;

Б – перемены игры, общение с друзьями, школьные атрибуты (ранец, форма и пр.)

3. А – указание на отметки, хорошее поведение, прилежание, старательность, заинтересованность в новых знаниях и умениях;

Б – нет ответа или неадекватное объяснение;

4. А – нет;

Б – согласие, при этом может оговаривать посещение школы (иногда)

5. А – школа А, Б – школа Б

6. А – вопросы о школе (учишься ли в школе, когда пойдешь в школу, какие отметки, хочешь ли пойти в школу и пр.)

Б – вопросы, не связанные со школой. Если ребенок не связывает вопросы взрослого со школой, например, говорит, что взрослый спросит его имя, то можно задать вопрос: «А еще о чем он тебя спросит?)

7. А – выбор отметки, Б – выбор игрушки, шоколадки.

Критерии оценивания:

1. Положительное отношение к школе, чувство необходимости учения, т. е. в ситуации необязательного посещения школы продолжает стремиться к занятиям специфически школьного содержания.

2. Проявление особого интереса к новому, собственно школьному содержанию занятий, что выражается в предпочтении уроков «школьного» типа урокам «дошкольного» типа.

3. Предпочтение классных коллективных занятий индивидуальным занятиям дома, социального способа оценки своих знаний (отметки) дошкольным способам поощрения (сладости, подарки). (Д.Б. Эльконин, А.Л. Венгер, 1988).

Уровни оценивания:

0. Отрицательное отношение к школе и поступлению в нее.

1. Положительное отношение к школе при отсутствии ориентации на содержание школьно-учебной действительности (сохранение дошкольной ориентации). Ребенок хочет пойти в школу, но при сохранении дошкольного образа жизни.

2. Возникновение ориентации на содержательные моменты школьной действительности и образец «хорошего ученика», но при сохранении приоритета социальных аспектов школьного образа жизни по сравнению с учебными аспектами.

3. Сочетание ориентации на социальные и собственно учебные аспекты школьной жизни.

0 уровень – обязательно вопрос 1, 4 - Б, в целом преобладание ответов типа Б.

1 уровень - обязательно 1, 4 - А, 2, 5, - Б. В целом равенство или преобладание ответов А.

2 уровень – 1, 4, 7 – А; в ответах нет явного преобладания направленности на школьное содержание. Ответы А преобладают.

3 уровень – 1, 2, 4, 5, 6, 7 – А.

Методика исследования мотивации учения
у первоклассников

(Методика разработана в 1988г. М.Р. Гинзбург, экспериментальные материалы и система оценок - в 1993г. И.Ю. Пахомовой и Р.В. Овчаровой.)

Форма проведения: индивидуальная.

Оборудование: стимульный материал к методике.

Инструкция:

«Сейчас я прочитаю тебе рассказ».

№1. Мальчики (девочки) разговаривали о школе. Первый мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что меня мама заставляет. Если бы не мама, я бы в школу не ходил».

На стол перед ребёнком психолог выкладывает карточку с рисунком№1 - женская фигура с указывающим жестом, перед ней фигура ребёнка с портфелем в руках. (Внешний мотив.)

№2. Второй мальчик (девочка) сказал: «Я хожу в школу потому, что мне нравится делать уроки. Даже если бы школы не было, я всё равно бы учился».Психолог выкладывает карточку с рисунком № 2 - фигура ребёнка, сидящего за партой. (Учебный мотив.)

№3. Третий мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что там весело и много ребят, с которыми можно поиграть».Психолог выкладывает карточку с рисунком № 3 - фигурки двух детей, играющих в мяч. (Игровой мотив.)

№4. Четвёртый мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что хочу быть большим. Когда я в школе, я чувствую себя взрослым, а до школы я был маленьким». Психолог выкладывает карточку с рисунком № 4 - две фигурки, изображённые спиной друг к другу: у той, что повыше, в руках портфель, у той, что пониже, игрушечный автомобиль. (Позиционный мотив.)

№5. Пятый мальчик (девочка) сказал: «Я хожу в школу потому, что нужно учиться. Без учения никакого дела не сделаешь, а выучишься - и можешь стать, кем захочешь». Психолог выкладывает карточку с рисунком № 5 - фигурка с портфелем в руках направляется к зданию. (Социальный мотив.)

№6. Шестой мальчик сказал: «Я хожу в школу потому, что получаю там пятёрки». Психолог выкладывает карточку с рисунком № 6 - фигурка ребёнка, держащего в руках раскрытую тетрадь. (Отметка.)

После прочтения рассказа психолог задаёт вопросы:

- А как, по-твоему, кто из них прав? Почему? (Выбор 1)
- С кем из них ты хотел бы вместе играть? Почему? (Выбор 2)
- С кем из них ты хотел бы вместе учиться? Почему? (Выбор 3)

Дети последовательно осуществляют три выбора. Если содержание недостаточно прослеживается в ответе ребёнка, необходимо задать контрольный вопрос: «А что этот мальчик сказал?», чтобы быть уверенным в том, что ребёнок произвёл свой выбор, исходя именно из содержания рассказа, а не случайно указал на одну из шести картинок.

Обработка результатов. Ответы (выбор определённой картинки) экспериментатор заносит в таблицу и затем оценивает.

Выборы	Мотивы, №					
	1	2	3	4	5	6
I выбор						

II выбор						
III выбор						
Контрольный выбор						

- Внешний мотив – 0 баллов;
- учебный мотив – 5 баллов;
- позиционный мотив – 3 балла;
- социальный мотив – 4 балла;
- отметка – 2 балла;
- игровой мотив – 1 балл

Необходимо подсчитать, сколько баллов набрано отдельно, по каждому мотиву. Контрольный выбор увеличивает количество баллов соответствующего выбора.

Доминирующая мотивация учения диагностируется по наибольшему количеству баллов. Вместе с тем, ребёнок может руководствоваться и другими мотивами. О несформированности мотивации учения свидетельствует отсутствие предпочтений, т.е. различные подходы во всех ситуациях.

Стимульный материал













Проективная методика для диагностики школьной тревожности
А.М.Прихожан

Методика была разработана в 1980-1982 гг. *А.М.Прихожан* на основании методики Amen E.W., Renison N. (1954). Методика предназначена для диагностики **школьной тревожности** у учащихся 6-9 лет.

Описание теста

Для проведения теста необходимо 2 набора по 12 рисунков размером 18 х 13 см в каждом. *Набор А* предназначен для девочек, *Набор Б*– для мальчиков. Номера картинок ставятся на обороте рисунка.

Методика проводится с каждым испытуемым индивидуально. Требования к проведению стандартны для проективных методик. Перед началом работы дается общая инструкция. Кроме того, перед показом некоторых рисунков даются дополнительные инструкции.

Инструкция к тесту

Сейчас ты будешь придумывать рассказы по картинкам. Картинки у меня не совсем обычные. Посмотри, все – и взрослые, и дети – нарисованы без лиц. (Предъявляется картинка № 1.) Это сделано специально, для того чтобы интереснее было придумывать. Я буду показывать тебе картинки, их всего 12, а ты должен придумать, какое у мальчика (девочки) на каждой картинке настроение и почему у него такое настроение. Ты знаешь, что настроение отражается у нас на лице. Когда у нас хорошее настроение, лицо у нас веселое, радостное, счастливое, а когда плохое – грустное, печальное. Я покажу тебе картинку, а ты мне расскажешь, какое у мальчика (девочки) лицо – веселое, грустное или какое-нибудь еще, и объяснишь, почему у него или нее такое лицо.

Выполнение задания по картинке №1 рассматривается как тренировочное. В ходе его можно повторять инструкцию, добиваясь того, чтобы ребенок ее усвоил.

Затем последовательно предъявляются картинки №2-12. Перед предъявлением каждой повторяются вопросы: Какое у девочки (мальчика) лицо? Почему у него такое лицо?

Перед предъявлением картинок №2, 3, 5, 6, 10 ребенку предварительно предлагается выбрать одного из персонажей-детей и рассказывать о нем.

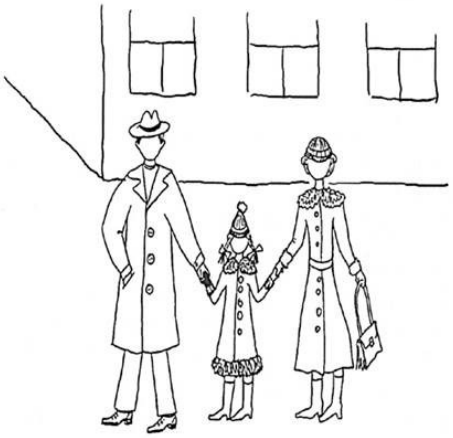
Обработка результатов теста

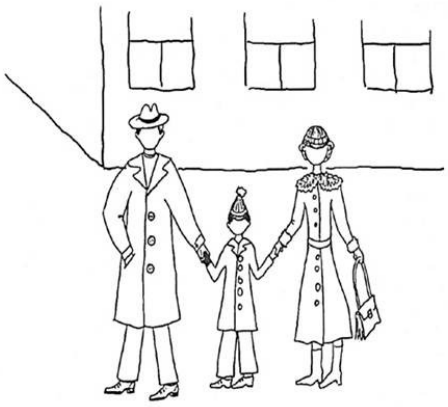
Оцениваются ответы на 10 картинок (№2-11). Картинка №1 – тренировочная, №12 выполняет «буферную» функцию и предназначена для того, чтобы ребенок закончил выполнение задания позитивным ответом. Вместе с тем следует обратить внимание на редкие случаи (по данным *А.М.Прихожан,* не более 5-7%), когда ребенок на картинку №12 дает отрицательный ответ. Такие случаи требуют дополнительного анализа и должны быть рассмотрены отдельно.

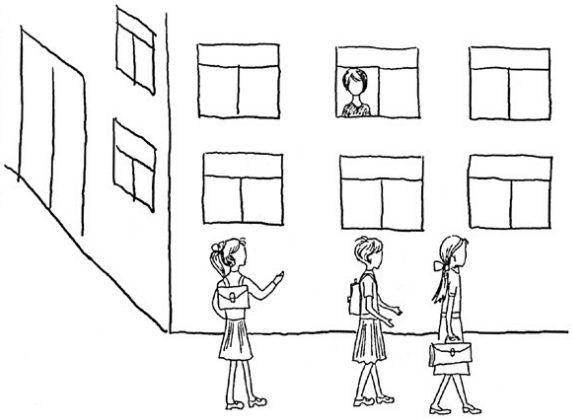
Общий уровень тревожности вычисляется по «неблагополучным» ответам испытуемых, характеризующим настроение ребенка на картинке как грустное, печальное, сердитое, скучное. Тревожным можно считать ребенка, давшего 7 и более подобных ответов из 10.

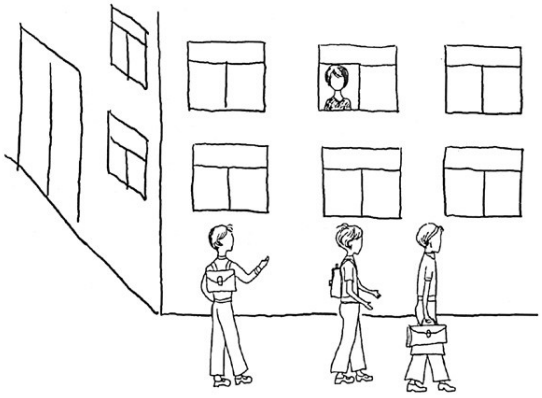
Сопоставляя ответы испытуемого с его интерпретацией картинки, а также анализируя выбор героя на картинках с несколькими детьми (например, на картинке № 6 – выбирает ли он ученика на первой парте, решившего задачу, или ученика на второй парте, не решившего ее), можно получить богатый материал для качественного анализа данных.

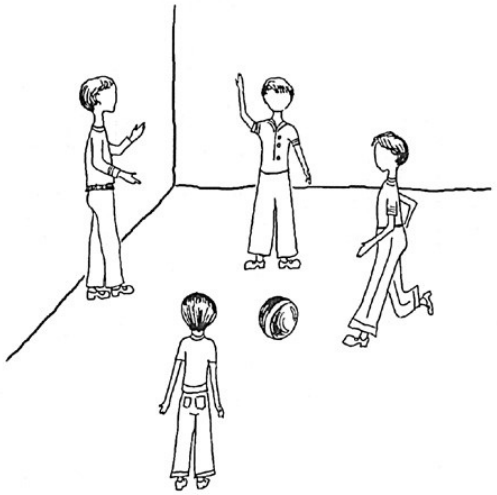
Тестовый материал

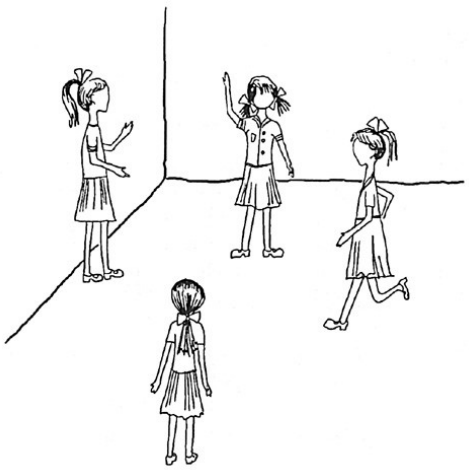






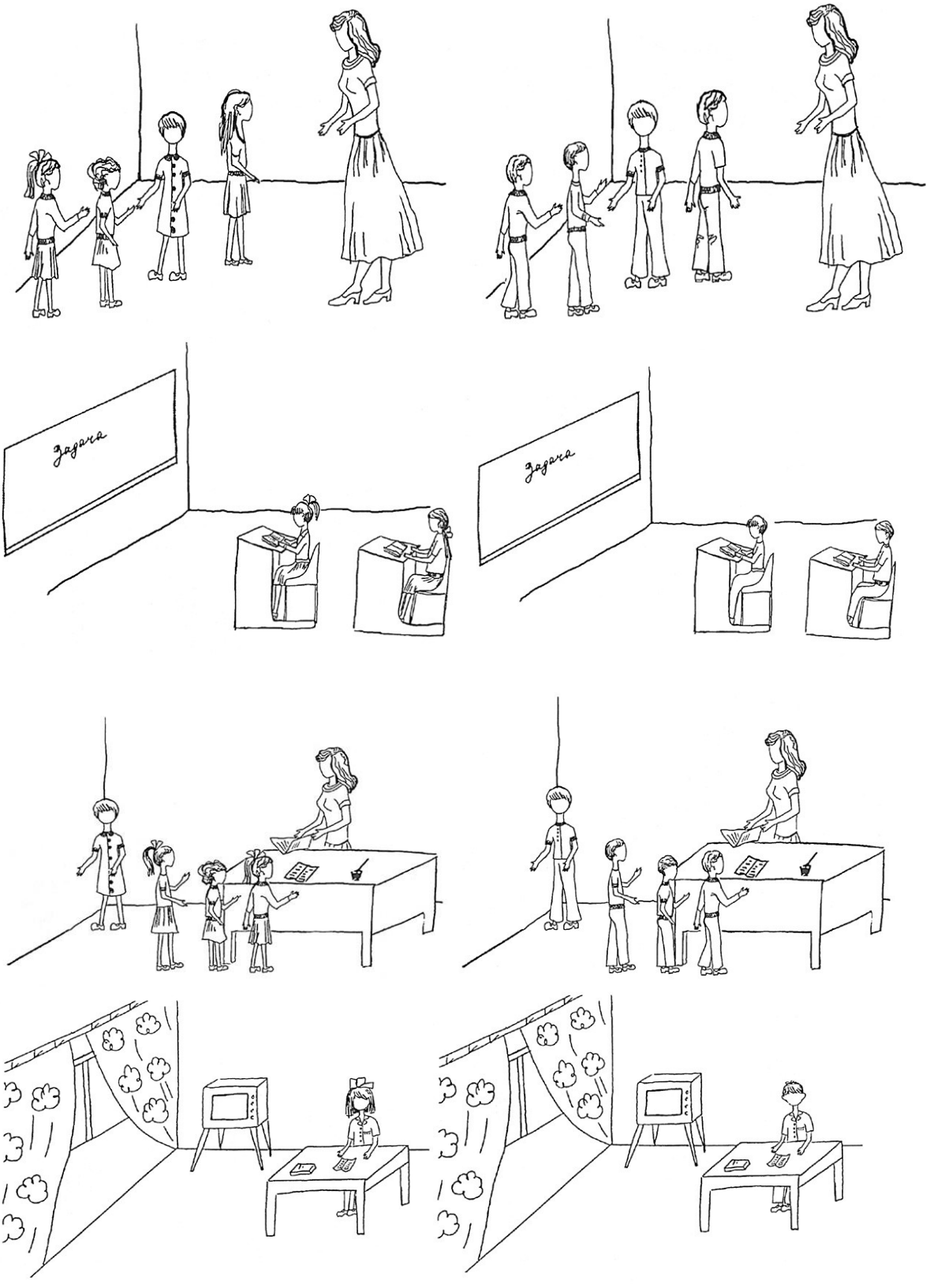


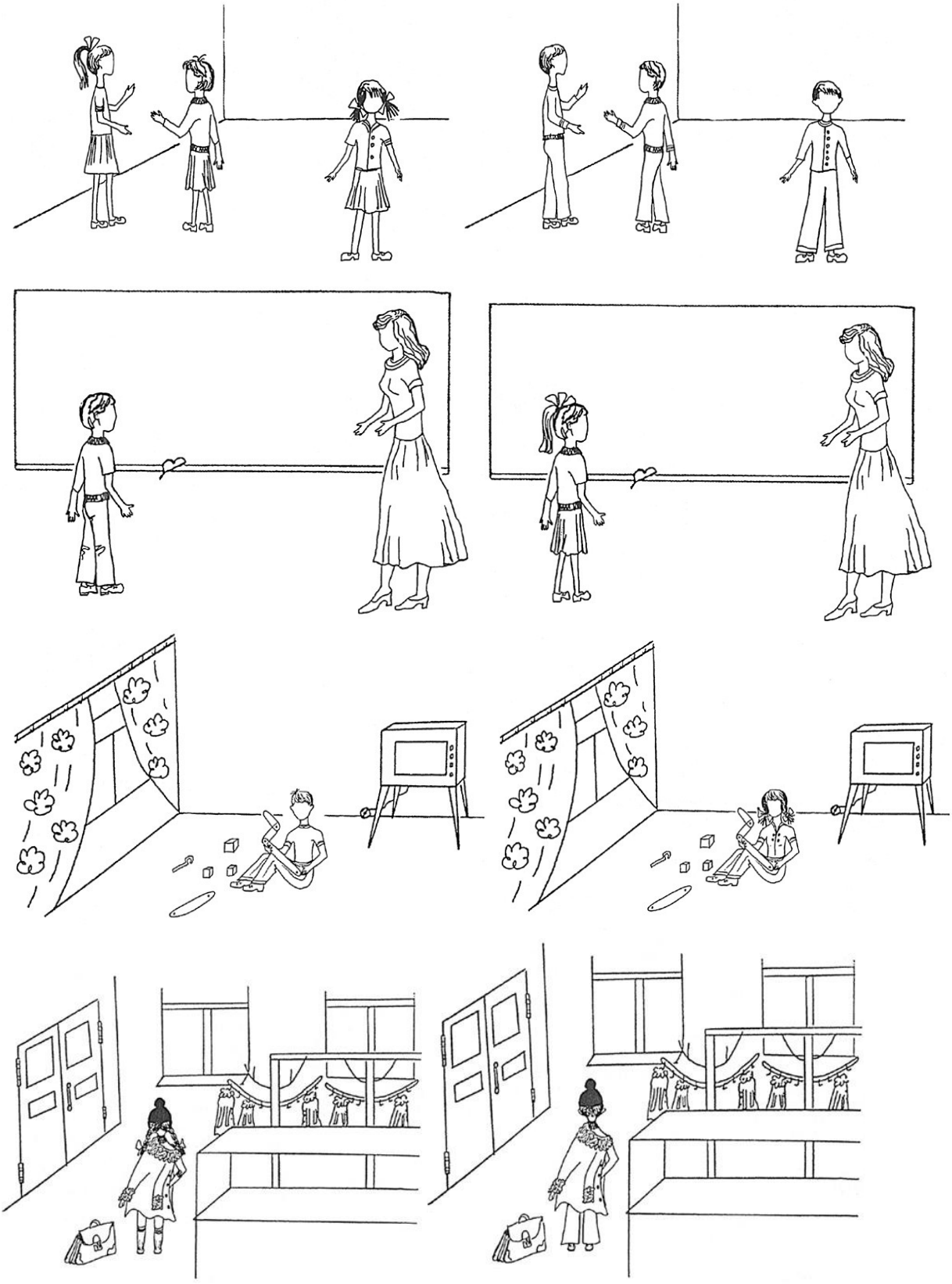









Задача
Задача



Эмоциональные установки по отношению к школе.

Обстановка дома. Эмоциональный фон. Энергетика.

(цветовой тест Люшера)

Тест Люшера в силу своей популярности среди практических психологов не нуждается в подробном описании. Мы приведем здесь только некоторые уточнения, отражающие особенности работы с детьми 6-8 лет.

Процедура исследования цветовых ассоциаций («Мое настроение в школе», «Мое настроение дома» и т. п.) позволяет исследовать, насколько комфортно ребенок чувствует себя дома и в школе, выявить эмоциональные установки дошкольников по отношению к предстоящему школьному обучению. Неблагополучная ситуация в семье и негативное отношение ребенка к школе могут существенно осложнить школьную адаптацию. Эта информация должна быть обязательно учтена в индивидуальной работе с ребенком, но она не может быть основанием для вывода о его неготовности к школьному обучению. Эта информация не представлена среди показателей «Психологической характеристики», но составляет определенный контекст, влияющий на интерпретацию всех полученных результатов.

Ниже приведем интерпретации цветовых выборов и цветовых ассоциаций, надежность которых подтверждена наблюдениями педагогов, психологов, родителей, а также сведениями о состоянии здоровья ребенка.

Синий цвет(1)

Этот цвет предпочитают (выбирают в качестве наиболее приятного) чувствительные, впечатлительные, но в то же время спокойные и уравновешенные дети. Они также отличаются утонченностью и хорошим эстетическим развитием, имеют потребность в глубоком личностном, а не поверхностном игровом общении. Если эта потребность удовлетворяется (либо в школе, либо дома), то ребенок чувствует себя

хорошо. Если эта потребность долго не находит удовлетворения, все равно она еще долго сохраняется как позитивный эмоциональный настрой ребенка.

Зеленый цвет(2)

Этот цвет предпочитают дети с высоким уровнем притязаний. Для них характерна озабоченность собственным статусом и положением в коллективе. Они испытывают потребность в похвале, хотят быть лучше других.

Детям, которые свое настроение дома ассоциируют с зеленым цветом, необходимо, чтобы в семье их уважали и проявляли серьезное отношение к их желаниям и достижениям, чтобы взрослые не обращались с ними как с маленькими.

Дети, выбирающие зеленый цвет для передачи своего настроения в школе, стремятся получать только «пятерки», хотят быть отличниками, проявляют высокую чувствительность во взаимоотношениях с учителями, добиваются, чтобы их хвалили и ставили в пример другим (если, например, такой ребенок получит пятерку, но об этом не объявят всему классу, то это может не на шутку расстроить его).

Красный цвет(3)

Это цвет предпочитают активные, энергичные, деятельные дети. Обычно они оптимистичны, шумны и веселы. Часто несдержанны.

Желтый цвет(4)

Этот цвет предпочитают мечтательные дети, полные надежд, но не готовые активно действовать и склонные занимать выжидательную позицию[2]. Если желтый цвет ассоциируется у ребенка с обстановкой в школе или дома, это свидетельствует о том, что они вызывают у него хорошее и светлое настроение.

Более 50% первоклассников настроение в школе оценивают как «желтое», а дома - как «красное», то есть дома эти дети раскованны и активны, а в школу они идут с радостным ожиданием новых впечатлений, с надеждой, что эти впечатления будут приятными и светлыми. Такой выбор можно, пожалуй, определить как отражающий нормальное, эмоционально здоровое состояние первоклассника.

Фиолетовый цвет (5)

Этот цвет предпочитают дети, у которых доминируют инфантильные установки.

Если фиолетовый цвет характеризует настроение ребенка в школе, то, скорее всего, ребенок еще не чувствует ответственности ученика и ходит в школу, в основном, для того, чтобы играть и общаться с другими детьми. Таким детям нравится в школе, когда там бывает интересно и когда их там хвалят. Однако, если они начинают испытывать трудности в обучении и получать замечания, отношение к школе резко меняется: дети начинают капризничать и не хотят ее посещать.

Если «фиолетовое» настроение характерно для дома, то, как правило, оказывается, что родители продолжают обращаться с первоклассником как с маленьким ребенком, умиляются его капризам и строят отношения с ним на принципах гиперопеки.

Коричневый цвет (6)

Этот цвет предпочитается тревожными детьми, которые часто испытывают эмоциональный или физический дискомфорт, неприятные болезненные ощущения («мне нехорошо, «тошнит», «у меня болит живот» и т. п.), страх. Если коричневый цвет оказывается на первом месте в ряду цветовых предпочтений ребенка, то обычно это бывает связано с наличием у него каких-либо хронических заболеваний (чаще - сильный

диатез, аллергия) или является следствием каких-либо травм (ушибов, переломов), которые осложняли его деятельность и общение.

Ребенок, выбирающий коричневый цвет для обозначения своего настроения в школе или дома, обычно плохо себя чувствует в этих ситуациях: боится школы, испытывает затруднения в учебе (например, учащиеся, слабо владеющие грамотным письмом, вплоть до 7-8 класса выбирают коричневый цвет для обозначения своего самочувствия на уроках русского языка) и др.

Черный цвет(7)

Предпочтение черного цвета отражает негативное отношение к себе и ко всему окружающему миру, активное, резкое неприятие, протест. Если ребенок выбирает черный цвет как наиболее предпочитаемый, отводя ему первое место, то внутренне он уже, скорее ксего, согласился с той отрицательной оценкой, которую часто получает от окружающих («Да, я плохой»).

Дети, у которых черный цвет ассоциируется со школой, как правило, ненавидят все, что связано с учебой, и открыто говорят об этом. Первоклассники выбирают черный цвет крайне редко. Чаще такой выбор характерен для дошкольников, занимающихся в центрах развития и подготовки к школе (до 20%). Эти дети часто устают от трудных занятий, от принуждения со стороны родителей и начинают заранее ненавидеть школу (центры подготовки, естественно, тоже). Согласно результатам нашего специального обследования, с началом обучения у большинства из них отношение к школе меняется: на деле все оказывается совсем не так плохо, как они думали.

Если черный цвет характеризует настроение детей дома, то можно предположить, что они находятся в состоянии открытой конфронтации с родителями.

Серый цвет(0)

Предпочтение серого цвета связано с инертностью и безразличием. Серое» настроение в школе отличает детей, для которых характерны пассивное неприятие школы и равнодушное отношение к ней. «Серое» настроение дома чаще всего связано с тем, что дети предоставлены сами себе, брошены, какое-либо эмоциональное участие со стороны взрослых в их жизни отсутствует.

В общении с детьми важно учитывать их доминирующие эмоциональные установки в различных жизненных ситуациях. Установка - это «руководство к действию», ожидание, которое стремится быть реализованным. Если полученные результаты свидетельствуют о том, что у ребенка сложилась неконструктивная установка (равнодушие, негативизм, тревожность, защитная агрессия) на ситуацию в школе или дома, необходимо выяснить ее причину.

Если неконструктивная эмоциональная установка по отношению к школе выявлена у ребенка, который уже учится, следует проверить несколько гипотез. Необходимо спросить у ребенка, на какой цвет похоже его настроение на отдельных уроках (математики, чтения и др.), так как неприятие школы может быть вызвано трудностями в освоении какого-либо предмета (например, не умеет читать, имеет плохой почерк и т. п.). Если на уроках ребенок себя чувствует нормально, то причиной негативной установки по отношении к школе могут быть проблемы в общении. Следует спросить ребенка, на какой цвет похоже его настроение, когда он играет с ребятами на перемене или разговаривает с учителем. Если ребенок тревожный или родители излишне фиксированы на школьных успехах, то он может бояться отвечать у доски перед всем классом. Для проверки этой

гипотезы надо спросить у ребенка, на какой цвет похоже его настроение, когда он отвечает у доски во время уроков. Такая более подробная диагностика позволяет конкретизировать причины эмоционального неприятия школы и наметить направление дальнейшей работы с ребенком. Если негативная эмоциональная установка выявлена у ребенка по отношению к дому, более подробную диагностику проводить не надо, так как достаточное количество информации можно будет получить из теста Амен и теста «Рисунок семьи».

Процедура ранжирования цветовых карточек (от самого приятного цвета до самого неприятного) позволяет рассчитать показатель суммарного отклонения от аутогенной нормы (СО) и вегетативный коэффициент (ВК). Расчет значений СО и ВК призводится по формулам А. И. Юрьева и К. Шипоша, приведенным в методическом руководстве «Цветовой тест М. Люшера» В. И. Тимофеева и Ю. И. Филимоненко (СПб, ИМАТОН).

На основании работ Вальнеффера определенный порядок выбора цветов (34251607) был принят за аутогенную норму- индикатор психологического благополучия. Для расчета суммарного отклонения от аутогенной нормы (СО) необходимо сравнивать порядок мест, которые занимают цвета в выборе ребенка, с их «идеальным» расположением (34251607). Сначала вычисляется разница между реально занимаемым местом и нормативным положением цвета, затем эти разности (их абсолютные величины, без учета знака) суммируются. Значение СО изменяется от 0 до 32 и может быть только четным.

В таблице приведен пример расчета суммарного отклонения для выбора 14627503. Суммарное отклонение в данном случае равно 20.

СО = 7+0+1+2+4+3+0+3 = 20

1
2
3
4
5
6
7
8
Место цвета в выборе исп-го
8
2
4
6
1
3
7
5
Разность
7
0
1
2
4
3
0

3

Значение СО отражает устойчивый эмоциональный фон, то есть преобладающее настроение ребенка. В «Психологической характеристике» этот показатель так и обозначен - «Настроение». Он имеет только три уровня выраженности.

II зона - Преобладание отрицательных эмоций. Доминируют плохое настроение и неприятные переживания, причину которых необходимо выяснить. Плохое настроение свидетельствует о нарушении адаптационного процесса, о наличии проблем, которые ребенок не может преодолеть самостоятельно.

III зона - Эмоциональное состояние в норме. Ребенок может и радоваться, и печалиться, поводов для беспокойства нет, адаптация протекает нормально.

IV зона - Преобладание положительных эмоций. Ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично.

Преобладание плохого настроения (II зона) не является противопоказанием для обучения ребенка в школе, но свидетельствует о том, что он остро нуждается в психологической (психотерапевтической) помощи. Необходимо понять причины выявленного состояния и попытаться изменить окружающую среду, негативно влияющую на ребенка и способствующую его невротизации.

Вегетативный коэффициент (ВК) характеризует энергетический баланс организма: способность к энергозатратам или установку на сбережение энергии. В «Психологической характеристике» (Приложение 5) эта психологическая особенность ребенка обозначена как «Энергия». Расчет ВК производится по формуле, предложенной К. Шипошем:

$$ВК = \frac{18 - \text{место красного} - \text{место желтого}}{18 - \text{место синего} - \text{место зеленого}}$$

Значение коэффициента изменяется от 0,2 до 5 баллов.

Энергетический показатель интерпретируется следующим образом:

II зона - Хроническое переутомление, истощение, низкая работоспособность. Нагрузки непосильны для ребенка, требуется их существенное снижение. Обычно постоянное переутомление связано с наличием (и обострением) хронических заболеваний (почечной, сердечной, легочной недостаточности и др.). Общая ослабленность организма обычно проявляется в его низкой сопротивляемости инфекциям, что приводит к частым простудным заболеваниям.

III зона - Компенсируемое состояние усталости. Самовосстановление оптимальной работоспособности происходит за счет периодического снижения активности. Необходима оптимизация рабочего ритма, режима труда и отдыха ребенка.

IVзона - Оптимальная работоспособность. Ребенок отличается бодростью, отсутствием усталости, здоровой активностью, готовностью к энергозатратам. Нагрузки соответствуют его возможностям. Образ жизни ребенка позволяет ему полностью восстанавливать затраченную энергию.

V зона - Перевозбуждение. Чаще всего, является результатом работы ребенка на пределе своих возможностей, а не в оптимальном для него режиме, что приводит к быстрому истощению. Требуется нормализация темпа деятельности, режима труда и отдыха, иногда необходимо и снижение нагрузок.

Известно, что в состоянии хронического переутомления не могут полноценно функционировать память, внимание, мышление, нарушается адекватность реагирования, снижается способность к самоуправлению. Все это, естественно, отрицательно

сказывается на школьных успехах. Но чем больше времени ребенок начинает уделять урокам и меньше - отдыху, тем плачевнее бывают общие результаты: к слабой успеваемости добавляется и потеря здоровья. При хроническом переутомлении в первую очередь требуется снижение нагрузок.

Для правильного понимания причин хронического переутомления ребенка (зона II) необходимо также учитывать взаимное расположение красного (3) и желтого (4) цветов. Исследования Л. А. Катаева-Смыка показали, что нервно-психическое истощение приводит к глобальным сдвигам в функционировании всех систем организма. Переутомление и «падение» энергетики приводят к тому, что сильные внешние раздражители становятся непереносимыми, причем в разряд «сильных» переходят и те раздражители, которые раньше воспринимались как нормальные. Меняется эмоциональное восприятие цвета. Сине-голубые оттенки кажутся более привлекательными, а желто-красные - резко неприятными. Особенно непереносимым становится желтый цвет. Когда этот цвет оказывается передглазами переутомленного человека, он может вызвать приступ тошноты или головной боли, даже привести к потере сознания.

Наши исследования подтверждают, что о нервно-психическом истощении и хроническом переутомлении можно говорить, когда не только значение ВК соответствует II зоне, но и в самом цветовом выборе желтый цвет находится правее красного и ближе к концу ряда. Если ближе к концу ряда оказывается красный цвет, а желтый находится левее, ближе к началу ряда, то состояние ребенка может быть охарактеризовано как обычная усталость, но при этом как дополнительный фактор, как правило, присутствует «внешнее» подавление активности ребенка (авторитарное давление родителей чрезмерные охранительные запреты или предупредительные заботы). В этом случае со здоровьем у ребенка может быть все в порядке. Мы сталкиваемся не с физиологическим истощением, а имеем суммарный результат компенсируемой усталости и вынужденного (из-за внешнего управления и давления) снижения активности. Оптимизировать состояние и работоспособность ребенка можно за счет нормализации отношения к нему со стороны взрослых (коррекциистиля воспитания) и общего режима его жизнедеятельности без снижения нагрузок.

ММД является дополнительным фактором, осложняющим деятельность ребенка. Наличие ММД свидетельствует о нарушениях в функционировании мозга, которые обычно приводят к сдвигам и в энергообеспечении организма. Если при ММД вегетативный коэффициент ВК находится в зоне III или V, то без специального лечения компенсация дисфункции оказывается невозможной. Если ВК оказался в зоне II, то вполне вероятны серьезные ухудшения и дезорганизация мозговой деятельности. В этом случае необходимо срочно оптимизировать нагрузки и режим ребенка, что обязательно должно сочетаться с его лечением. Если ВК находится в зоне IV, то найден оптимальный режим жизнедеятельности ребенка, при котором вполне вероятна и постепенная нормализация работы мозга без дополнительного лечения.

ПРИЛОЖЕНИЕ №2.

АНКЕТА.
Определение уровня сформированности образовательной среды.

_____ класс_____ **Прогимназия №.**

Уважаемые родители!
В целях улучшения работы прогимназии администрация просит Вас ответить на вопросы анкеты, написать ваши пожелания по улучшению учебно-учительного процесса.

Большое спасибо Вам за ответы и предложения.

1. **На сколько Вы удовлетворены предлагаемым спектром учебных предметов в вашем классе? (Подчеркните нужный ответ)**

   Полностью удовлетворён
   Скорее удовлетворён
   Скорее неудовлетворён
   Полностью неудовлетворён

2. **Какие изменения Вы бы внесли в предлагаемый спектр учебных предметов?**
   А) увеличить количество часов на предметы (какие?):

   Б) уменьшить количество часов на предметы (какие?):

   В) ввести новые предметы (какие?):

   Г) убрать учебные предметы (какие?):

3. **На сколько удовлетворяет Вас уровень усвоения материала вашим ребёнком? (* - пункт для тех, чьи дети занимаются со школьным логопедом)**

Название предметов	Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён
Русский язык				
Математика				
Чтение				
Английский язык				
Природоведение				
Москвоведение				
Информатика				
Рисование				
Физкультура				
Музыка				
Этикет				
Лего				
Занятия с психологом				
Занятия с логопедом*				

4. На сколько удовлетворяет Вас качество преподавания следующих предметов?

Название предметов	Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён
Русский язык				
Математика				
Чтение				
Английский язык				
Природоведение				
Москвоведение				
Информатика				
Рисование				
Физкультура				
Музыка				
Этикет				
Лего				
Занятия с психологом				
Занятия с логопедом*				

5. На сколько Вы удовлетворены учительной работой?

Название предметов	Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён
В классе				
В прогимназии				

6. Ваши предложения по улучшению работы прогимназии.

АНКЕТА.
ОПРЕДЕЛЕНИЕ УРОВНЯ ВОСПИТАННОСТИ УЧАЩИХСЯ.

Класс_____
Фамилия, имя ученика_____

№	Качества личности и их показатели	Я оцениваю себя сам	Оценка родителей	Оценка учителя (кл. рук.)	Балл по показателю	Балл по блоку	Общий балл
I. ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ:							
1.	Мне интересно учиться						
2.	Я всегда выполняю домашние задания						
3.	Я стремлюсь получать хорошие отметки						
4.	Я люблю читать						
5.	Мне интересно узнавать новое, находить ответы на непонятные вопросы						
II. ПРИЛЕЖАНИЕ (отношение к учёбе):							
1.	Я стараюсь в учёбе						
2.	Я внимателен						
3.	Я самостоятелен						
4.	Я помогаю другим и сам обращаюсь за помощью						
5.	Я занимаюсь регулярно без пропусков						
III. ТРУДОЛЮБИЕ:							
1.	Тружусь по принципу: «Без труда не вынешь и рыбку из пруда»						
2.	Берегу результаты своего труда и труда других людей						
3.	Я обслуживаю себя сам						
4.	Я делаю всё аккуратно и красиво, выполняя правила работы						
IV. Я и ПРИРОДА (отношение к природе):							
1.	Я берегу растения						
2.	Я берегу животных						
3.	Я берегу почву						
4.	Я берегу всё, что окружает меня						
V. Я и ШКОЛА:							
1.	Я выполняю правила для учащихся						
2.	Я участвую в делах классах						

3.	Я участвую в делах школы						
4.	Я добр в отношениях с людьми						
VI. ПРЕКРАСНОЕ В МОЕЙ ЖИЗНИ:							
1.	Я аккуратен и опрятен						
2.	Я соблюдаю культуру поведения						
3.	Я люблю, чтобы у меня и окружающих меня людей всё получалось красиво						
4.	Я ценю прекрасное в жизни						
VII. Я (отношение к себе):							
1.	Я умею управлять собой, своим поведением						
2.	Я соблюдаю санитарно-гигиенические правила ухода за собой						
3.	Я забочусь о здоровье						
4.	Я умею правильно распределять время учёбы и отдыха						
5.	У меня нет вредных привычек						

Оценивание проводится в пятибалльной системе: 5 – это есть всегда, 4 – часто, 3 – редко, 2 – никогда, 1 – у меня другая позиция.
(Для VII блока 5 пункта: если вредных привычек нет, то ставится 5 баллов).

АНКЕТА
«Нормализация учебной нагрузки»

Уважаемые родители!

С целью изучения объёма учебной нагрузки Вашего ребёнка просим выразить Ваше отношение к организации учебно-учительного процесса в прогимназии. Просим Вас отметить в каждом вопросе только один раз знаком «Y» или «X» ваш ответ.
Большое спасибо Вам за ответы и предложения.

1. На сколько удовлетворены ли Вы организацией учебно-учительного процесса в прогимназии?

Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён

2. На сколько легко вашему ребёнку учиться в прогимназии?

Легко справляется, трудностей нет	Трудности бывают, но редко	Испытывает трудности постоянно	**Очень тяжело**

3. Как сильно устает Ваш ребёнок после обычного дня учебных занятий в прогимназии?

Практически не устаёт	Устаёт немного, быстро восстанавливается	Устаёт значительно, требуется отдых	Буквально «падает» от усталости

4. Как часто наблюдаете Вы переутомление у вашего ребёнка к концу учебной недели?

Каждую неделю	**Раз в месяц**	**Было: 1 – 2 раза**	**Не замечали**

5. На сколько удовлетворяет Вас режим работы прогимназии:
   - 5-дневной учебной недели?

Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён

   - 6-дневной учебной недели?

Полностью удовлетворён	Скорее удовлетворён	Скорее неудовлетворён	Полностью неудовлетворён

6. Считаете ли Вы, что объём домашних заданий оптимален (нормален, достаточен, реален) для вашего ребёнка? (для 2-4 классов)

Да	**Скорее да**	**Скорее нет**	**Нет**

7. По каким предметам Ваш ребёнок получает объёмное, трудоёмкое домашнее задание?
8. (для 2-4 классов)

_____
_____
_____

9. Как реагируют учителя на Ваши замечания и предложения по вопросам учебной нагрузки?

Принимают меры	Учитывают в работе	Не обращают внимания	**Не обращался**

10. Как реагирует администрация прогимназии на Ваши замечания и предложения по вопросам регулирования учебно-учительного процесса?

Принимают меры	Учитывают в работе	Не обращают внимания	**Не обращался**

11. Имеет ли Ваш ребёнок достаточно времени для занятий по интересам?

Да	**Скорее да**	**Скорее нет**	**Нет**

12. Были ли жалобы у Вашего ребёнка на нехватку времени для отдыха и подготовки к следующему уроку в течение перемены за I четверть?

Да	Нет

12. Будем рады Вашим предложениям по урегулированию вопроса нормализации учебной нагрузки:

_____
_____
_____
_____
_____

ПРИЛОЖЕНИЕ №3.
Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Внутренняя позиция

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	2	30	2	30
2	1	9.5	3	46.5
3	1	9.5	2	30
4	1	9.5	1	9.5
5	2	30	3	46.5
6	2	30	2	30
7	3	46.5	3	46.5
8	1	9.5	1	9.5
9	1	9.5	2	30
10	2	30	3	46.5
11	1	9.5	1	9.5
12	1	9.5	2	30
13	2	30	2	30
14	2	30	2	30
15	1	9.5	3	46.5
16	1	9.5	2	30
17	2	30	2	30

18	3	46.5	3	46.5
19	2	30	2	30
20	2	30	1	9.5
21	2	30	2	30
22	1	9.5	3	46.5
23	1	9.5	3	46.5
24	2	30		
25	1	9.5		
26	2	30		
27	1	9.5		
28	1	9.5		
Суммы:		586		740

Результат: $U_{Эмп}$ = 180

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(180) находится в зоне значимости.

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Мотивация к обучению

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	2	30.5	2	30.5
2	1	9.5	2	30.5
3	1	9.5	2	30.5
4	1	9.5	1	9.5
5	2	30.5	3	47
6	2	30.5	2	30.5
7	3	47	3	47
8	1	9.5	1	9.5
9	1	9.5	2	30.5

10	2	30.5	3	47
11	1	9.5	1	9.5
12	1	9.5	2	30.5
13	2	30.5	2	30.5
14	2	30.5	2	30.5
15	1	9.5	3	47
16	1	9.5	2	30.5
17	2	30.5	2	30.5
18	3	47	3	47
19	2	30.5	2	30.5
20	2	30.5	1	9.5
21	2	30.5	2	30.5
22	1	9.5	3	47
23	1	9.5	3	47
24	2	30.5		
25	1	9.5		
26	2	30.5		
27	1	9.5		
28	1	9.5		
Суммы:		593		733

Результат: $U_{Эмп}$ = 187

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(187) находится в зоне значимости.

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Тревожности

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	1	17	2	39

2	1	17	3	48
3	1	17	1	17
4	1	17	1	17
5	1	17	3	48
6	1	17	1	17
7	3	48	3	48
8	1	17	1	17
9	1	17	2	39
10	2	39	3	48
11	1	17	1	17
12	1	17	2	39
13	1	17	1	17
14	1	17	1	17
15	1	17	3	48
16	1	17	2	39
17	1	17	2	39
18	3	48	2	39
19	2	39	1	17
20	1	17	1	17
21	2	39	1	17
22	1	17	2	39
23	1	17	2	39
24	1	17		
25	1	17		
26	1	17		
27	1	17		
28	1	17		
Суммы:		604		722

Результат: $U_{Эмп}$ = 198

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(198) находится в зоне значимости.

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Эмоциональное состояние

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	2	32.5	2	32.5
2	1	10	3	48.5
3	1	10	1	10
4	1	10	1	10
5	2	32.5	3	48.5
6	2	32.5	2	32.5
7	2	32.5	2	32.5
8	1	10	1	10
9	2	32.5	2	32.5
10	2	32.5	3	48.5
11	2	32.5	1	10
12	1	10	2	32.5
13	2	32.5	1	10
14	1	10	2	32.5
15	1	10	2	32.5
16	2	32.5	2	32.5
17	2	32.5	1	10
18	2	32.5	3	48.5
19	2	32.5	2	32.5
20	1	10	1	10
21	2	32.5	2	32.5
22	1	10	3	48.5
23	1	10	3	48.5
24	2	32.5		
25	1	10		
26	2	32.5		
27	1	10		
28	2	32.5		

Суммы:		640		686

Результат: $U_{Эмп}$ = 234

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(234) находится в зоне неопределенности.

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Работоспособность

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	1	19.5	1	19.5
2	1	19.5	2	43
3	1	19.5	1	19.5
4	1	19.5	1	19.5
5	2	43	3	49.5
6	1	19.5	1	19.5
7	2	43	2	43
8	1	19.5	1	19.5
9	1	19.5	1	19.5
10	1	19.5	2	43
11	1	19.5	1	19.5
12	1	19.5	1	19.5
13	1	19.5	1	19.5
14	1	19.5	1	19.5
15	1	19.5	2	43
16	1	19.5	2	43
17	1	19.5	1	19.5
18	2	43	3	49.5
19	2	43	1	19.5
20	1	19.5	1	19.5

21	1	19.5	1	19.5
22	1	19.5	3	49.5
23	1	19.5	3	49.5
24	1	19.5		
25	1	19.5		
26	1	19.5		
27	1	19.5		
28	1	19.5		
Суммы:		640		686

Результат: $U_{Эмп}$ = 234

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(234) находится в зоне неопределенности.

Автоматический расчет U-критерия Манна-Уитни
Поведение

№	Выборка 1	Ранг 1	Выборка 2	Ранг 2
1	2	31.5	2	31.5
2	1	11	3	46.5
3	1	11	2	31.5
4	1	11	1	11
5	2	31.5	2	31.5
6	2	31.5	3	46.5
7	3	46.5	1	11
8	1	11	2	31.5
9	1	11	3	46.5
10	2	31.5	1	11
11	1	11	2	31.5

12	1	11	2	31.5
13	2	31.5	2	31.5
14	2	31.5	3	46.5
15	1	11	2	31.5
16	1	11	2	31.5
17	1	11	3	46.5
18	3	46.5	3	46.5
19	2	31.5	2	31.5
20	1	11	1	11
21	1	11	2	31.5
22	1	11	3	46.5
23	1	11	3	46.5
24	2	31.5		
25	1	11		
26	2	31.5		
27	1	11		
28	1	11		
Суммы:		563.5		762.5

Результат: $U_{Эмп}$ = 157.5

Критические значения

$U_{Кр}$	
p≤0.01	p≤0.05
198	**234**

Полученное эмпирическое значение $U_{эмп}$(157.5) находится в зоне значимости.