ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА

ПЕРВОКЛАССНИКОВ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД

Студент **Узбекского Государственного Педагогического университета**, факультета начального образования, 1 курса- **Мухлиса Махмудова Абдурасуловна**

Преподаватель **Узбекского Государственного**

Педагогического университета- Хайитова Зилола Махмуджановна

Аннотация:

Работа затрагивает вопросам психологической поддержки первоклассников в адаптационный период. В центре внимания — современные стратегии, которые используют учитель и школа для мягкого включения ребёнка в учебный процесс.

Основные акценты исследования:

- **Инновационный инструментарий:** анализ актуальных методик, направленных на снижение стресса в новой образовательной среде;
- **Игровые технологии:** использование геймификации и интерактивных упражнений как основного способа освоения школьных правил;
- **Психологический мониторинг:** своевременное выявление тревожных состояний и оперативное оказание помощи;
- **Стимулирование мотивации:** современные способы формирования

интереса к знаниям, исключающие жёсткое давление и формализм.

Ключевые слова : психологическая поддержка, адаптационный период, формирование безопасной среды, влияния учителя и значимых взрослых, психологическое наблюдение

Сложности на этапе начала учебного года являются естественным явлением, особенно для первоклассников, после дошкольного образования. Проблемы в учебном процессе связаны не только с овладением навыками чтения и письма, но и с социальным взаимодействием с одноклассниками и педагогами. В современных школах практически нет учеников, полностью свободных от учебных или коммуникативных трудностей.

Многие дети сталкиваются с различными проблемами, включая затруднения в усвоении учебного материала, стрессовые ситуации, реакции и сложности адаптации к новым требованиям. Высокая учебная нагрузка дополнительно осложняет этот процесс, что делает психологическую поддержку первоклассников особенно актуальной.

Педагоги должны оказывать ребёнку полноценную психологическую поддержку уже с первых дней обучения в школе. Успешное развитие личности возможно только в условиях эмоционально благоприятной социальной среды. Поэтому первокласснику особенно необходима безопасная и доброжелательная атмосфера: спокойный тон учителя, улыбка, обращение по имени. Нужно поощрять даже небольшие успехи ребёнка. Фраза «Я вижу, как ты стараешься» выполняет функцию позитивного подкрепления и побуждает детей проявлять большую учебную активность.

Для маленького школьника ведущей является потребность в признании и принятии со стороны взрослых[1].

В связи с этим особое значение приобретает поддержка самооценки ученика. Сравнивать его достижения следует только с собственными результатами, а не с успехами других детей. Такой подход формирует уверенность в своих силах и мотивацию к обучению.

Педагогически тактичное и доброжелательное влияние учителя способствует сплочению классного коллектива.

Эффективными являются игры на знакомство и командное взаимодействие, а также акцент на сильных сторонах каждого ученика. По мнению Д.Б. Эльконина, различные игровые методы в период адаптации помогает ребёнку легче принять новую социальную роль школьника.

Мягкое введение правил класса без излишней строгости, понятные и последовательные требования, поддержка инициативы детей помогают им быстрее привыкнуть к школьному режиму. Такой стиль педагогического взаимодействия снижает уровень тревожности, формирует положительное отношение к учёбе и закладывает фундамент для успешного привыкания первоклассников к образовательной среде.

Методы для повышения мотивации

Вместо замечаний учитель может использовать элементы игры.

1. [1]Божович, Л. И. **Личность и её формирование в детском возрасте** / Л. И. Божович. — Москва: Педагогика, 2008. — 464 с.

«Минутка тишины» (с использованием песочных часов).
Помогает детям осознанно переключаться между активностью и отдыхом. Это важно для психологического комфорта.

«Дерево достижений».
На стену помещается плакат с изображением дерева, где вместо оценок за успехи (не только учебные, но и за помощь товарищу) наклеиваются стикеры . Такой интерактив формирует позитивную атмосферу и поддерживает веру ребёнка в свои возможности.

Период привыкания к школе является важнейшим этапом в жизни ребёнка и во многом определяет его дальнейшее отношение к обучению. От того, насколько бережно и профессионально организована психологическая поддержка начальных классов, зависит уровень их тревожности, учебной мотивации и социальной активности. Использование игровых технологий, благожелательного общения, а также регулярный психологическое наблюдение позволяют создать условия для мягкого вхождения детей в школьную среду. Совместные усилия учителя, школьного психолога и семьи способствуют формированию у ребёнка уверенности в себе, положительной самооценки и стабильного интереса к знаниям, что является основой его успешного личностного и интеллектуального развития.

Использованные источники

1. Божович, Л. И. **Личность и её формирование в детском возрасте** / Л. И. Божович. — Москва: Педагогика, 2008. — 464 с.

2. Выготский, Л. С. **Психология развития ребёнка** / Л. С. Выготский. — Москва: Смысл, 2019. — 512 с.
3. Эльконин, Д. Б. **Психология игры** / Д. Б. Эльконин. — Москва: Владос, 2017. — 360 с.
4. Кравцова, Е. Е. **Психологическая готовность детей к школе** / Е. Е. Кравцова. — Москва: Академический проект, 2016. — 240 с.
5. Мухина, В. С. **Возрастная психология: феноменология развития** / В. С. Мухина. — Санкт-Петербург: Питер, 2020. — 656 с.
6. Фельдштейн, Д. И. **Проблемы возрастной и педагогической психологии** / Д. И. Фельдштейн. — Москва: МПСУ, 2018. — 400 с.
7. Гуткина, Н. И. **Психологическая адаптация первоклассников к школе** // Вопросы психологии. — 2021. — № 3. — С. 45–53.
8. Иванова, М. А. **Игровые технологии в период адаптации младших школьников** // Начальная школа. — 2022. — № 5. — С. 18–23.