ПОПОВА ОЛЬГА ІВАНІВНА
2356614721
вчасно
25.11.2026 09:52

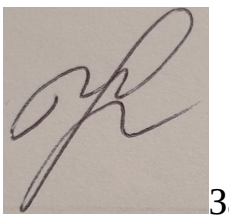
Міністерство освіти і науки України
Бердянський державний педагогічний університет
Кафедра початкової освіти

ВПЛИВ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ НА АДАПТАЦІЮ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО УМОВ ШКОЛИ

Кваліфікаційна робота магістра

Виконавець: здобувачка
другого рівня вищої освіти,
групи м203 ПО-з
Спеціальність А3 Початкова освіта
Освітньо-професійна програма:
Початкова освіта
ІЛЬЇНА Наталія Олексіївна

Керівник: кандидатка педагогічних наук, доцентка ПОПОВА Ольга Іванівна
Рецензент: кандидатка педагогічних наук, доцентка ЛЕСИК Анжеліка Сергіївна



Запоріжжя – 2026

ЗМІСТ

ВСТУП …… 3

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО УМОВ ШКОЛИ …… 7

1.1 Адаптація першокласників до умов школи як психолого-педагогічна проблема …… 7

1.2 Педагогічна підтримка як чинник успішної адаптації першокласників до школи …… 15

1.3 Стан адаптованості першокласників до умов школи ……. 30

Висновки до розділу 1 …….. 41

РОЗДІЛ 2 ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ НА АДАПТАЦІЮ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ……. 43

2.1 Організація формувального експерименту щодо забезпечення успішної адаптації першокласників до школи …….. 43

2.2 **Реалізація педагогічної підтримки в адаптаційний період** 45

2.3 **……** 54

Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи ……. 57

Висновки до розділу 2 ……..

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ ……. **60**

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ ……..…… **64**

ДОДАТКИ ……..…… **73**

ВСТУП

Сучасний етап розвитку освіти в Україні характеризується впровадженням концепції Нової української школи, яка передбачає орієнтацію на особистісно зорієнтоване навчання, педагогіку партнерства, дитиноцентризм та створення сприятливого освітнього середовища для гармонійного розвитку кожної дитини. У цьому контексті особливої актуальності набуває проблема адаптації першокласників до умов школи, адже початок навчання є важливим і водночас складним етапом у житті дитини, що супроводжується зміною соціального статусу, режиму дня, провідної діяльності та кола спілкування.

Успішність адаптації першокласників значною мірою впливає на подальше ставлення дитини до навчання, її емоційний стан, рівень навчальних досягнень і соціалізацію. Водночас практика показує, що значна частина дітей стикається з труднощами у процесі пристосування до нових умов, що може проявлятися у підвищеній тривожності, зниженій мотивації до навчання, порушеннях поведінки та труднощах у спілкуванні.

Проблема адаптації дітей до шкільного навчання та особливостей їх психічного розвитку розглядалася у працях таких учених, як І. Бех, Г. Костюк. Питання вікових особливостей дітей молодшого шкільного віку досліджували у своїх роботах сучасні дослідники-педагоги А. Богуш, Н. Бібік, М. Вашуленко, Н. Гавриш, О. Кононко, О. Матвієнко, О. Савченко та інші стверджують, що сьогодні пріоритетним є вивчення питання саме навчальної адаптації., які обґрунтовували необхідність гуманізації навчання, індивідуального підходу до учнів і забезпечення психологічного комфорту дитини в школі.

Аспекти педагогічної підтримки, гуманізації освіти та особистісно орієнтованого навчання висвітлено у наукових працях І. Гузан, В. Сухомлинського, К. Роджерса. Дослідження проблем адаптації першокласників у контексті сучасної початкової освіти здійснювали

Т. Деміраки, В. Дідух, Н. Долгош, Т. Іванова, О. Кисла, Д. Косенко, І. Котенко, М. Кудла, М. Кулажко, О. Матвієнко, Т. Молнар, Ю. Сідор, Г. Товканець, С. Рощіна, Т. Федірчик, А. Цимбалару, І. Шпільківська та інші науковці.

Концепція Нової української школи передбачає створення комфортного, безпечного та підтримувального освітнього середовища, у якому вчитель виконує не лише функцію джерела знань, а й виступає фасилітатором, наставником і партнером у процесі розвитку дитини. Саме тому педагогічна підтримка розглядається як ключовий чинник успішної адаптації першокласників, що забезпечує їх психологічний комфорт, формування позитивного ставлення до навчання та сприяє ефективному входженню у нову соціальну ситуацію розвитку.

Попри значну кількість досліджень, проблема впливу педагогічної підтримки на адаптацію першокласників до умов школи потребує подальшого теоретичного осмислення та експериментального підтвердження, зокрема в умовах реалізації ідей Нової української школи.

Актуальність зазначеної проблеми, її теоретична та практична значущість зумовили вибір теми магістерської роботи **«Вплив педагогічної підтримки на адаптацію першокласників до умов школи»**.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити вплив педагогічної підтримки на процес адаптації першокласників до умов школи.

Для досягнення поставленої мети визначено такі **завдання дослідження**:

1. Проаналізувати психолого-педагогічну літературу з проблеми адаптації першокласників.

2. З’ясувати сутність, структуру та зміст понять «адаптація першокласників» у контексті сучасних освітніх підходів і «педагогічна підтримка», а також визначити роль педагогічної підтримки у процесі адаптації першокласників до шкільного середовища.

3. Обґрунтувати критерії, показники та рівні адаптації першокласників.

4. Дослідити стан адаптації учнів першого класу та розробити програму педагогічної підтримки.

Об’єкт дослідження – процес адаптації першокласників до умов шкільного навчання.

Предмет дослідження – педагогічна підтримка як чинник адаптації першокласників до умов школи.

Для розв’язання поставлених завдань використано такі **методи дослідження**:

– **теоретичні:** вивчення, аналіз, зіставлення та узагальнення науково-педагогічних джерел з метою уточнення змісту понять «адаптація першокласників» і «педагогічна підтримка», а також обґрунтування теоретичних положень дослідження;

– **емпіричні:** *цілеспрямоване педагогічне спостереження* за особливостями поведінки, емоційного стану та навчальної активності учнів у період адаптації*; опитування (анкетування) учнів і їхніх батьків* для виявлення труднощів входження до шкільного середовища; *індивідуальні та групові бесіди* з учителями й учнями з метою глибшого з’ясування перебігу адаптаційного періоду; *педагогічний експеримент*, що включав констатувальний, формувальний і контрольний етапи, з метою перевірки ефективності впровадженої педагогічної підтримки; *методи математичної обробки результатів дослідження:* кількісний і якісний аналіз отриманих емпіричних даних, обчислення відсоткових співвідношень, порівняння показників на різних етапах експерименту.

Наукова новизна дослідження полягає у:

1. Поглибленні теоретичних уявлень про сутність, структуру та зміст адаптації першокласників до умов шкільного навчання з урахуванням сучасних освітніх підходів. Узагальнено й систематизовано наукові підходи

до проблеми адаптації дітей молодшого шкільного віку в освітньому середовищі початкової школи.

2. Обґрунтуванні комплексу педагогічних умов, форм, методів і засобів, що забезпечують ефективну педагогічну підтримку процесу адаптації першокласників. Запропоновано структурно-функціональну модель педагогічної підтримки, яка інтегрує навчальну, ігрову та комунікативну діяльність, а також елементи психологічного супроводу.

3. Удосконаленні змісту та технологій педагогічної підтримки адаптації першокласників шляхом їх практичної апробації. Експериментально підтверджено ефективність запропонованих підходів, що сприяють формуванню позитивної мотивації до навчання, зниженню емоційного напруження та успішному входженню дітей у шкільне середовище.

Практичне значення дослідження полягає у розробці програми педагогічної підтримки першокласників, яку можуть використовувати вчителі початкової школи відповідно до ідей Нової української школи.

Структура роботи: магістерська робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ І
ТЕОРЕТИЧНІ ЗАСАДИ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО УМОВ ШКОЛИ

1.1 Адаптація першокласників до умов школи як психолого-педагогічна проблема

Проблема адаптації першокласників до умов шкільного навчання є однією з ключових у сучасній психолого-педагогічній науці, оскільки саме перші місяці шкільного життя визначають подальшу успішність навчання та соціалізації дитини. Початок навчання супроводжується істотними змінами у способі життя: змінюється режим дня, розширюються коло соціальних контактів, зростають навчальні та фізичні навантаження, а дитина вперше стає повноправним учасником освітнього середовища. Ці зміни стосуються не лише зовнішніх умов життя, але й внутрішнього світу дитини – її емоційного стану, мотивації, самооцінки та готовності до систематичної навчальної діяльності.

Історично проблема адаптації дітей до навчального середовища привертала увагу багатьох видатних педагогів і теоретиків освіти. Уже в XVII столітті Я. А. Коменський наголошував на необхідності поступового та природного введення дітей у навчальну діяльність, підкреслюючи, що освітній процес має відповідати віковим та психологічним особливостям дитини. Він вважав, що школа має бути місцем гармонійного розвитку, де дитина адаптується до навчальної діяльності через природну цікавість і пізнавальні інтереси [33, с. 15–16].

У XIX столітті важливий внесок у вивчення процесів адаптації дітей до навчання зробили численні видатні педагоги, які досліджували закономірності розвитку дитини та формування її готовності до шкільної діяльності. Й. Г. Песталоцці підкреслював важливість гармонійного розвитку розумових, моральних і фізичних здібностей дитини. Він вважав, що навчальний процес має бути організований так, щоб дитина поступово

звикала до нових вимог, формувала самостійність, внутрішню дисципліну та готовність до співпраці з дорослими й однолітками [33, с. 27–28].

Ф. Фребель акцентував увагу на природних потребах і пізнавальних інтересах дітей, підкреслюючи важливість ігрової діяльності як засобу всебічного розвитку. За його концепцією, гра допомагає дитині поступово входити у систему систематичного навчання, освоювати правила взаємодії з оточенням і формувати навички самостійної діяльності [33, с. 37].

Вітчизняний педагог К. Ушинський наголошував на тісному взаємозв’язку навчання та розвитку дитини. Він вважав, що успішна адаптація до школи можлива лише за умови врахування природних здібностей, індивідуальних психологічних особливостей та соціальних умов життя дитини. К. Ушинський підкреслював, що навчальна діяльність повинна формувати моральні якості, культуру поведінки та соціальні навички, необхідні для ефективної взаємодії з учителем та однолітками. Особливу увагу він приділяв вихованню колективізму, розвитку почуття відповідальності та дотриманню норм колективної поведінки, а також створенню умов для прояву активності та творчого потенціалу дитини [34, с. 234].

Важливу роль у розвитку української педагогіки відіграли О. Духнович і М. Корф. О. Духнович акцентував на необхідності врахування морального і культурного виховання дітей та підготовки їх до шкільного життя, наголошуючи на гармонійному поєднанні розвитку інтелектуальних, емоційних і соціальних якостей [34, с. 345]. М. Корф вказував на доцільність створення такого навчального середовища, яке забезпечує поступове входження дітей у навчальну діяльність, сприяє формуванню самостійності й дисципліни, а також розвитку соціальної компетентності та відповідальної поведінки [34, с. 367].

У ХХ столітті значного розвитку набули ідеї адаптації дітей до школи, вагоме місце серед яких посідають праці В. Сухомлинського. Він наголошував на необхідності створення гармонійного та дитиноцентрованого

освітнього середовища, яке враховує індивідуальні психологічні особливості кожної дитини. В. Сухомлинський підкреслював, що адаптація першокласників передбачає не лише освоєння навчальних навичок, а й розвиток моральних, емоційних та соціальних якостей, формування внутрішньої дисципліни, самостійності та відповідальної поведінки.

Особливу увагу В. Сухомлинський приділяв вихованню емоційної компетентності та мотивації до навчання. Він вважав, що позитивний емоційний стан дитини, підтримка з боку вчителя та колективу однолітків є ключовими чинниками успішної адаптації. Крім того, педагог наголошував на важливості активної навчальної діяльності, творчих завдань і диференційованого підходу, що дозволяє кожній дитині проявляти свій потенціал і природні здібності в процесі входження у шкільне середовище [74, с. 56].

Отже, ідеї В. Сухомлинського розвивають та доповнюють педагогічні підходи XIX століття, поєднуючи принципи дитиноцентрованості, індивідуалізації навчання та соціально-емоційного розвитку дитини. Вони засвідчують, що адаптація першокласників є складним і багатовимірним процесом, який охоплює навчальний, психологічний і соціальний аспекти розвитку особистості.

Узагальнюючи педагогічні здобутки минулого, можна стверджувати, що вони стали теоретичним підґрунтям сучасного розуміння адаптації дітей до школи як цілісного багатокомпонентного процесу. Такий підхід передбачає дитиноцентровану організацію освітнього середовища, поступове включення дитини в навчальну діяльність, а також цілеспрямоване формування моральних, соціальних і пізнавальних якостей, що забезпечують успішне навчання, соціальну інтеграцію та гармонійний розвиток особистості.

Вагомий внесок у сучасне розуміння адаптації дітей до шкільного навчання здійснив І. Бех. У своїх працях він обґрунтовує особистісно орієнтований підхід як провідний принцип організації освітнього процесу,

наголошуючи на необхідності врахування внутрішнього світу дитини, її потреб, мотивів і цінностей. Учений підкреслює, що успішна адаптація першокласників значною мірою залежить від створення гуманістичного освітнього середовища, у якому дитина відчуває психологічну безпеку, підтримку та можливість самовираження. Особливу увагу І. Бех приділяє розвитку моральної свідомості та ціннісних орієнтацій, які забезпечують гармонійне входження дитини в нову соціальну ситуацію розвитку [6, 34–35].

Сучасні українські педагоги, зокрема О. Савченко, наголошують на важливості створення адаптивного освітнього середовища, яке враховує вікові та індивідуальні особливості молодших школярів. Дослідниця підкреслює, що успішна адаптація до школи значною мірою залежить від організації навчального процесу на засадах дитиноцентризму, емоційного комфорту та підтримки пізнавальної активності. Особливу увагу вона приділяє формуванню в учнів позитивної мотивації до навчання, розвитку самостійності та здатності до взаємодії в колективі [72, с. 12–13].

М. Булачок у своїх працях розглядає адаптацію молодших школярів як складний процес входження дитини в нову соціальну ситуацію розвитку. Вона акцентує увагу на значенні компетентнісного підходу, відповідно до якого навчання має бути спрямоване не лише на засвоєння знань, а й на формування ключових життєвих компетентностей. На думку дослідниці, важливу роль відіграє організація партнерської взаємодії між учителем і учнями, що сприяє формуванню довіри, впевненості та внутрішньої мотивації до навчання [12].

М. Коваленко підкреслює значення психолого-педагогічного супроводу процесу адаптації дітей до школи. Вона наголошує на необхідності врахування індивідуальних особливостей кожної дитини, рівня її готовності до навчання та емоційного стану. Науковиця розглядає адаптацію як поетапний процес, що потребує створення сприятливого освітнього середовища, підтримки з боку вчителя та батьків, а також використання

інтерактивних методів навчання, які полегшують входження дитини в нові умови [38].

Суттєвий внесок у розроблення компетентнісного підходу, що безпосередньо пов’язаний із процесом адаптації учнів, зробила С. Мартиненко. Вона обґрунтовує необхідність формування ключових компетентностей уже в початковій школі, зокрема соціальної та громадянської, що забезпечують успішну взаємодію дитини з оточенням. На її думку, адаптація першокласників відбувається ефективніше за умов активного залучення дітей до співпраці, діалогічного навчання та практико орієнтованої діяльності [56].

О. Клименко акцентує увагу на ролі емоційного розвитку дитини в процесі адаптації до шкільного навчання. Вона зазначає, що успішність адаптації значною мірою залежить від сформованості емоційної компетентності, здатності дитини розуміти власні емоції та взаємодіяти з іншими. Дослідниця підкреслює необхідність створення емоційно безпечного середовища, яке сприяє розвитку позитивного ставлення до школи, формуванню адекватної самооцінки та соціальних навичок [37].

Також вагомий внесок у дослідження психологічних аспектів адаптації дітей до школи зробила О. Кондратюк, яка акцентує увагу на ролі мовленнєвого розвитку та комунікативної діяльності в процесі входження дитини в освітнє середовище. Вона доводить, що сформованість мовлення є важливим чинником соціалізації та налагодження ефективної взаємодії з учителем і однолітками, що безпосередньо впливає на успішність адаптації [41].

Сучасні наукові дослідження підтверджують багатокомпонентний характер адаптації першокласників та розширюють уявлення про її зміст і механізми. Зокрема, у праці Ю. Гудименко адаптація першокласників розглядається як комплексний процес, що поєднує психологічні та педагогічні аспекти і потребує узгодженої взаємодії вчителя, батьків і психолога. Дослідниця наголошує, що в умовах Нової української школи

адаптація виступає не лише як індивідуальний процес пристосування дитини, а й як цілеспрямовано організована педагогічна діяльність [22].

У дослідженні О. Дзюбенко розкрито структуру адаптації першокласників через інтеграцію емоційного, поведінкового, когнітивного та навчально-мотиваційного компонентів. Авторка доводить, що впровадження особистісно орієнтованого навчання сприяє підвищенню рівня адаптованості учнів, позитивно впливає на їхній емоційний стан і формує стійке позитивне ставлення до навчальної діяльності [27].

Важливим є також дослідження К. Шапочки, у якому акцент зроблено на інтелектуальному компоненті адаптації. Авторка підкреслює, що ефективність адаптації значною мірою залежить від умов організації навчального процесу, зокрема впровадження інноваційних освітніх програм та технологій, які сприяють розвитку пізнавальної активності й мислення учнів [81].

Крім того, сучасні науковці (М. Блажівський, Ю. Гришко, Є. Ізотова, Є. Торопова, О. Шевченко, О. Яструб) розглядають адаптацію як процес, що має чітко визначені етапи та залежить від комплексу чинників. Зокрема, у дослідженнях підкреслюється, що період первинної адаптації триває в середньому 4–6 тижнів і супроводжується значним напруженням фізіологічних та психологічних ресурсів дитини, після чого відбувається поступова стабілізація її стану [8; 21; 32; 82; 86].

Отже, аналіз сучасних наукових праць дає підстави стверджувати, що адаптація першокласників у сучасних умовах розглядається як складний, динамічний і багаторівневий процес, який охоплює емоційний, когнітивний, соціальний і поведінковий аспекти розвитку дитини та потребує системної педагогічної підтримки.

Узагальнюючи сучасні наукові підходи, слід зазначити, що адаптація першокласників до шкільних умов – це процес поступового пристосування дитини до нових навчальних, соціальних та психологічних вимог шкільного середовища. Він передбачає розвиток навчальних навичок, формування

взаємодії з учителем та однокласниками, а також зміцнення емоційної стабільності та самостійності. *Адаптація* (від лат. adaptatio – пристосування, прилаштування) першокласників до шкільних умов – це процес поступового пристосування дитини до нових навчальних, соціальних та психологічних вимог шкільного середовища, що супроводжується розвитком навчальних навичок, формуванням взаємодії з учителями та однолітками, а також зміцненням емоційної стабільності та самостійності.

Розглядаючи адаптацію першокласників до умов школи з точки зору психології та педагогіки, можна виділити кілька ключових підходів:

– *психологічний підхід* пов’язаний із процесом пристосування дитини до нових умов шкільного життя; передбачає подолання тривожності, формування емоційної стабільності, розвиток позитивного ставлення до школи; важливим є формування внутрішньої готовності до навчання та здатності регулювати власні емоційні стани (М. Блажівський, Г. Гартманн, Є. Заєць, Н. Лазарєва, В. Москалець, Т. Титаренко). Адаптація першокласників в умовах війни має ускладнений характер, оскільки на процес входження дитини до школи додатково впливають стресові чинники, пов’язані з небезпекою, переміщенням та емоційною нестабільністю. Як зазначає Н. Лазарєва, успішна адаптація дитини значною мірою залежить від емоційного комфорту, рівня соціальної підтримки та створення безпечного освітнього середовища. У таких умовах у дітей часто проявляються підвищена тривожність, труднощі концентрації уваги та ускладнення у встановленні міжособистісних контактів. Важливу роль у подоланні цих труднощів відіграє педагог, який забезпечує підтримувальну взаємодію, формує відчуття стабільності та поступово залучає дитину до навчальної діяльності. Дослідники також підкреслюють значення співпраці школи з родиною та шкільним психологом, що дозволяє комплексно підтримати першокласника і сприяти його успішній адаптації до нових умов навчання [8; 17; 30; 50; 61; 70; 75];

– *педагогічний підхід* передбачає організацію освітнього процесу з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей першокласників; включає використання методів і прийомів, що полегшують входження дитини в навчальну діяльність; важливим є створення сприятливого освітнього середовища та підтримка з боку вчителя (Т. Деміраки, В. Дідух, Н. Долгош, Т. Іванова, О. Кисла, Д. Косенко, І. Котенко, М. Кудла, М. Кулажко, О. Матвієнко, Т. Молнар, Ю. Сідор, Г. Товканець, С. Рощіна, Т. Федірчик, А. Цимбалару, І. Шпільківська) [29;31; 45; 46; 48; 49; 57; 60; 71; 75; 78; 80; 84];

– *соціальний підхід* пов’язаний із входженням дитини в новий колектив; передбачає встановлення взаємин із учителем і однокласниками, засвоєння норм і правил поведінки, розвиток комунікативних умінь та відчуття приналежності до класу (О. Блинова, В. Бондаренко, О. Власова) [8; 10; 15];

– *діяльнісний підхід* охоплює включення дитини в навчальну діяльність; передбачає формування умінь слухати інструкції, виконувати завдання, організовувати власну діяльність, дотримуватися режиму роботи та доводити справу до завершення (А. Аханова, Н. Баранова, Л. Боярова, О. Дмитренко, Н. Коцур,) [1; 3; 28];

– *фізіологічний підхід* пов’язаний із пристосуванням організму дитини до нового режиму дня, навчальних навантажень, зміни видів діяльності; передбачає збереження працездатності, запобігання перевтомі та підтримку фізичного здоров’я (А. Авер’янова, Р. Бєлік, Т. Бушуєва, Н. Давибіда, В. Яковлєв) [4; 13; 25].

Процес адаптації першокласників до умов школи охоплює кілька аспектів:

- *психологічний* – здатність дитини справлятися зі стресом, пов’язаним зі зміною оточення, та засвоювати нові правила поведінки;
- *соціальний* – формування позитивних взаємин із вчителем та однокласниками, відчуття приналежності до колективу;

– *пізнавальний* – оволодіння новими навчальними завданнями, розвиток уваги, пам’яті, мислення та навчальної мотивації;

– *фізіологічний* – пристосування до режиму навчального дня, тривалого перебування за партою та організації відпочинку.

Тривалість адаптаційного процесу варіюється від кількох тижнів до одного навчального року та залежить від індивідуальних особливостей дитини, рівня її підготовки до школи та підтримки з боку сім’ї та педагогів.

Отже, *адаптація першокласників до умов школи* є комплексною психолого-педагогічною проблемою, що потребує цілісного підходу та врахування взаємозв’язку пізнавальних, емоційних і поведінкових складових розвитку дитини. Педагогіка та психологія мають забезпечити розроблення ефективних методів і прийомів підтримки адаптаційного процесу, з урахуванням вікових та індивідуальних особливостей першокласників. Успішна адаптація сприяє не лише комфортному входженню дитини в освітнє середовище, а й забезпечує передумови для її подальшого навчального успіху, соціалізації та гармонійного розвитку особистості.

1.2 Педагогічна підтримка як чинник успішної адаптації першокласників до школи

Педагогічна підтримка в сучасному освітньому просторі розглядається як цілеспрямований, гуманістично орієнтований процес взаємодії вчителя з дитиною, що спрямований на створення сприятливих умов для її розвитку, самореалізації та успішного входження в нове соціальне середовище. Вона передбачає врахування індивідуальних особливостей кожного учня, емоційне прийняття, допомогу в подоланні труднощів та формування впевненості у власних можливостях. Особливої значущості педагогічна підтримка набуває на етапі початку шкільного навчання, коли дитина стикається з новими вимогами, правилами та формами діяльності, що потребує делікатного супроводу з боку дорослих.

Початок шкільного навчання є значущим етапом у становленні особистості дитини, адже супроводжується трансформацією її соціальної ролі, провідного виду діяльності та способу життєдіяльності. Вступ до школи, як зазначають багато науковців (І. Бех, О. Савченко, Н. Токарєва, А. Шамне та інші) означає перехід від дошкільного періоду до молодшого шкільного віку, що спричиняє помітні психофізіологічні, пізнавальні та емоційно-соціальні зміни у розвитку дитини [6; 72; 77]. У цьому контексті процес адаптації першокласників до шкільного навчання набуває особливої складності та багатовимірності, що зумовлює необхідність підвищеної уваги з боку педагогів і батьків та актуалізує роль педагогічної підтримки як важливого чинника успішної адаптації.

У контексті реалізації положень Концепції Нової української школи особливого значення набуває проблема адаптації першокласників до освітнього середовища. Відповідно до ідей дитиноцентризму, задекларованих у зазначеному документі, освітній процес має бути орієнтований на потреби, інтереси та індивідуальні особливості кожної дитини [42]. Це передбачає створення безпечного, психологічно комфортного та розвивального середовища, що сприяє гармонійному входженню першокласників у шкільне життя.

Згідно з вимогами Державного стандарту початкової освіти, одним із ключових завдань початкової школи є забезпечення умов для всебічного розвитку особистості дитини, формування її ключових компетентностей та наскрізних умінь [26]. У цьому контексті адаптаційний період розглядається не лише як процес пристосування до нових умов навчання, а як важливий етап становлення учня як суб’єкта освітньої діяльності.

Отже, у сучасних умовах реформування освіти проблема адаптації першокласників набуває особливої актуальності та потребує комплексного психолого-педагогічного супроводу, що враховує вікові та індивідуальні особливості дітей, а також забезпечує ефективну взаємодію всіх учасників освітнього процесу. У зв’язку з цим особливого значення набуває вивчення

закономірностей психічного розвитку дітей молодшого шкільного віку. У наукових дослідженнях (зокрема праці А. Грись, Н. Давибіди, І. Литвин, Т. Зорочкіної, В. Шпак, В. Марушевська, В. Яковлева) наголошується, що розвиток дитини у віці 6–7 років відбувається у тісній взаємодії біологічних і соціальних чинників [20; 25; 52]. З огляду на це особливості психофізіологічного розвитку першокласників потребують окремої уваги. Організм дитини цього віку, як зазначає В. Надьон, перебуває на етапі інтенсивного зростання та функціонального вдосконалення, водночас нервова система залишається недостатньо сформованою [62, с. 167]. Це зумовлює підвищену чутливість до навантажень, швидке виснаження, нестійкість психічних процесів. Крім того, у дітей ще не сформовані механізми тривалої довільної саморегуляції поведінки, що ускладнює їх пристосування до вимог шкільного режиму.

Фізіологічні особливості дітей першого класу проявляються у потребі регулярного чергування видів діяльності, забезпеченні належного рівня рухової активності та емоційного відновлення. Н. Токарєва, А. Шамне вважають, що тривале перебування у статичній позі (сидіння за партою) може спричиняти дискомфорт, втому та зниження працездатності дитини [77, с. 25]. До того ж у цей період спостерігається неоднаковий розвиток різних функціональних систем організму, що, за спостереженнями Р. Бєлік, впливає на загальний стан здоров’я, фізичну витривалість та здатність до адаптації в нових умовах [4].

Ми погоджуємось с думкою Т. Голубенко, що першокласники мають особливу фізіологічну адаптацію до шкільного середовища, яка проявляється у комплексних змінах організму при переході від дошкільного режиму до навчальної діяльності [19, с. 169]. Цей процес включає перестановку щоденного режиму дитини, зокрема зміну графіка сну, харчування та фізичної активності, а також перебудови у функціонуванні нервової, гормональної та стресової систем організму. У перші тижні навчання

організм дітей активно мобілізує ресурси для подолання нових навантажень, які охоплюють фізичні, психічні та соціальні аспекти шкільної діяльності.

Дослідження фізіологічних маркерів, таких як рівень кортизолу (А. Грись, В. Марушевська), свідчать, що інтенсивність стресових реакцій прямо пов’язана з успішністю адаптації дитини до шкільного середовища. У дітей із високим рівнем стресу процес адаптації може ускладнюватися, що проявляється у швидкій втомлюваності, зниженні концентрації уваги та негативних емоційних реакціях [20]. Вчені (Ю. Гришко, Ю. Гудименко) підкреслюють, що такі реакції є природною складовою адаптації, однак вони потребують систематичного контролю та підтримки з боку педагогів і батьків [21; 22].

Ключовим фактором фізіологічної стійкості першокласників, як вважають Н. Давибіда, В. Яковлєв, є незавершене формування центральної нервової системи та опорно-рухового апарату. Це означає, що органи і системи дитини ще не повністю готові до інтенсивних навчальних та фізичних навантажень, характерних для початкової школи. Тому процес адаптації потребує поступової підтримки: забезпечення оптимального режиму дня, чергування видів діяльності, організація фізичних пауз під час навчання та контроль психоемоційного стану [25].

Таким чином, фізіологічна адаптація першокласників є багатофакторним процесом, що включає взаємодію нервової, гормональної, опорно-рухової та інших систем організму і значною мірою залежить від індивідуальних особливостей дитини. Розуміння цих процесів дозволяє створювати оптимальні умови для плавного входження дитини у навчальний процес, сприяє розвитку фізичної та психоемоційної стійкості, а також формує умови для гармонійного розвитку та успішної соціальної інтеграції у шкільне середовище.

Пізнавальна сфера першокласників характеризується поступовим переходом від наочно-образного до словесно-логічного мислення. Це означає, що діти починають сприймати не лише конкретні предмети та

явища, а й відображати їх у вигляді абстрактних понять та умовних символів. За теорією культурно-історичного розвитку Г. Костюка, у цьому віці формується здатність до опосередкованого мислення, тобто мислення, що здійснюється через знаки, символи, слова та інші засоби опосередкування. Водночас ця здатність ще недостатньо сформована і потребує систематичної підтримки з боку дорослих [66, с. 45].

Для ефективного розвитку мислення першокласників, як підкреслює О. Савченко, рекомендується застосовувати наочні матеріали, ігрові методи, практичні завдання та інтеграцію різних видів діяльності. Наочні посібники допомагають дітям краще усвідомлювати логічні зв’язки між предметами та явищами, а практичні вправи дозволяють закріпити отримані знання через конкретні дії [72]. Учні засвоюють навчальний матеріал значно глибше та довше, коли він подається у зрозумілій, емоційно насиченій формі з використанням цікавих завдань, сюжетно-рольових ігор та творчих вправ.

Особливе значення має урахування індивідуальних особливостей розвитку кожного учня, адже темпи формування словесно-логічного мислення у дітей можуть істотно різнитися [1; 4; 6; 10; 12; 19; 21; 22; 27; 38]. Своєчасна підтримка з боку педагогів та батьків у цей період сприяє розвитку не лише когнітивних навичок, а й умінь самостійно мислити, робити висновки, аналізувати отриману інформацію та приймати обґрунтовані рішення на її основі [54; 55; 85]. Отже, формування пізнавальної сфери першокласників закладає міцну основу для подальшого навчання та стимулює розвиток критичного і творчого мислення.

Таким чином, психофізіологічний та пізнавальний розвиток першокласників є багатофакторним процесом, що включає взаємодію різних систем організму та пізнавальних функцій. Розуміння цих процесів дозволяє створювати оптимальні умови для плавного входження дитини у навчальний процес, сприяє розвитку фізичної та психоемоційної стійкості, а також формує умови для гармонійного розвитку та успішної соціальної інтеграції у шкільне середовище.

Особливості уваги дітей першого класу, як вважають А. Авер’янова, Т. Бушуєва, проявляються в її нестійкості та переважанні мимовільного характеру. Учні часто легко відволікаються на сторонні подразники, що значно впливає на ефективність засвоєння навчального матеріалу. Тому організація навчального процесу повинна враховувати ці особливості, забезпечуючи чергування різних видів діяльності, використання наочних матеріалів, ігрових та інтерактивних форм роботи, а також короткі, але часті паузи для відновлення уваги [13].

Довільна увага у цьому віці лише починає формуватися і потребує цілеспрямованого та систематичного розвитку. Важливим є створення таких умов, у яких дитина навчиться концентруватися на конкретному завданні, фільтрувати сторонні стимули та поступово подовжувати час фокусування. Використання цікавих завдань, творчих вправ, практичних ігрових ситуацій сприяє розвитку самоконтролю та довільної концентрації, що є необхідним компонентом успішного навчання.

Розвиток уваги у першокласників потребує комплексного підходу, який поєднує педагогічні методи, стимулюючі навчальні матеріали та поступове формування навичок довільної концентрації, що забезпечує ефективність пізнавальної діяльності та успішність адаптації до шкільного середовища.

У дітей першого класу пам’ять переважно образна та емоційно забарвлена. Інформація найкраще засвоюється, якщо вона пов’язана з конкретними образами, діями або викликає позитивний емоційний відгук. Довільне запам’ятовування та свідоме відтворення інформації ще перебуває на початковому етапі розвитку, тому діти потребують систематичної підтримки та спеціально організованого навчального середовища.

Для ефективного розвитку пам’яті першокласників рекомендується використовувати різноманітні мнемічні прийоми, наочні посібники, ігрові ситуації, практичні завдання та повторювальні вправи. Наприклад, пов’язування нового матеріалу з раніше відомими образами, використання візуальних схем, асоціацій або тематичних історій значно покращує процес

запам’ятовування та відтворення знань. Також важливо чергувати різні види діяльності та включати короткі паузи, щоб уникати перевантаження пам’яті і підтримувати увагу дітей.

Розвиток пам’яті у першокласників потребує комплексного підходу, який поєднує педагогічні прийоми, наочні матеріали та практичні вправи, що дозволяє формувати довільне запам’ятовування та ефективне відтворення інформації, а також забезпечує успішну адаптацію до навчального процесу.

Емоційно-вольова сфера дітей першого класу, на думку Л. Безносюк, В. Калошина, О. Клименка, Ю. Лемешко, є однією з найбільш вразливих у період адаптації до шкільного середовища [35; 37]. На цьому етапі розвитку діти проявляють підвищену емоційну чутливість, значну залежність від оцінки дорослих, потребу у підтримці та схваленні своїх дій. Негативні оцінки, критика або переживання невдач можуть спричиняти тривожність, страх перед школою, зниження мотивації до навчання та сумнів у власних здібностях.

Емоційний стан першокласників, як вважає М. Шпак, безпосередньо впливає на їхню здатність до концентрації, запам’ятовування інформації та активну участь у навчальному процесі. Тому надзвичайно важливо створювати емоційно безпечне освітнє середовище, яке передбачає позитивне підкріплення, доброзичливе спілкування з учителем та однолітками, використання похвали та стимулювання самостійних досягнень [83].

Розвиток вольових якостей у цьому віці також потребує систематичної підтримки. Діти починають формувати навички самоконтролю, здатність планувати власну діяльність, подолання труднощів та наполегливість у виконанні завдань. Використання ігрових та практичних методів навчання, а також поступове ускладнення завдань допомагає виховувати стійкість до стресу, навчати регуляції емоцій та формувати впевненість у власних можливостях.

Отже, емоційно-вольова сфера першокласників є ключовим компонентом їхньої успішної адаптації до школи. Розуміння особливостей її розвитку дозволяє педагогам і батькам забезпечити підтримку, що сприяє гармонійному психоемоційному розвитку, формуванню мотивації до навчання та розвиткові самостійності у дітей.

Тому навчальна діяльність у цьому віці, як вважає О. Дзюбенко, має поступово формувати навички самоконтролю, організованості та відповідальності. Ефективними методами є чітке структурування завдань, поетапне ускладнення вправ, заохочення послідовного виконання дій, а також використання системи стимулів і похвали за досягнення конкретних результатів. Практичні, ігрові та колективні форми роботи сприяють розвитку вольових умінь, допомагають дітям навчитися планувати власну поведінку та підтримувати усвідомлений контроль над своїми діями [27].

Поступове формування вольової регуляції поведінки є важливою умовою успішної адаптації першокласників до шкільного середовища та розвитку їхньої самостійності і відповідальності у навчальній діяльності.

Соціальна адаптація дітей першого класу тісно пов’язана зі зміною їхнього соціального статусу – вони стають учнями, що передбачає освоєння нових ролей і виконання певних обов’язків. У цей період формується нова система взаємин: з учителем як авторитетною фігурою, яка керує навчальним процесом і виступає джерелом підтримки, а також з однокласниками, з якими дитина стає членом колективу.

У процесі соціальної адаптації можуть виникати певні труднощі у встановленні контактів, спілкуванні та взаємодії з однолітками, а також у прийнятті і дотриманні правил групи. Діти можуть відчувати тривогу, сором’язливість, невпевненість у собі або прагнення домінувати, що відображає різний рівень готовності до соціальної взаємодії. Зауважимо, що адаптація першокласників в умовах війни має ще більш ускладнений характер, оскільки на процес входження дитини до школи додатково впливають стресові чинники, пов’язані з небезпекою, переміщенням та

емоційною нестабільністю. Як зазначають В. Бондаренко, Н. Волинець, О. Гнатюк, Т. Голубенко, Н. Пророк, Ю. Сопіна, О. Чекстере, успішна адаптація дитини значною мірою залежить від емоційного комфорту, рівня соціальної підтримки та створення безпечного освітнього середовища. У таких умовах у дітей часто проявляються підвищена тривожність, труднощі концентрації уваги та ускладнення у встановленні міжособистісних контактів. Важливу роль у подоланні цих труднощів відіграє педагог, який забезпечує підтримувальну взаємодію, формує відчуття стабільності та поступово залучає дитину до навчальної діяльності. Дослідники також підкреслюють значення співпраці школи з родиною та шкільним психологом, що дозволяє комплексно підтримати першокласника і сприяти його успішній адаптації до нових умов навчання [9; 10; 16; 18; 67; 68].

Нам імпонує думка І. Шпильківської, що педагогічна підтримка на цьому етапі є надзвичайно важливою. Створення дружнього, доброзичливого та безпечного колективного середовища сприяє ефективній інтеграції дітей у класну спільноту. Використання колективних ігор, спільних проектів, завдань на взаємодію та взаємодопомогу допомагає першокласникам навчитися співпрацювати, будувати позитивні взаємини, адаптуватися до нових соціальних ролей та норм поведінки [84].

Таким чином, успішна соціальна адаптація першокласників забезпечує формування соціально компетентної особистості, здатної до взаємодії у колективі, розвитку комунікативних навичок та підтримки гармонійних стосунків із оточенням.

Особливе значення в період адаптації дітей до школи має формування навчальної мотивації (О. Шевченко). На початковому етапі вона зазвичай носить зовнішній характер і проявляється через прагнення отримати схвалення дорослих, уникнути зауважень чи покарання. Проте поступово мотивація повинна трансформуватися у внутрішню, коли основним стимулом стає власний інтерес до знань, бажання пізнавати нове та активно долучатися до навчальної діяльності [82].

Рівень розвитку внутрішньої мотивації значною мірою визначає подальше ставлення дитини до навчання, її активність, наполегливість у подоланні труднощів та готовність самостійно здобувати знання. Формування стійкої навчальної мотивації у першокласників потребує цілеспрямованої підтримки педагогів і батьків, створення цікавого та емоційно насиченого освітнього середовища, а також використання завдань, що відповідають індивідуальним можливостям та інтересам дітей.

Розвиток внутрішньої навчальної мотивації є ключовим чинником успішної адаптації до школи і визначає подальшу пізнавальну активність, самостійність та ставлення до навчального процесу.

Адаптаційний період у дітей першого класу зазвичай триває від кількох тижнів до кількох місяців і супроводжується певними труднощами, що відображають індивідуальні особливості розвитку та темпераменту дитини. Під час цього періоду можуть спостерігатися зниження працездатності, порушення режиму сну та відпочинку, емоційна нестійкість, підвищена тривожність, а також труднощі у поведінці та навчальній діяльності.

Реакції дітей на нові умови навчання можуть значно відрізнятися. Деякі учні стають більш замкнутими, сором’язливими, уникають контактів з однолітками та дорослими, інші – проявляють надмірну активність, збудженість або навіть агресивні реакції. Такі прояви є природними етапами адаптації, які потребують уваги з боку педагогів та батьків. Важливо забезпечувати підтримку, створювати доброзичливу і безпечну атмосферу в класі, поступово допомагаючи дітям освоїти нові соціальні ролі, правила поведінки та навчальні вимоги.

Адаптаційний період є критичним етапом для успішного входження першокласників у шкільне середовище, формування їхньої навчальної та соціальної компетентності, а також розвитку психоемоційної стійкості (Т. Титаренко) [75].

Успішність адаптації дітей першого класу значною мірою визначається їхніми індивідуальними особливостями, зокрема рівнем готовності до школи,

типом нервової системи, фізіологічною стійкістю та сформованістю базових навчальних і соціальних навичок. Велику роль у цьому процесі відіграє організація освітнього середовища та педагогічна підтримка (С. Рощіна) [71].

Особливе значення має участь учителя, який створює доброзичливу та емоційно безпечну атмосферу, враховує індивідуальні потреби учнів, використовує педагогічно доцільні методи навчання, поступово формує навички самостійності, самоконтролю та навчальної мотивації. Не менш важливою є участь батьків, які забезпечують емоційну підтримку, формують позитивне ставлення дитини до школи, допомагають адаптуватися до нових вимог навчальної діяльності та підтримують розвиток соціальних та вольових якостей [70].

Таким чином, успішність адаптації першокласників є результатом взаємодії індивідуальних особливостей дитини та організації педагогічного та сімейного середовища, що забезпечує формування позитивного ставлення до навчання, психоемоційної стійкості та ефективної соціальної інтеграції в шкільний колектив.

Отже, можемо визначити, що *адаптація першокласників* – це складний і багатогранний процес пристосування дитини до нових умов шкільного життя, що охоплює звикання до систематичного навчання, шкільного режиму, нових соціальних ролей і правил поведінки, встановлення взаємодії з учителем та однокласниками, а також супроводжується фізіологічними, психологічними й соціальними змінами, спрямованими на забезпечення успішного входження в освітнє середовище та емоційного комфорту дитини.
Вона включає такі основні *компоненти*:

− *когнітивний* – охоплює сформованість уявлень дитини про школу як соціальне середовище, розуміння правил поведінки, норм і вимог навчальної діяльності; передбачає розвиток елементарних навчальних умінь, здатність сприймати, осмислювати та відтворювати навчальну інформацію;

− *емоційно-ціннісний* – характеризує ставлення дитини до школи, навчання, вчителя та однокласників; включає рівень шкільної мотивації,

емоційний комфорт, зниження тривожності, формування позитивного ставлення до навчальної діяльності та внутрішньої готовності до неї;

− *соціально-комунікативний* – відображає здатність дитини встановлювати й підтримувати міжособистісні взаємини, взаємодіяти з учителем і ровесниками, дотримуватися соціальних норм і правил поведінки, працювати в колективі, розв’язувати елементарні комунікативні ситуації;

− *діяльнісний* – передбачає включення дитини в навчальну діяльність, сформованість умінь слухати інструкції, виконувати завдання, планувати та контролювати власні дії, організовувати робоче місце, доводити розпочату справу до кінця;

− *рефлексивний* – пов’язаний зі здатністю дитини усвідомлювати власну діяльність і поведінку, оцінювати свої успіхи та труднощі, розуміти причини помилок, виявляти елементи самоконтролю та саморегуляції.

Отже, вікові та психологічні особливості першокласників у період адаптації зумовлюють складний і багатовимірний процес їх входження в шкільне середовище, що супроводжується суттєвими змінами у фізіологічній, пізнавальній, емоційно-вольовій та соціальній сферах. Недостатня сформованість нервової системи, нестійкість уваги, переважання наочно-образного мислення та підвищена емоційна чутливість визначають потребу у створенні психологічно комфортних і педагогічно доцільних умов навчання. Водночас успішність адаптації залежить від урахування індивідуальних особливостей дітей, рівня їх готовності до школи та узгодженої взаємодії вчителя і батьків, спрямованої на формування навчальної мотивації, саморегуляції та соціальних навичок. Таким чином, адаптація постає як цілісний процес, що реалізується через взаємодію когнітивного, емоційно-ціннісного, соціально-комунікативного, діяльнісного та рефлексивного компонентів і забезпечує гармонійний розвиток дитини та її успішну інтеграцію в освітнє середовище.

У цьому контексті особливої ваги набуває *педагогічна підтримка* як необхідна умова ефективного проходження адаптаційного періоду. Вона

розглядається як цілеспрямована діяльність учителя, спрямована на створення сприятливих умов для розвитку дитини, забезпечення її навчальних та соціальних потреб, а також успішної адаптації до шкільного середовища.

Історично поняття «педагогічна підтримка» сформувалося у контексті гуманістичної парадигми освіти та ідей особистісно орієнтованого навчання, активно розвинених у другій половині ХХ століття. Значний внесок у формування концепції внесли зарубіжні психологи та педагоги К. Роджерс та А. Маслоу, які підкреслювали важливість створення умов для саморозвитку й самореалізації особистості дитини. У вітчизняній педагогіці розвиток ідей підтримки розвивали І. Бех, Н. Гавриш, І. Гузан, Т. Іванова, О. Савченко, В. Сухомлинський, які наголошували на гуманному ставленні до дитини, розвитку її індивідуальності та формуванні сприятливого освітнього середовища для гармонійного розвитку [6; 23; 31; 72; 74].

У період адаптації першокласники часто стикаються з труднощами: підвищеною тривожністю, невпевненістю, втомлюваністю, труднощами у встановленні контактів з однолітками та дорослими. Урахування вікових особливостей дозволяє вчителю адекватно реагувати на такі прояви та обирати ефективні стратегії підтримки. Зокрема, необхідно забезпечити поступове входження у навчальну діяльність, чергування різних видів роботи, використання ігрових методів навчання.

Педагогічна підтримка першокласників охоплює різні рівні впливу – емоційний, пізнавальний та соціальний – і спрямована на створення умов для успішної адаптації дитини до школи. Її основними завданнями є:

1. *Психолого-емоційна підтримка*:

- створення емоційно безпечного середовища;
- забезпечення психологічного комфорту та безпеки;
- своєчасне реагування на переживання та тривожність дітей;
- заохочення та похвала за успіхи;
- формування позитивної самооцінки та впевненості у власних силах.

2. *Пізнавальна підтримка*:

- організація навчальної діяльності з урахуванням вікових особливостей (короткі інструкції, чергування видів діяльності, наочні матеріали);
- використання диференційованих завдань, що відповідають рівню підготовки учня;
- стимулювання самостійного пошуку рішень через інтерактивні методи та практичну діяльність;
- підтримка розвитку довільної уваги, пам’яті, мислення та мовлення.

3. *Соціальна підтримка:*

- навчання правил колективної взаємодії, основ співпраці та взаємоповаги;
- організація групових і колективних форм роботи, які розвивають комунікативні компетентності;
- формування навичок врегулювання конфліктів і врахування позиції інших.

4. *Творча та ігрова підтримка:*

- активне використання *ігрових методів* (рольові ігри, навчальні ігри, сюжетно-рольові вправи), які сприяють засвоєнню навчального матеріалу та розвитку соціальних навичок;
- *сторітелінг та оповідання*, що стимулюють уяву, мовлення, логічне мислення та емоційну чутливість;
- *творчі завдання та інсценізації*, що формують здатність моделювати ситуації, проявляти ініціативу та працювати у команді.

5. *Індивідуалізація та диференціація навчання*:

- врахування особливостей розвитку, рівня підготовленості та інтересів кожної дитини;
- надання додаткової допомоги тим, хто її потребує;
- підтримка самостійності та розвитку внутрішньої мотивації учнів.

6. *Взаємодія з родиною*:

- залучення батьків до освітнього процесу через консультації, рекомендації та спільне планування;
- забезпечення єдності вимог і підходів між школою та домом;
- своєчасне виявлення труднощів адаптації та їх корекція.

Особливу роль відіграє емоційна підтримка з боку вчителя. Позитивне ставлення, увага до переживань дитини, готовність вислухати та допомогти формують відчуття безпеки та довіри, що є критично важливим з огляду на емоційну вразливість першокласників. Учитель виступає не лише як джерело знань, а як наставник і партнер, який супроводжує дитину в процесі її адаптації.

Важливою складовою педагогічної підтримки є взаємодія з родиною. Співпраця з батьками дозволяє враховувати індивідуальні та вікові особливості дитини, забезпечити єдність вимог і підходів до виховання, своєчасно виявляти труднощі адаптації та спільно шукати шляхи їх подолання (Т. Бабко, О. Банах, А. Вознюк) [2].

Комплексне використання цих форм педагогічної підтримки забезпечує інтегрований розвиток пізнавальної, емоційної та соціальної сфер першокласників, сприяє зниженню тривожності, підвищенню впевненості у власних силах та формуванню позитивного ставлення до навчання.

Отже, урахування вікових особливостей першокласників у процесі організації педагогічної підтримки є необхідною умовою їх успішної адаптації до школи. Така підтримка сприяє зниженню рівня стресу, формуванню позитивного ставлення до навчання, розвитку емоційної стійкості та соціальних навичок, що забезпечує гармонійний розвиток особистості молодшого школяра.

1.3 Стан адаптованості першокласників до умов школи

Стан адаптованості першокласників до умов школи визначається рівнем сформованості в них навчальної мотивації, здатності до прийняття нових соціальних ролей, дотримання правил шкільного життя, а також

емоційного ставлення до навчальної діяльності та шкільного середовища. У наукових працях психологів і педагогів підкреслюється, що у дітей старшого дошкільного віку відбувається активний процес входження в нову соціальну ситуацію розвитку, під час якого закладаються основи ставлення до навчання, взаємодії з учителем і однолітками.

На рівень адаптованості першокласників впливають різноманітні чинники, зокрема: попередній досвід перебування у дошкільному закладі, особливості сімейного виховання, рівень психофізіологічної готовності до навчання, характер організації освітнього процесу, а також емоційно-психологічний клімат у класі. Важливу роль відіграє участь дитини у спільній діяльності, підтримка з боку вчителя та батьків, а також поступове залучення до вимог шкільного життя.

Водночас рівень адаптованості, як вважає Г. Коесова, значною мірою залежить від цілеспрямованої педагогічної роботи вчителя, узгодженості дій школи і сім’ї та створення умов для комфортного й безпечного входження дитини в освітнє середовище [39].

Вивчення стану адаптованості першокласників до умов школи дозволяє визначити рівень їхнього пристосування до нових вимог навчальної діяльності, особливості емоційного стану, сформованість навчальної мотивації, уміння взаємодіяти з учителем і однолітками, а також окреслити типові труднощі, що виникають у процесі входження в шкільне середовище. Узагальнення отриманих результатів слугує основою для організації цілеспрямованої педагогічної роботи, спрямованої на забезпечення успішної адаптації дітей до навчання, створення сприятливого психологічного клімату в класі та налагодження ефективної взаємодії між школою і сім’єю.

*Предмет дослідження***:** процес адаптації першокласників до умов шкільного навчання.

Мета діагностичного етапу полягає у визначенні рівня адаптованості першокласників до освітнього середовища школи на основі окреслених критеріїв і показників.

Завдання дослідження:

1. З’ясувати та науково обґрунтувати систему критеріїв, показників і рівнів адаптації першокласників до шкільного середовища.

2. Відібрати доцільні діагностичні методики для дослідження особливостей адаптаційного процесу.

3. Провести дослідницьку роботу з метою виявлення стану адаптованості учнів, здійснити аналіз та узагальнення отриманих даних.

4. Встановити рівні адаптованості першокласників на основі результатів емпіричного дослідження.

Констатувальне дослідження здійснювалося на базі початкової школи №75 м. Дніпра. У дослідницькій роботі брали участь 52 учні перших класів, з яких 27 було віднесено до експериментальної групи та 25 – до контрольної.

З метою всебічного вивчення стану адаптованості першокласників до умов школи було виокремлено основні компоненти адаптаційного процесу, кожному з яких відповідали визначені критерії та показники. Такий підхід дав змогу не лише встановити загальний рівень адаптації учнів, а й детально проаналізувати її складові, зокрема емоційний стан дитини, рівень сформованості навчальної мотивації, особливості поведінки та характер взаємодії з учителем і однолітками (табл. 1.1).

Таблиця 1.1 – Компоненти, критерії та показники адаптованості першокласників до умов школи

Компоненти	Критерії	Показники
Когнітивний	Сформованість уявлень про школу та навчальну діяльність	Розуміння правил шкільної поведінки; знання вимог учителя; здатність сприймати й відтворювати навчальну інформацію; наявність елементарних навчальних умінь
Емоційно-ціннісний	Ставлення до школи та навчання	Рівень шкільної мотивації; емоційний комфорт у класі; відсутність або зниження тривожності; позитивне ставлення до вчителя та однокласників
Соціально-комунікативний	Здатність до взаємодії в шкільному	Уміння встановлювати контакти з однолітками; взаємодія з учителем; дотримання норм поведінки; участь у

	середовищі	колективній діяльності
Діяльнісний	Участь у навчальній діяльності	Виконання навчальних завдань; здатність слухати інструкції; уміння планувати й контролювати дії; організація робочого місця; доведення справи до кінця
Рефлексивний	Усвідомлення власної поведінки та діяльності	Елементи самооцінки; здатність визначати помилки; розуміння причин труднощів; прояви самоконтролю та саморегуляції

Запропонована система критеріїв і показників дозволяє здійснити цілісне оцінювання рівня адаптованості першокласників до шкільних умов, простежити характер її перебігу та визначити типові труднощі, які виникають у дітей під час входження в освітнє середовище. Зазначені орієнтири можуть слугувати педагогові основою при організації освітнього процесу, спрямованого на створення комфортних умов для успішного пристосування учнів, формування стійкої мотивації до навчання, забезпечення психологічного благополуччя та розвитку навичок ефективної взаємодії в дитячому колективі.

У ході констатувального етапу дослідження було здійснено опитування 13 учителів початкових класів і 25 батьків учнів 1-х класів. З метою збору емпіричних даних застосовувалися різні діагностичні методи, а саме: педагогічне спостереження, індивідуальні бесіди та анкетування з відкритими запитаннями (див. додатки А, Б).

Аналіз відповідей показав, що більшість педагогів (приблизно 60%) оцінюють загальний рівень адаптації учнів як середній, 25% – як високий, і 15% – як низький. Це свідчить про наявність певних труднощів у процесі входження дітей у шкільне середовище.

Щодо періоду найбільш складної адаптації, переважна частина вчителів (близько 70%) зазначила, що найбільші труднощі виникають у перший місяць навчання, тоді як 20% вказали на перше півріччя, і лише 10% – на перший тиждень навчання.

Серед основних труднощів першокласників педагоги найчастіше відзначали емоційну нестабільність (65%), невміння працювати за інструкцією (55%), низьку навчальну мотивацію (50%) та труднощі у

спілкуванні з однолітками (40%). Це свідчить про те, що адаптаційні труднощі проявляються одночасно в емоційній, навчальній та соціальній сферах.

У блоці навчальної діяльності 45% учителів зазначили, що діти включаються в роботу частково легко, 35% – що легко, і 20% – що мають труднощі. Щодо навчальної мотивації, переважає середній рівень (50%), тоді як високий відзначили 30% педагогів, а низький – 20%.

Аналіз соціальної адаптації показав, що більшість дітей (приблизно 55%) відносно легко встановлюють контакт з однокласниками, однак 45% мають певні труднощі на початковому етапі. Конфлікти в класі, за словами вчителів, виникають рідко (60%) або іноді (30%), і лише 10% відзначили їх часту появу.

Щодо педагогічної підтримки, найчастіше використовуються ігрові методи (80%), індивідуальна підтримка (70%) та співпраця з батьками (65%). Більшість учителів (75%) вважають, що підтримка сім’ї є частково достатньою, тоді як 25% зазначають її недостатній рівень.

У відкритому запитанні педагоги найчастіше вказували, що на успішну адаптацію найбільше впливають: підготовленість дитини до школи, підтримка сім’ї, індивідуальний підхід учителя та сприятливий психологічний клімат у класі.

Отже, отримані результати свідчать, що процес адаптації першокласників є складним і багатокомпонентним. Найбільші труднощі спостерігаються в емоційній та навчальній сферах, що зумовлює необхідність системної педагогічної підтримки та активної взаємодії школи і сім’ї.

Аналіз відповідей батьків щодо адаптації першокласників до умов школи показав, що більшість дітей перебувають на середньому рівні адаптованості. Зокрема, приблизно 58% учнів демонструють середній рівень адаптації, 27% – високий рівень, і 15% – низький рівень. Це свідчить про те, що процес адаптації у значної частини дітей відбувається нерівномірно та супроводжується певними труднощами.

Щодо емоційного стану, більшість батьків (приблизно 60%) зазначили, що після школи у дітей переважає змінний настрій, 30% – позитивний, і 10% – переважно негативний. Водночас 55% дітей іноді виявляють небажання йти до школи, 35% – виявляють стійке бажання, і 10% – відмовляються або мають негативне ставлення. Також 50% батьків відзначили періодичні скарги на втому, що може свідчити про адаптаційне навантаження.

У блоці навчальної діяльності встановлено, що 45% дітей виконують домашні завдання частково самостійно, 35% – самостійно, і 20% потребують постійної допомоги дорослих. Труднощі у виконанні навчальних завдань іноді виникають у 50% учнів, рідше – у 30%, і часто – у 20%. Це свідчить про різний рівень сформованості навчальної самостійності першокласників.

Аналіз соціальної адаптації показав, що більшість дітей (приблизно 62%) легко знаходять спільну мову з однокласниками, тоді як 38% мають труднощі на початковому етапі спілкування. Конфлікти з однолітками, за даними батьків, виникають рідше (65%), іноді – 25%, і часто – лише у 10% випадків. Це свідчить про загалом сприятливий рівень соціальної інтеграції дітей у класі.

Щодо поведінки та самостійності, 55% батьків зазначили, що діти частково дотримуються правил шкільної поведінки, 35% – повністю дотримуються, і 10% – мають труднощі з виконанням правил. Організація робочого місця є сформованою у 40% учнів, частково сформованою – у 45%, і несформованою – у 15%. Це вказує на потребу розвитку навичок самоорганізації.

У відкритому запитанні батьки найчастіше зазначали, що найбільше сприяє адаптації дитини до школи: підтримка сім’ї, емоційний комфорт у родині, позитивне ставлення вчителя, поступове навантаження та індивідуальний підхід у навчанні.

Отже, результати анкетування свідчать, що адаптація першокласників до шкільного середовища є багатокомпонентним процесом, який охоплює

емоційну, навчальну, соціальну та поведінкову сфери. Найбільш вразливими залишаються емоційний стан і навчальна самостійність дітей, що зумовлює необхідність системної взаємодії школи та сім’ї для успішної адаптації першокласників.

Аналіз результатів спостереження за першокласниками (вересень) (див. додаток В).

Спостереження за першокласниками у вересні дало змогу виявити особливості їхньої первинної адаптації до умов шкільного навчання. На початковому етапі навчання у більшості учнів спостерігався підвищений емоційний інтерес до школи, однак водночас проявлялися ознаки швидкої втомлюваності та емоційної нестабільності.

Було встановлено, що приблизно 60% дітей демонстрували позитивне ставлення до школи, охоче брали участь у навчальній діяльності та активно взаємодіяли з учителем. Водночас 30% учнів характеризувалися нестійким емоційним станом: періоди активності змінювалися втомою, зниженням уваги та потребою у додатковій підтримці. У 10% дітей спостерігалося негативне або тривожне ставлення до шкільного середовища, що проявлялося у небажанні брати участь у навчальних видах діяльності.

У навчальній діяльності більшість учнів (приблизно 55%) потребували частих інструкцій та підтримки вчителя під час виконання завдань. Лише 25% дітей демонстрували відносну самостійність у роботі, тоді як 20% мали значні труднощі з концентрацією уваги та розумінням інструкцій. Це свідчить про початковий етап формування навчальної самостійності.

Спостереження за соціальною взаємодією показало, що 65% учнів легко вступали у контакт з однокласниками, проявляли інтерес до спільних ігор та групової роботи. У 25% дітей спілкування носило вибірковий характер, вони потребували часу для адаптації до нового колективу. У 10% учнів спостерігалися труднощі у встановленні контактів та періодичні прояви ізольованої поведінки.

Щодо поведінкової сфери, приблизно 50% дітей частково дотримувалися шкільних правил, потребуючи нагадувань з боку вчителя. 35% учнів демонстрували відносно стабільну поведінку та розуміння шкільних вимог, тоді як 15% мали труднощі з самоконтролем та організацією своєї діяльності. Також було відзначено, що в перший місяць навчання у більшості учнів (приблизно 70%) спостерігалася підвищена втомлюваність до кінця навчального дня, що є характерною ознакою адаптаційного періоду.

Отже, результати спостереження у першому місяці навчання свідчать, що процес адаптації першокласників перебуває на початковому етапі та характеризується нерівномірністю. Найбільші труднощі проявляються в емоційній сфері, навчальній самостійності та здатності до саморегуляції. Це підтверджує необхідність поступового навантаження, індивідуального підходу та підтримки з боку вчителя у період адаптації.

З метою діагностики адаптованості першокласників до умов школи використовують різноманітні методи та інструменти дослідження (табл. 1.2).

Таблиця 1.2 – Методики діагностики адаптованості першокласників

Компонент	Мета діагностики	Методи / Приклади завдань
Когнітивний	Визначення рівня сформованості уявлень про школу та навчальну діяльність	Бесіда «Що я знаю про школу»; завдання на виконання інструкцій; спостереження за розумінням навчальних вимог
Емоційно-ціннісний	Виявлення ставлення до школи та рівня емоційного комфорту	Методика «Смайлики»; малюнок «Я в школі»; спостереження за емоційними реакціями
Соціально-комунікативний	Дослідження рівня взаємодії з однолітками та вчителем	Соціометричне спостереження; методика «З ким я хочу працювати в парі»; спостереження за груповою діяльністю; бесіда «Мої друзі в класі»
Діяльнісний	Оцінка рівня навчальної активності та самостійності	Спостереження за виконанням завдань; завдання на слухове інструкціювання; аналіз зошитів; методика «Роби, як я»
Рефлексивний	Визначення рівня самооцінки та самоконтролю	«Сходинки успіху»; бесіда «Що в мене виходить найкраще»; самооцінювання смайликами; спостереження за реакцією на помилки

Зазначені методики дозволяють комплексно оцінити рівень адаптації першокласників до шкільного навчання. Їх використання в індивідуальній і груповій формах забезпечує отримання якісних і кількісних результатів для подальшого аналізу.

Проведена діагностика адаптації першокласників із використанням комплексу методик («Що я знаю про школу», «Смайлики», «Сходинки успіху», соціометричні методики, спостереження та навчальні завдання) дозволила отримати комплексні дані щодо рівня адаптованості учнів до умов шкільного навчання.

У когнітивному компоненті встановлено, що більшість учнів (приблизно 60%) мають достатні уявлення про школу та навчальну діяльність, розуміють базові вимоги вчителя та здатні виконувати прості інструкції. Водночас 30% дітей демонструють часткове розуміння навчальних вимог, а 10% потребують постійної допомоги під час виконання завдань, що свідчить про початковий рівень сформованості навчальних умінь.

Емоційно-ціннісний компонент характеризується переважно позитивним ставленням до школи: близько 65% учнів демонструють позитивний емоційний стан, 25% – нестійкий, і 10% – підвищену тривожність або емоційне напруження. Результати методик «Смайлики» та малюнку «Я в школі» підтвердили наявність індивідуальних відмінностей у рівні емоційного комфорту дітей.

Соціально-комунікативний компонент показав, що більшість учнів (приблизно 70%) успішно взаємодіють з однолітками, беруть участь у спільній діяльності та мають стабільні соціальні зв’язки. У 20% дітей спостерігається вибірковість у спілкуванні, тоді як 10% мають труднощі у встановленні контактів. Дані соціометричного спостереження та методики «З ким я хочу працювати в парі» підтвердили наявність дітей із низьким соціальним статусом у класі.

У діяльнісному компоненті виявлено, що 55% учнів відносно самостійно виконують навчальні завдання, 30% потребують періодичної допомоги, а 15% мають труднощі з розумінням інструкцій та організацією навчальної діяльності. Спостереження за виконанням завдань та методика «Роби як я» засвідчили нерівномірний рівень сформованості навчальної самостійності.

Рефлексивний компонент показав, що 50–55% учнів здатні елементарно оцінювати власні досягнення («Сходинки успіху», смайлики), 30% роблять це частково, а 15–20% мають труднощі з самооцінюванням і потребують допомоги вчителя у розумінні власних успіхів та помилок.

Отже, результати комплексної діагностики свідчать, що адаптація першокласників до шкільного навчання перебуває переважно на середньому рівні з тенденцією до позитивної динаміки. Найбільш вразливими залишаються когнітивний та рефлексивний компоненти, що зумовлює необхідність подальшої педагогічної підтримки, спрямованої на розвиток навчальної самостійності, емоційної стабільності та навичок самооцінювання.

За результатами проведеного дослідження визначено три рівні адаптації першокласників до шкільного навчання: високий, середній та низький. Кожен із них відображає особливості емоційного стану, навчальної активності, соціальної взаємодії та поведінкової саморегуляції учнів.

Високий рівень адаптації. Учні з високим рівнем адаптації характеризуються позитивним ставленням до школи та навчальної діяльності. Вони мають стабільний емоційний стан, із задоволенням відвідують школу, активно включаються в навчальний процес. Такі діти легко встановлюють контакти з однокласниками, охоче беруть участь у спільній діяльності, дотримуються правил поведінки. Вони відносно самостійні у виконанні навчальних завдань, швидко розуміють інструкції та здатні до елементарного самооцінювання.

Середній рівень адаптації. Учні із середнім рівнем адаптації мають загалом позитивне ставлення до школи, однак їхній емоційний стан є нестійким. У процесі навчання вони періодично відчувають втому або труднощі, потребують підтримки вчителя під час виконання завдань. Соціальні контакти встановлюють, але іноді виникають труднощі у спілкуванні або взаємодії в групі. Дотримання правил поведінки є частковим, а рівень самостійності – середнім. Такі учні потребують періодичної педагогічної підтримки.

Початковий рівень адаптації. Учні з початковим рівнем адаптації характеризуються нестійким або негативним ставленням до школи. У них часто спостерігається емоційна напруженість, тривожність або швидка втомлюваність. Навчальна діяльність викликає значні труднощі, інструкції сприймаються частково або потребують багаторазового повторення. Соціальні контакти обмежені, можливі труднощі у спілкуванні з однолітками. Такі діти часто порушують або не повністю дотримуються правил поведінки, потребують постійної індивідуальної допомоги та підтримки вчителя.

Таким чином, рівні адаптації першокласників до шкільного середовища відображають поступовий розвиток від первинних труднощів у навчанні та поведінці до стабільного, комфортного та усвідомленого перебування дитини в школі. Досягнення високого рівня адаптації можливе за умови системної педагогічної підтримки, співпраці з батьками та розвитку самостійності учнів.

Таблиця 1.3 – Рівні адаптованості першокласників до умов школи (абс./ відн. значення) (за результатами констатувального етапу експерименту, %)

Рівні	**ЕГ (№=27)**	**КГ (№=25)**
Високий	5 / 18,5	5 / 20,0
Середній	13 /48,2	12 / 48,0
Початковий	9 / 33,3	8/ 32,0

У ході дослідження встановлено, що в експериментальному класі високий рівень адаптації першокласників до умов шкільного навчання спостерігався у 13,3% учнів, середній рівень – у 46,6%, а початковий – у 40,1%. У контрольній групі високі показники зафіксовано у 20,0% школярів, середній рівень становив 53,3%, тоді як початковий – 26,7%. Аналіз отриманих даних дозволяє стверджувати, що суттєвих розбіжностей між двома групами не виявлено.

Узагальнення результатів свідчить про переважання середнього рівня адаптованості першокласників до шкільного середовища серед учнів початкової школи. Виявлені дані вказують на необхідність подальшого вдосконалення організації освітнього процесу, спрямованого на полегшення входження дітей у шкільне життя, розвиток емоційної врівноваженості, формування навичок самостійної навчальної діяльності та покращення взаємодії в учнівському колективі.

Висновки з 1 розділу

У результаті теоретичного аналізу проблеми адаптації першокласників до умов шкільного навчання можна сформулювати такі узагальнення:

– розгляд наукових джерел показав, що адаптація до школи є складним багатокомпонентним процесом, який охоплює емоційну, когнітивну, соціальну, діяльнісну та поведінкову сфери розвитку дитини. Входження першокласника в шкільне середовище супроводжується зміною його соціальної ролі, перебудовою емоційного стану, формуванням навчальної діяльності та встановленням нових міжособистісних зв’язків. Успішність цього процесу безпосередньо впливає на подальший розвиток особистості молодшого школяра;

– опрацювання психолого-педагогічної літератури засвідчило, що перебіг адаптації визначається низкою чинників, серед яких індивідуальні особливості дитини, рівень її шкільної готовності, умови освітнього середовища та характер педагогічної підтримки. Значну роль у цьому процесі

відіграє взаємодія між учителем, учнями та батьками, а також створення позитивного психологічного клімату в класі;

– на основі теоретичного дослідження визначено ключові умови успішної адаптації першокласників, до яких належать організація комфортного освітнього середовища, використання ігрових та інтерактивних методів навчання, поступове ускладнення навчальних завдань, розвиток емоційної стійкості та формування навичок самостійної діяльності;

– вивчення наукових підходів дозволило уточнити зміст поняття «адаптація першокласників до умов школи» та виокремити її основні структурні компоненти: когнітивний, емоційно-ціннісний, соціально-комунікативний, діяльнісний і рефлексивний. Формування когнітивного компонента пов’язане з розвитком уявлень дитини про школу, навчальні вимоги, правила поведінки та особливості навчального процесу. Прояви емоційно-ціннісного компонента відображають рівень шкільної мотивації, емоційного комфорту, ставлення до школи та рівень тривожності. Стан соціально-комунікативного компонента характеризується здатністю дитини до взаємодії з однолітками та вчителем, встановленням контактів і участю в колективній діяльності. Розвиток діяльнісного компонента визначається рівнем навчальної активності, самостійності, умінням діяти за інструкцією та організовувати власну роботу. Стан рефлексивного компонента проявляється у здатності дитини оцінювати власні досягнення, усвідомлювати труднощі та здійснювати елементарний самоконтроль;

– виділення рівнів адаптації дозволило встановити три основні рівні: високий, середній та початковий. Вони відображають ступінь успішності входження дитини в шкільне середовище, рівень її емоційного благополуччя, навчальної самостійності та соціальної інтеграції. Запропонована градація дає змогу своєчасно виявляти труднощі адаптації та визначати напрями педагогічної підтримки першокласників.

РОЗДІЛ 2
ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ВПЛИВУ ПЕДАГОГІЧНОЇ ПІДТРИМКИ НА АДАПТАЦІЮ ПЕРШОКЛАСНИКІВ

2.1 Організація формувального експерименту щодо забезпечення успішної адаптації першокласників до школи

Успішна адаптація першокласників до умов шкільного навчання розглядається як цілеспрямований і поетапний процес, спрямований на створення сприятливих умов для поступового входження дитини у нове освітнє середовище. Вона передбачає формування позитивного ставлення до школи, розвиток навчальної самостійності, емоційної стабільності та навичок соціальної взаємодії. У цьому контексті особливого значення набуває організація формувального експерименту, спрямованого на підтримку та оптимізацію адаптаційного процесу першокласників.

Організація формувального експерименту щодо забезпечення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання передбачала поетапне визначення мети, завдань, принципів, змісту роботи, методів і прийомів, засобів педагогічного впливу, умов реалізації та критеріїв ефективності.

Метою формувального експерименту є створення педагогічних умов, що забезпечують успішну адаптацію першокласників до шкільного середовища, розвиток їхньої емоційної стійкості, навчальної мотивації та соціальної інтеграції в класному колективі.

Відповідно до поставленої мети визначено такі *завдання:*

– формувати позитивне ставлення дітей до школи та навчальної діяльності;

– розвивати емоційну стабільність і зниження рівня тривожності;

– сприяти розвитку навичок навчальної самостійності та організованості;

– формувати вміння ефективної взаємодії з однолітками та вчителем;

– розвивати навички саморегуляції та поведінкової адаптації;

– створювати умови для комфортного входження дитини в шкільне середовище.

Організація формувального експерименту ґрунтувалася на таких принципах:

– принцип гуманізації – орієнтація на особистість дитини та її емоційні потреби;

– принцип індивідуалізації – урахування індивідуальних особливостей темпу адаптації;

– принцип емоційної підтримки – створення доброзичливої та безпечної атмосфери;

– принцип активності – залучення дітей до практичної та ігрової діяльності;

– принцип поступовості – поетапне ускладнення вимог і завдань;

– принцип співпраці – взаємодія вчителя, учнів і батьків у процесі адаптації.

Зміст роботи був спрямований на реалізацію комплексного педагогічного впливу в емоційній, навчальній та соціальній сферах.

В емоційній сфері здійснювалася робота з формування позитивного ставлення до школи, зниження тривожності та розвиток емоційної стійкості.

У навчальній сфері увага приділялася формуванню навичок виконання інструкцій, розвитку працездатності, уваги та навчальної самостійності.

У соціальній сфері забезпечувалося формування навичок взаємодії з однолітками, розвитку комунікативних умінь та включення дітей у колективну діяльність.

У процесі формувального експерименту використовувалися такі методи: ігрові методи (сюжетно-рольові та дидактичні ігри); бесіди та обговорення життєвих ситуацій; вправи на розвиток емоційної саморегуляції; тренінгові завдання на розвиток комунікативних навичок; вправи на формування навчальної організованості; методи позитивного підкріплення та

заохочення; елементи арт-терапевтичної діяльності (малювання, казкотерапія).

Під час успішної адаптації першокласників використовувалися: дидактичні ігри та навчальні картки; емоційні смайли, картки настрою, «світлофор поведінки»; ілюстративний та мультимедійний матеріал; казки та оповідання з виховним змістом; вправи для релаксації та зниження емоційної напруги; наочні матеріали для організації навчальної діяльності.

Ефективність формувального впливу забезпечувалася такими умовами:

– створення емоційно комфортного розвивального освітнього середовища;

– підтримка позитивної мотивації до навчання;

– врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини;

– поєднання ігрових і навчальних форм роботи;

– тісна взаємодія з батьками щодо підтримки дитини;

– систематичність і послідовність педагогічного впливу.

Формувальна робота здійснювалася поетапно:

– адаптаційно-мотиваційний етап – створення позитивного ставлення до школи, зниження тривожності;

– розвивально-діяльнісний етап – формування навчальних та соціальних навичок, активне залучення до діяльності;

– закріплювально-рефлексивний етап – стабілізація адаптаційних процесів, розвиток самооцінки та самоконтролю.

Ефективність формувального експерименту визначалася за такими показниками: рівень емоційного комфорту дітей; ступінь навчальної самостійності; характер соціальних взаємодій у класі; рівень дотримання правил поведінки; загальний рівень адаптації першокласників.

Отже, організація формувального експерименту була спрямована на створення цілісної системи педагогічних впливів, які забезпечують успішну адаптацію першокласників до умов шкільного навчання. Комплексне

використання ігрових, навчальних та соціально-розвивальних методів сприяло поступовому входженню дітей у шкільне середовище, формуванню позитивної мотивації до навчання та розвитку їхньої емоційної і соціальної стабільності.

2.2 Реалізація педагогічної підтримки в адаптаційний період

Центральне місце в експериментальному дослідженні посідає формувальний етап, спрямований на перевірку ефективності впровадженої системи педагогічної підтримки адаптації першокласників до умов шкільного навчання. У межах цього етапу було реалізовано комплекс цілеспрямованих педагогічних впливів, що забезпечували поступове входження дітей у шкільне середовище, формування позитивного ставлення до навчання, розвиток соціальної взаємодії та створення емоційного благополуччя учнів.

У процесі проведення формувального експерименту пріоритетною стала організація таких педагогічних умов, які сприяють успішній адаптації першокласників. Освітня діяльність будувалася з урахуванням використання ігрових технологій, інтерактивних вправ, ранкових зустрічей, бесід та колективних форм роботи, що дозволяло знижувати рівень тривожності, формувати довіру до вчителя та встановлювати доброзичливі стосунки в учнівському колективі.

Формувальний експеримент здійснювався на базі початкової школи у 1-А та 1-Б класах, де було визначено експериментальну групу (27 учнів) та контрольну групу (25 учнів). Загальна кількість учасників дослідження становила 52 першокласники.

У межах формувального етапу в експериментальному класі реалізовувалася система педагогічної підтримки, спрямована на забезпечення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання. Освітній процес організовувався з урахуванням спеціально дібраних форм, методів і прийомів, що сприяли зниженню рівня тривожності, формуванню

позитивного ставлення до школи, розвитку навичок навчальної діяльності та соціальної взаємодії.

Натомість у контрольному класі навчання відбувалося за традиційною програмою без цілеспрямованого впровадження заходів, спрямованих на підтримку адаптації першокласників до шкільного середовища.

Першою умовою становлення успішної адаптації першокласників до умов школи є створення емоційно комфортного розвивального освітнього середовища.

Проблема створення емоційно комфортного освітнього середовища як важливої умови успішної адаптації першокласників до школи висвітлюється у працях І. Беха, М. Булачок, С. Мельничук, О. Савченко, Ю. Сідор, В. Сухомлинського, Г. Товканець, А. Цимбалару. У дослідженнях цих науковців підкреслюється значення позитивного емоційного клімату, педагогічної підтримки та гуманістичної взаємодії вчителя з учнями як основи успішного входження дитини в шкільне життя [6; 12; 58; 59; 72; 74; 76; 80].

У процесі формувального експерименту реалізація зазначеної умови здійснювалася через цілеспрямовану організацію емоційно комфортного освітнього середовища в експериментальному класі. З перших днів навчання увага зосереджувалася на встановленні довірливих і доброзичливих взаємин між учнями та вчителем. Учитель підтримував кожну дитину, створював ситуації успіху та формував позитивне ставлення до школи.

Практична реалізація цієї умови передбачала систематичне використання різних вправ і прийомів. Зокрема, під час ранкових зустрічей застосовувалися вправи «Ланцюжок привітань», «Мій сьогоднішній настрій», «Передай усмішку другу», «Скажи комплімент», які сприяли формуванню позитивного емоційного настрою та згуртуванню класного колективу. Для зниження тривожності використовувалися вправи «Долонька емоцій», «Вибери смайлик», «Світлофор настрою», що допомагали дітям усвідомлювати та виражати свої почуття.

З метою розвитку довіри та взаєморозуміння впроваджувалися вправи «Знайомство через предмет», «Я люблю робити…», «Мої особливості», «Чарівний мікрофон емоцій», які давали змогу кожній дитині відчути свою значущість у колективі. Для формування позитивної самооцінки та впевненості у власних силах використовувалися вправи «Сходинки моїх досягнень», «Мої маленькі перемоги», «Я зможу», «Сонечко моїх успіхів».

В освітньому процесі активно застосовувалися ігрові методи, зокрема вправи «Повтори за мною», «Знайди свою пару», «Разом ми сила», які сприяли розвитку взаємодії між учнями. Крім того, використовувалися емоційні паузи та хвилинки релаксації: «Кольорове дихання», «Хмаринка спокою», «Тиха хвиля», що допомагали знижувати напруження та підтримувати емоційний комфорт дітей.

Особлива увага приділялася організації класного простору: створенню «Куточка емоційного стану», «Дерева настрою», розміщенню карток емоцій і тематичних плакатів, що сприяло емоційному самовираженню учнів.

Отже, впровадження системи спеціально дібраних вправ і створення емоційно сприятливого середовища в ході формувального експерименту забезпечило зниження рівня тривожності першокласників, формування позитивного ставлення до школи та сприяло їх успішній адаптації до умов навчання.

Другою педагогічною умовою є підтримка позитивної мотивації до навчання. Теоретичні засади важливості формування навчальної мотивації у молодших школярів обґрунтовано у працях В. Береки, А. Галас, О. Гнатюк, Ю. Гудименко, О. Дзюбенко, Т. Заєць, Є. Ізотова, Е. Торопова, О. Чекстере, які підкреслюють, що саме позитивне ставлення до навчальної діяльності є основою успішної адаптації дитини до школи та її подальшого розвитку [5; 18; 22; 27; 30; 32].

У процесі формувального експерименту реалізація цієї умови була спрямована на формування в першокласників стійкого інтересу до навчання, позитивного емоційного ставлення до шкільного життя та усвідомлення

значущості навчальної діяльності. Особлива увага приділялася створенню ситуацій успіху, які забезпечували переживання дитиною власної компетентності та результативності.

Систематично використовувалися прийоми позитивного підкріплення, схвалення та підтримки, що сприяло підвищенню впевненості учнів у власних силах. Навчальні завдання подавалися у формі ігрових і пізнавальних ситуацій, що забезпечувало високу залученість дітей до освітнього процесу.

З метою розвитку навчальної мотивації застосовувалися вправи «Мій кошик досягнень», «Драбинка успіху», «Що я сьогодні навчився робити», «Я стаю кращим», які допомагали учням усвідомлювати власний прогрес і формувати позитивне ставлення до навчання. Також використовувалися вправи «Сонце моїх успіхів», «Промінці досягнень», «Мої навчальні перемоги», що сприяли емоційному підкріпленню результатів діяльності. Додатково застосовувалися елементи колективного обговорення досягнень, вербальне заохочення та символічні відзнаки, які підсилювали мотиваційний ефект і створювали позитивний емоційний фон у класі.

Отже, підтримка позитивної мотивації до навчання забезпечила активне залучення першокласників до навчального процесу, сприяла формуванню внутрішньої мотивації та стала важливим чинником успішної адаптації дітей до шкільного середовища.

Третьою педагогічною умовою є врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини. Теоретичне обґрунтування важливості індивідуального підходу в процесі адаптації молодших школярів подано у працях І. Беха, О. Савченко, які наголошують, що розвиток дитини відбувається нерівномірно, а успішність входження у шкільне середовище значною мірою залежить від урахування її індивідуальних психофізіологічних та емоційних особливостей [6; 72].

У ході формувального експерименту реалізація цієї умови здійснювалася через диференціацію педагогічних впливів відповідно до рівня

готовності та темпу адаптації кожного першокласника. Особлива увага приділялася дітям із підвищеним рівнем тривожності, низькою навчальною активністю або труднощами у встановленні соціальних контактів.

З цією метою застосовувалися вправи «Мій особистий крок уперед», «Я сьогодні став кращим, ніж учора», «Мій маленький успіх», «Мій темп розвитку», які сприяли усвідомленню дітьми власного прогресу без порівняння з іншими. Для підтримки емоційної рівноваги використовувалися вправи «Мій спокійний куточок», «Коли мені потрібна пауза», «Я можу зупинитися і подумати», що допомагали дітям регулювати емоційний стан і знижувати напруження.

Індивідуальний підхід також реалізовувався через варіативність навчальних завдань, дозовану допомогу вчителя, поступове ускладнення завдань та створення ситуацій успіху для кожної дитини. Важливим елементом стало доброзичливе ставлення до різних темпів виконання завдань і відсутність порівняння учнів між собою.

Отже, врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини забезпечило більш комфортне входження першокласників у шкільне середовище, зниження рівня емоційного напруження та створення умов для поступового й гармонійного розвитку кожного учня.

Четвертою педагогічною умовою є становлення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання є доцільне поєднання ігрових та навчальних форм роботи, що забезпечує природність входження дитини в освітній процес, знижує рівень навчального стресу та сприяє поступовому переходу від ігрової до навчальної діяльності (А. Аханова, І. Бірюк, Л. Боярова, К. Крутій.) [1; 7; 11; 47].

У процесі реалізації цієї умови враховувалися положення досліджень І. Беха, О. Колосової, О. Савченко, які підкреслювали значущість гри як провідного виду діяльності в молодшому шкільному віці та її роль у полегшенні адаптаційного періоду першокласників [6; 40; 72].

Практична реалізація передбачала систематичне використання інтегрованих форм роботи, які поєднували навчальний зміст із елементами гри. Зокрема, застосовувалися дидактичні ігри «Шкільний рюкзачок знань», «Навчальний лабіринт», «Хто перший знайде відповідь», «Математичний потяг», що сприяли формуванню навчальної мотивації та розвитку пізнавальної активності.

Також використовувалися сюжетно-рольові ігри «Я – учитель», «Клас моєї мрії», «Урок-гра», «Шкільна команда», які допомагали дітям краще засвоїти правила шкільної поведінки, розвивати навички співпраці та прийняття нової соціальної ролі учня.

Для закріплення навчального матеріалу впроваджувалися ігрові вправи «Знайди приховану відповідь», «Навчальний маршрут», «Чарівні завдання», «Швидкий ерудит», які активізували мислення, увагу та пам’ять учнів, водночас знижуючи емоційну напругу.

Отже, поєднання ігрових і навчальних форм роботи забезпечувало поступову адаптацію першокласників до шкільного середовища, формування позитивного ставлення до навчання та підвищення рівня їхньої навчальної активності.

П’ятою педагогічною умовою становлення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання є забезпечення тісної, системної та цілеспрямованої взаємодії з батьками, яка спрямована на узгодження виховних впливів сім’ї та школи, формування єдиного підходу до вимог навчальної діяльності, а також підтримку емоційного благополуччя дитини в період її входження у шкільне середовище (Т. Бабко, С. Мартиненко, О. Матвієнко, О. Щербакова) [2; 54; 55; 57; 85].

У науково-педагогічному дискурсі значущість сімейного виховання та партнерської взаємодії школи і батьків обґрунтовували А. Макаренко, С. Русова, В. Сухомлинський, які наголошували, що гармонійний розвиток дитини можливий лише за умови єдності вимог сім’ї та освітнього закладу, а також емоційної підтримки з боку дорослих [34; 74]. У сучасних

дослідженнях (І. Бех, О. Савченко) також підкреслюється, що саме сім’я є першою соціальною системою, яка визначає ставлення дитини до школи, навчання та власної успішності [6; 72].

Практична реалізація цієї умови в експериментальному класі здійснювалася систематично та охоплювала різні форми взаємодії з батьками. На початковому етапі було проведено ознайомлювальні батьківські збори «Перший раз у перший клас», на яких розглядалися особливості адаптаційного періоду, можливі труднощі першокласників та способи їх подолання. Додатково організовувалися тематичні зустрічі «Емоційна підтримка дитини в період адаптації», «Як сформувати позитивне ставлення до школи», «Режим дня першокласника як умова успішного навчання», що сприяло підвищенню педагогічної компетентності батьків.

Важливе місце посідали індивідуальні консультації, під час яких обговорювалися особливості поведінки, емоційного стану та навчальної активності кожної дитини. Такий підхід дозволяв своєчасно виявляти труднощі адаптації та спільно з батьками визначати шляхи їх подолання.

З метою посилення емоційної підтримки дитини впроваджувалися спільні домашні практики, зокрема вправи «Щоденник спостережень за емоціями» (О. Капустюк) [36], «Сімейне коло підтримки», «Три добрі слова дитині», «Мій успіх сьогодні», які сприяли формуванню позитивної самооцінки, розвитку довіри між дитиною та батьками, а також зниженню рівня шкільної тривожності.

Окремо застосовувалися форми зворотного зв’язку між учителем і батьками: щоденні короткі повідомлення, онлайн-обговорення, індивідуальні бесіди після уроків, а також систематичне ведення педагогічних спостережень. Це забезпечувало оперативне реагування на труднощі адаптаційного процесу та узгодженість педагогічних дій.

Крім того, у межах експерименту проводилися спільні заходи «День родинного спілкування», «Свято першокласника», «Ми разом – класна родина», які сприяли зміцненню партнерських відносин між школою та

сім’єю, формуванню позитивного емоційного клімату та відчуття єдності класного колективу.

Отже, тісна взаємодія з батьками виступала важливою умовою успішної адаптації першокласників, оскільки забезпечувала узгодженість виховних впливів, емоційну стабільність дітей, підвищення їхньої навчальної мотивації та загальне полегшення процесу входження у шкільне життя.

Шостою педагогічною умовою становлення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання є забезпечення систематичності та послідовності педагогічного впливу, що передбачає цілеспрямовану, безперервну та логічно вибудувану роботу вчителя, спрямовану на поступове формування в дітей необхідних адаптаційних умінь і навичок.

У психолого-педагогічній науці важливість системності педагогічного процесу обґрунтовували С. Коробко, О. Коробко, які підкреслювали, що розвиток дитини відбувається поступово, у зоні найближчого розвитку, за умови регулярного педагогічного супроводу та послідовного ускладнення навчальних і соціальних завдань. Саме тому адаптаційний процес першокласника потребує чітко структурованої та неперервної педагогічної підтримки [43; 44].

Практична реалізація цієї умови в експериментальному класі здійснювалася шляхом планомірного включення адаптаційних завдань у щоденний освітній процес. Робота вибудовувалася за принципом поступового ускладнення вимог: від простих вправ на знайомство зі шкільними правилами до складніших завдань, що вимагали самостійності, відповідальності та взаємодії в групі.

На початковому етапі навчального року систематично використовувалися короткі адаптаційні вправи «Ранкове коло налаштування», «Я готовий до уроку», «Правила нашого класу», які щоденно повторювалися та закріплювали поведінкові алгоритми учнів. Це сприяло формуванню стабільного режиму та передбачуваності шкільного середовища.

У подальшій роботі застосовувалися послідовно ускладнені навчально-ігрові завдання «Крок за кроком до успіху», «Ланцюжок завдань», «Мій щоденний прогрес», які допомагали дітям поступово переходити від колективної до більш самостійної діяльності, формуючи впевненість у власних силах.

Особлива увага приділялася регулярному повторенню правил поведінки та навчальної діяльності через вправи «Шкільний кодекс класу», «Що ми вже вміємо», «Мої маленькі перемоги», що забезпечувало закріплення позитивних навичок і зменшення емоційної напруги.

Також систематично проводилися короткі рефлексивні хвилинки «Що сьогодні вдалося», «Мій настрій наприкінці дня», «Я став краще сьогодні», які сприяли усвідомленню дітьми власного прогресу та підтримували позитивну мотивацію до навчання.

Отже, систематичність і послідовність педагогічного впливу забезпечували поступове, стабільне та кероване входження першокласників у шкільне середовище, сприяли закріпленню навчальних і поведінкових навичок та підвищували ефективність процесу адаптації.

Підсумовуючи результати дослідження, можна стверджувати, що процес адаптації першокласників до умов шкільного навчання є складним і багатогранним явищем, яке потребує цілеспрямованого та системного педагогічного супроводу. Розглянуті педагогічні умови, зокрема створення емоційно комфортного та розвивального освітнього середовища, підтримка позитивної мотивації до навчання, врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини, доцільне поєднання ігрових і навчальних форм роботи, тісна взаємодія з батьками, а також систематичність і послідовність педагогічного впливу, є ключовими чинниками, що забезпечують успішне входження дитини у шкільне життя.

Їх реалізація сприяє поступовому зниженню рівня шкільної тривожності, формуванню позитивного ставлення до навчання, розвитку навичок соціальної взаємодії та навчальної самостійності першокласників. У

сукупності ці умови забезпечують гармонійний перебіг адаптаційного процесу, створюють відчуття безпеки та підтримки в шкільному середовищі, а також сприяють успішному розвитку особистості дитини в початковій школі.

2.3 Аналіз результатів дослідно-експериментальної роботи

З метою оцінки ефективності реалізованих педагогічних умов становлення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання та визначення їхнього впливу на процес входження дітей у шкільне середовище, на завершальному етапі дослідження було проведено контрольний зріз і здійснено аналіз отриманих результатів.

Для виявлення змін, що відбулися в рівні адаптації першокласників у результаті формувального впливу, проведено контрольну діагностику, яка дозволила простежити динаміку емоційного стану, рівня навчальної самостійності, особливостей соціальної взаємодії та поведінкової адаптованості учнів, а також визначити ступінь значущості отриманих змін.

Оцінювання ефективності проведеної роботи здійснювалося шляхом порівняльного аналізу результатів констатувального та контрольного етапів дослідження, що дало змогу простежити зміни в рівнях адаптації першокласників та виявити їхню динаміку.

Як зазначалося раніше, на контрольному етапі застосовувалися ті самі діагностичні методики, що й на початковому етапі дослідження, що забезпечило об’єктивність і порівнюваність отриманих даних.

Далі подано результати контрольного зрізу та здійснено їх детальний аналіз.

Опрацювання результатів, поданих у параграфі 1.3, свідчить, що на стартовому етапі експериментально-дослідної роботи переважна частина учнів демонструвала середній рівень адаптації до шкільного середовища: в експериментальній групі (ЕГ) – 48,2%, у контрольній групі (КГ) – 48,0%.

Порівняльний аналіз отриманих показників між експериментальною та контрольною групами засвідчує їхню близькість, що підтверджує коректність формування вибірки та її однорідність. Виявлені незначні розбіжності у відсоткових значеннях не є статистично суттєвими.

Отже, на етапі первинної діагностики обидві групи характеризувалися подібним рівнем адаптованості до умов шкільного навчання, що забезпечує надійність подальшого порівняння результатів та об’єктивність аналізу змін.

У ході експериментального дослідження було реалізовано комплекс педагогічних заходів, спрямованих на успішне проходження адаптаційного періоду першокласниками. Після завершення формувального етапу проведено підсумкове діагностування з метою виявлення змін у рівнях адаптації учнів обох груп.

На заключному етапі узагальнення результатів експериментальної роботи представлено статистичні дані, які відображають динаміку адаптаційних показників у контрольній та експериментальній групах (див. табл. 2.3).

Таблиця 2.3 – Динаміка рівнів адаптованості першокласників до умов школи експериментальної і контрольної груп на початку формувального етапу експерименту та після закінчення дослідно-експериментальної роботи

Рівні адаптованості першокласників до умов школи	Експериментальна група (27 учнів)				Динаміка	Контрольна група (25 учнів)				Динаміка
	До початку формувального етапу експерименту		Після закінчення формувального етапу експерименту			До початку формувального етапу експерименту		Після закінчення формувального етапу експерименту		
	осіб	*%*	*осіб*	*%*	*%*	*осіб*	*%*	*осіб*	*%*	*%*
Високий	5	18,5	12	44,4	**+25,9**	5	20,0	7	28,0	**+8,0**
Середній	13	48,2	11	40,8	**-8.2**	12	48,0	14	56,0	**+8,0**
Початковий	9	33,3	4	14,8	**-11,5**	8	32,0	4	16,0	**-16,0**

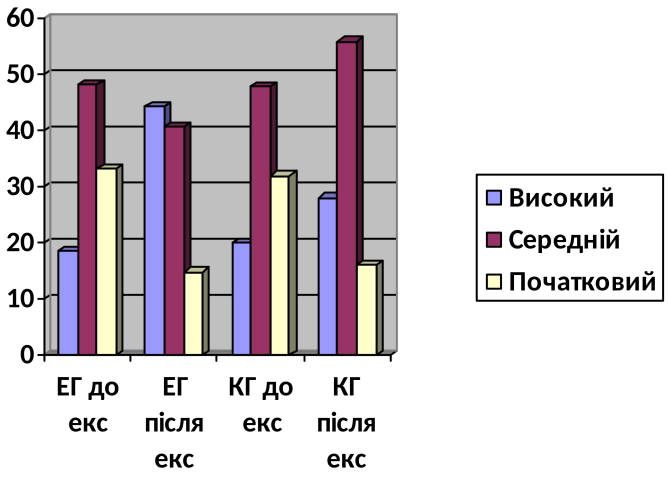


Рис. 2.1 – Рівні адаптованості першокласників до умов школи експериментальної та контрольної груп на початку формувального етапу експерименту та після закінчення дослідно-експериментальної роботи

Аналіз даних таблиці дозволяє простежити динаміку рівнів адаптованості першокласників до умов шкільного навчання в експериментальній та контрольній групах до початку формувального етапу та після його завершення.

У експериментальній групі спостерігаються найбільш виражені позитивні зміни. Так, кількість учнів із високим рівнем адаптації зросла з 18,5% до 44,4%, що свідчить про суттєве підвищення здатності дітей швидко та успішно входити у шкільне середовище. Одночасно відбулося зниження частки учнів із середнім рівнем адаптації з 48,2% до 40,8%, що пояснюється переходом частини дітей на більш високий рівень. Найбільш значущою є динаміка щодо початкового рівня, який зменшився з 33,3% до 14,8%, що вказує на суттєве зменшення кількості дітей з труднощами адаптаційного характеру.

У контрольній групі також зафіксовано позитивні зміни, однак вони є менш інтенсивними. Зокрема, частка учнів із високим рівнем адаптації підвищилася з 20,0% до 28,0%, а середній рівень зріс з 48,0% до 56,0%. Водночас початковий рівень знизився з 32,0% до 16,0%, що свідчить про

поступове покращення адаптаційних показників, однак без різких якісних зрушень.

Порівняльний аналіз засвідчує, що в експериментальній групі зміни є більш суттєвими та системними, особливо щодо зростання високого рівня адаптації та зниження початкового рівня. У контрольній групі динаміка має більш помірний характер і відображає природні вікові зміни без цілеспрямованого педагогічного впливу.

Отже, отримані результати дають підстави стверджувати, що реалізовані педагогічні умови позитивно вплинули на процес адаптації першокласників до умов шкільного навчання та забезпечили більш ефективне формування адаптаційних умінь в учнів експериментальної групи.

Висновки до розділу 2

Адаптація першокласників до умов шкільного навчання є одним із найважливіших етапів становлення дитини як учня та визначає успішність її подальшого навчання і соціального розвитку. Вона охоплює процес поступового входження дитини в нову систему соціальних відносин, засвоєння навчальної діяльності, формування поведінкових норм та розвиток здатності до саморегуляції. Саме тому ефективна організація адаптаційного періоду є необхідною умовою успішного функціонування початкової школи.

Упродовж усього адаптаційного періоду, як засвідчили результати дослідження, важливим є комплексний підхід до супроводу першокласників. Це зумовлює необхідність цілеспрямованої педагогічної діяльності, спрямованої на забезпечення емоційного комфорту, розвиток позитивної мотивації до навчання, формування соціальних навичок та поступове включення дітей у навчальний процес.

Розроблена система педагогічної підтримки в адаптаційний період виявилася ефективною та сприяла полегшенню входження дітей у шкільне середовище. Її основні складові – мета, завдання, принципи, методи, форми роботи та педагогічні умови – були спрямовані на створення сприятливих

умов для успішної адаптації першокласників, зниження рівня тривожності та формування позитивного ставлення до школи.

Зміст організації педагогічної підтримки в адаптаційний період охоплює: створення емоційно комфортного середовища, підтримку позитивної мотивації до навчання, врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини, поєднання ігрових і навчальних форм роботи, взаємодію з батьками та забезпечення систематичності педагогічного впливу.

Метою педагогічної підтримки є забезпечення успішної адаптації першокласників до умов шкільного навчання, розвиток їхньої впевненості, зниження емоційної напруги та формування готовності до навчальної діяльності.

Основними завданнями визначено: формування позитивного ставлення до школи; розвиток емоційної стабільності; сприяння соціалізації дітей у класному колективі; розвиток навичок співпраці; формування навчальної самостійності та поступове залучення до навчальної діяльності.

Принципи організації педагогічної підтримки включали: принцип емоційного комфорту, індивідуального підходу, активної участі дитини в діяльності, поступовості адаптаційного процесу, співпраці всіх учасників освітнього процесу та системності педагогічного впливу.

Педагогічні умови, що забезпечували ефективність адаптації, передбачали створення доброзичливої атмосфери в класі, використання ігрових методів навчання, підтримку з боку вчителя, залучення батьків до адаптаційного процесу та врахування індивідуальних особливостей кожної дитини.

У процесі реалізації педагогічної підтримки активно використовувалися інтерактивні, ігрові, арт-практики, рефлексивні вправи та релаксаційні техніки, які сприяли зниженню тривожності, розвитку комунікативних умінь і формуванню позитивного емоційного стану учнів.

Результати впровадження педагогічної підтримки засвідчили її ефективність та практичну значущість. У першокласників

експериментальних класів спостерігалася позитивна динаміка адаптації: підвищився рівень емоційного комфорту, зросла навчальна мотивація, покращилися навички взаємодії з однолітками та вчителем, а також знизився рівень тривожності. Діти стали більш впевненими, активними та відкритими до навчальної діяльності.

Отже, реалізована система педагогічної підтримки забезпечила успішну адаптацію першокласників до умов школи та підтвердила свою ефективність як важливий чинник гармонійного розвитку дитини в початковій освіті.

ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ

Сучасна початкова освіта в Україні, зокрема в умовах реалізації концепції Нової української школи (НУШ), спрямована на забезпечення гармонійного розвитку особистості молодшого школяра. У цьому контексті особливої ваги набуває процес адаптації першокласників до шкільного навчання, який є важливим етапом входження дитини в нове соціальне середовище, систему навчальної діяльності та міжособистісних взаємин. В умовах сучасних освітніх змін адаптація розглядається як необхідна складова успішного становлення учня як суб’єкта навчальної діяльності.

Адаптація першокласників передбачає поступове пристосування дитини до шкільного життя, формування навчальної мотивації, розвиток навичок взаємодії з однолітками та вчителем, а також опанування норм поведінки. Саме тому забезпечення ефективного адаптаційного процесу є важливим завданням сучасної початкової школи, оскільки від його успішності залежить подальший навчальний розвиток дитини та її емоційне благополуччя.

Результати теоретичного та експериментального дослідження проблеми адаптації першокласників до умов школи підтвердили досягнення мети, реалізацію поставлених завдань і дозволили сформулювати такі основні висновки:

1. Проведений аналіз філософської, педагогічної та психологічної літератури засвідчив, що проблема адаптації молодших школярів активно досліджується науковцями. Водночас питання цілеспрямованої організації педагогічної підтримки адаптаційного періоду першокласників у контексті сучасних освітніх реформ потребує подальшого наукового осмислення.

2. *Адаптація першокласників до умов школи* розглядається як багатогранний процес входження дитини в нове освітнє середовище, що передбачає емоційне, соціальне та навчальне пристосування. Вона охоплює розвиток здатності дитини регулювати власний емоційний стан,

встановлювати позитивні взаємини з однолітками та вчителем, а також поступово оволодівати навчальною діяльністю.

У структурі адаптації виокремлено *когнітивний, емоційно-ціннісний, соціально-комунікативний, діяльнісний, рефлексивний компоненти*, які взаємопов'язані та взаємозумовлені.

Когнітивний – охоплює сформованість уявлень дитини про школу як соціальне середовище, розуміння правил поведінки, норм і вимог навчальної діяльності; передбачає розвиток елементарних навчальних умінь, здатність сприймати, осмислювати та відтворювати навчальну інформацію.

Емоційно-ціннісний – характеризує ставлення дитини до школи, навчання, вчителя та однокласників; включає рівень шкільної мотивації, емоційний комфорт, зниження тривожності, формування позитивного ставлення до навчальної діяльності та внутрішньої готовності до неї.

Соціально-комунікативний – відображає здатність дитини встановлювати й підтримувати міжособистісні взаємини, взаємодіяти з учителем і ровесниками, дотримуватися соціальних норм і правил поведінки, працювати в колективі, розв'язувати елементарні комунікативні ситуації.

Діяльнісний – передбачає включення дитини в навчальну діяльність, сформованість умінь слухати інструкції, виконувати завдання, планувати та контролювати власні дії, організовувати робоче місце, доводити розпочату справу до кінця.

Рефлексивний – пов'язаний зі здатністю дитини усвідомлювати власну діяльність і поведінку, оцінювати свої успіхи та труднощі, розуміти причини помилок, виявляти елементи самоконтролю та саморегуляції.

3. *Педагогічна підтримка* розглядається як цілеспрямована діяльність учителя, спрямована на створення сприятливих умов для розвитку дитини, забезпечення її навчальних та соціальних потреб, а також успішної адаптації до шкільного середовища.

4. Визначені та обґрунтовані *педагогічні умови* успішної адаптації першокласників до умов школи: створення емоційно комфортного освітнього

середовища, підтримка позитивної мотивації до навчання, врахування індивідуального темпу адаптації кожної дитини, поєднання ігрових і навчальних форм роботи, тісна взаємодія з батьками, а також забезпечення систематичності й послідовності педагогічного впливу.

5. Ефективність організації адаптаційного процесу підтверджена впровадженням системи педагогічної підтримки, яка включала мету, завдання, принципи, зміст, форми та методи роботи. Її реалізація сприяла полегшенню входження першокласників у шкільне середовище та підвищенню рівня їхнього емоційного комфорту.

6. Отримані результати експериментального дослідження засвідчили позитивну динаміку адаптації учнів експериментальної групи, що проявляється у зниженні рівня тривожності, підвищенні навчальної мотивації, покращенні соціальної взаємодії та формуванні більш стабільної поведінкової саморегуляції.

Здійснене дослідження не претендує на вичерпне розв’язання проблеми адаптації першокласників до школи. Подальші наукові пошуки можуть бути спрямовані на вивчення впливу різних педагогічних технологій на адаптаційні процеси, а також на дослідження взаємозв’язку адаптації з рівнем розвитку емоційної, соціальної та пізнавальної сфер дитини.

ДЕКЛАРАЦІЯ ВИКОРИСТАННЯ ГЕНЕРАТИВНОГО ШІ (GAIDeT)

Розкриття факту делегування завдань генеративному ШІ

Автори заявляють про використання генеративного ШІ у процесі дослідження та підготовки рукопису. Відповідно до таксономії GAIDeT (2026), наведені нижче завдання були делеговані інструментам генеративного ШІ за повного людського нагляду:

- Пошук і систематизація літератури.
- Вичитування та редагування.

Використаний інструмент генеративного ШІ: ChatGPT. Повну відповідальність за фінальний рукопис несуть автори. Інструменти генеративного ШІ не зазначаються як автори та не несуть відповідальності за кінцеві результати.

Декларацію подав(ла): Наталія ІЛЬЇНА.

Додаткова примітка: Використовувала ШІ для редагування тексту, добору

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Аханова А. Ігрова діяльність як засіб успішної адаптації першокласників до умов навчання у початковій школі. *Педагогічний часопис Волині*. 2018. Вип. 2(9). С. 16–21.

2.Бабко Т. М., Банах О. В. , Вознюк А. В. Нова школа: організація взаємодії з батьками учнів початкової школи : навч.-метод. посіб. Київ : Освіта, 2020. 208 с.

3.Баранова Н., Коцур Н. Дослідницька та експериментальна діяльність в умовах НУШ. *Початкова школа*. 2019. №9. С. 13–16.

4.Бєлік Р. Особливості розвитку особистості дітей молодшого шкільного віку. *Наукові перспективи (Naukovì perspektivi)*. 2024. № 11(53). URL: https://doi.org/10.52058/2708-7530-2024-11(53)-1234-1243 (дата звернення: 11.05.2026).

5.Берека В. Є., Галас А. В. Нові педагогічні технології та інновації в НУШ : навч.-метод. посіб. Харків : Ранок, 2022. 496 с.

6.Бех І. Д. Особистість на шляху до духовних цінностей : монографія. Київ-Чернівці : Букрек, 2018. 296 с.

7. Бірюк І. Інтегровані уроки в початковій школі : метод. посіб. Володимирець, 2018. 65 с.

8. Блажівський М. І. Дефініція категорії «адаптація» у сучасній психології. *Науковий вісник ЛУВС.* Серія: психологія. 2018. Вип. 2. С. 233–241.

9.Блинова О. Є. Соціально-психологічна адаптація дітей із родин вимушених переселенців. *Теоретичні і прикладні проблеми психології* : зб. наук. пр. Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля. 2019. № 2(49). С. 19–30.

10. Бондаренко В. В. Проблеми соціальної адаптації молодших школярів в умовах воєнного часу. *Теорія, методика і практика навчання*. 2022. Т. 2. № 93. С. 78–87.

11. Боярова Л. М. Психолого-педагогічні ігри для молодших школярів. *Початкове навчання та виховання.* 2020. №7–9. С. 65–70.

12. Булачок М. А. Адаптація учнів до навчання в освітньому середовищі НУШ. *Актуальні проблеми безпеки життєдіяльності*. 2021. № 2. С. 289–292.

13. Бушуєва Т. В., Авер'янова А. М. Психологічні особливості розвитку уваги у дітей молодшого шкільного віку. Modern european psychological and pedagogical education. The development of a creative learning 73 environment. 2021. URL: https://doi.org/10.30525/978-9934-26-146-6-5 (дата звернення: 11.05.2026).

14. Вітюк В. В. Готовність педагогів до змін в умовах реалізації концепції «Нова українська школа». *Педагогічний пошук.* 2017. №2 (94). С. 3–6.

15. Власова О. І. Психологія соціальних здібностей: структура, динаміка, чинники розвитку : монография. Київ : ВПЦ КНУ, 2015. 308 с.

16. Волинець Н., Сопіна Ю. Соціально-психологічна адаптація до навчання в школі учнів молодшого шкільного віку в умовах війни. *Наукові інновації та передові технології.* 2025. № 2(42). URL: https://doi.org/10.52058/2786- 5274-2025-2(42)-1902-1913 (дата звернення: 01.04.2026).

17. Гартманн Г. Психологія і проблеми адаптації особистості. Суми, 2022. 160 с.

18. Гнатюк О. В., Чекстере О. Ю. Особливості навчання та адаптації здобувачів освіти в умовах війни. *Психолого-педагогічні студії* : наук. електрон. журн. 2024. № 12. 134–145. URL: https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/742907/1/(дата звернення: 30.05.2026).

19. Голубенко Т. О. Адаптація першокласників до закладу загальної середньої освіти в умовах воєнного. *Педагогічна Академія:* наукові записки. 2025. Вип. 14. https://doi.org/10.5281/zenodo.14764891(дата звернення: 21.04.2026).

20. Грись А., Марушевська В. Прояви адаптації дітей молодшого шкільного віку. *Сучасна медицина, фармація та психологічне здоров'я*. 2021. №1(2). С. 43–57.

21. Гришко Ю. В. Адаптація першокласників до школи : стаття. 2020. URL: https://vseosvita.ua (дата звернення: 5.06.2026).

22. Гудименко Ю. В. Особливості адаптації першокласників до навчання в умовах Нової української школи. *Молодий вчений*. 2019. № 7. С. 22–27.

23. Гузан І. Підтримка вчителя – джерело внутрішніх сил дитини. *Учитель початкової школи*. 2019. № 2. С. 47–49.

24. Деміракі Т. В. Моделювання освітнього простору в умовах реалізації концепції «Нова українська школа» : метод. реком. 2018. 36 с.

25. Давибіда Н. О., Яковлев В. О. Анатомо-фізіологічні особливості дітей молодшого, середнього і старшого шкільного віку. *Здобутки клінічної і експериментальної медицини*. 2023. Вип. 2. С. 6–10.

26. Державний стандарт початкової освіти (МОН України). URL: https://nus.org.ua/news/uryad-opublikuvav-novyj-derzhstandart-pochatkovoyi-osvity-dokument/ (дата звернення: 4.03.2026).

27. Дзюбенко О. А. Особливості адаптації першокласників до навчальної діяльності в умовах впровадження концепції Нової української школи. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія»*. 2018. Серія: Психологія. Вип. 7. С. 14–18.

28. Дмитренко О. Більше, ніж гра: діяльнісний підхід у Новій українській школі. URL: https://osvita.ua/ school/method/85081/ (дата звернення: 20.01.2026).

29. Долгош Н. М., Молнар Т. І. Розвивальне освітнє середовище початкової школи : категорійно-дефінітивний аналіз. *Наука майбутнього*. 2022. Вип. 2(10). С. 147–153.

30. Заєць Т. Психолого-педагогічні умови успішної адаптації першокласників до навчання у НУШ. «*InterConf*». 2022. №2. С. 109–112.

31. Іванова Т. Г. Педагогічна підтримка в період адаптації учнів 1 класу. *Молодий науковець*. 2021. №3. С. 22–27.

32. Ізотова Є. Г., Торопова Е. М. Адаптація молодших школярів до навчання в школі. *Досвід і перспективи реалізації державних освітніх стандартів в сучасній школі:* зб. наук. праць наук.-практ. конф. (16 грудня 2020 р.). Львів, 2020. С. 164–168.

33. Історія зарубіжної педагогіки / Упорядники : Л. В. Маляр, М. І. Кухта. Ужгород : ДВНЗ «УжНУ», 2020. 64 с.

34. Історія української школи і педагогіки : хрестоматія / уклад. О. О. Любар. Київ : Центр навчальної літератури, 2005. 766 с.

35. Калошин В. Ф., Безносюк О. О., Лемешко Ю. П. Вплив емоцій на ефективність навчального процесу. *Практична психологія та соціальна робота*. 2018. №1. С. 70–74.

36. Капустюк О. Техніка «Щоденник спостережень за емоціями» в роботі з сім'єю. *Вісник психології і соціальної педагогіки*. 2019. №7. С. 12–17.

37. Клименко О. А. Роль емоційного інтелекту у процесі адаптації особистості. *Психологія і суспільство.* 2021. № 2. С. 74–79.

38. Коваленко М. А. Особливості адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов навчання. *Педагогіка і сучасність.* 2018. №4. С. 15–21.

39. Коесова Г. Діагностика адаптації першокласників. *Психолог*. 2018. № 23–24 (407–408). С. 3–18.

40. Колосова О. В. Адаптація першокласників до шкільного життя засобами театралізації. *Young scientist.* 2019. № 5.2 (69.2). С. 143–149.

41. Кондратюк О. М. Адаптація першокласників в умовах Нової української школи. *Нормативні та методичні матеріали закладів освіти*. 2023. URL: https://udu.edu.ua/images/data_file/nakazy/Dodatok_2_267_2023_UDU.pdf (дата звернення: 13.04.2026).

42. Концепція «Нова українська школа». URL: https://www.kmu.gov.ua/... / ukrainska-shkola-compressed.pd... (дата звернення: 10.10.2025).

43. Коробко І. М. Анкета перевірки шкільної адаптації учнів НУШ. URL: https://naurok.com.ua/anketa-perevirki-shkilno-adaptaci-5-klasiv-nush-306219.html 30... (дата звернення: 10.03.2026).

44. Коробко С. Л. Коробко О. І. Нова українська школа: діагностична та корекційно-розвивальна робота з молодшими школярами: навч.-метод. посіб. Київ : Літера ЛТД, 2021. 160 с.

45. Косенко Д. Новий освітній простір. Мотивуючий простір : інформаційний посібн. : URL : https://decentralization.gov.ua/uploads/library/file/407/NOP_Motivuyuchiy-prostir.pdf (дата звернення: 11.05.2026).

46. Котенко І. С. Педагогічна підтримка адаптації першокласника до освітнього простору початкової школи. *Андрагогічний вісник*. 2019. № 10. С. 125–131.

47. Крутій К. Л. Вправи для адаптації першокласників: методичний матеріал. *Всеосвіта.* 2022. URL: https://vseosvita.ua/library/vpravy-dlia-adaptatsii-pershoklasnykiv-919554.html (дата звернення: 13.04.2026).

48. Кудла М. В. Розвивальне освітнє середовище у початковій школі як фактор становлення успішної особистості. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* 2020. № 70. Т. 2. С. 95–99.

49. Кулажко М. А., Кисла О. Ф. Особливості адаптації дітей молодшого шкільного віку до умов освітньо-виховного простору. *Корекційна педагогіка.* 2019. Вип. 15. Т. 1. С. 101–104.

50. Лазарєва Н. В. Фактори, що впливають на успішність адаптації першокласників. *Психологія та освіта.* 2021. №5. С. 54–59.

51. Левченко К. П. Адаптація першокласників до освітнього процесу у школі : кваліфікаційна робота магістра. Чернігів, 2025. 119 с.

52. Литвин І., Зорочкіна Т., Шпак В. Психологічні особливості дітей молодшого шкільного віку. *Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології.* 2024. Т. 4. № 138. С. 346–356. URL: https://doi.org/10.24139/2312-5993/2024.04/346-356 (дата звернення: 15.05.2026).

53. Льодова Ю. Л. Адаптація першокласників до навчання в умовах воєнного стану : магістерська робота. Чернігів, 2024. 78 с.

54. Мартиненко С. М. Поради батькам щодо педагогічної адаптації першокласників. *Початкова школа і сучасність*. 2019. №4. С. 15–18.

55. Мартиненко С. М. Педагогічна адаптація першокласників до навчання в школі: поради для батьків. *Початкова школа і сучасність*. 2015. № 9(13). С. 8–12.

56. Мартиненко С. М. Особливості педагогічної адаптації дітей до навчання в школі. *Початкова школа і сучасність*. 2016. № 10(26). С. 3–7.

57. Матвієнко О. В. Педагогічна взаємодія суб’єктів навчально-виховного середовища школи як складова соціально-педагогічної системи. Topical issues of social pedagogy: collective monograph. CARICOM, Barbados, 2017. С. 100−122.

58. Мельничук С. Л. Проблема адаптації молодших школярів до навчання у школі. *Педагогічні дослідження.* 2022. № 44. С. 15–22.

59. Методичні рекомендації щодо адаптаційного періоду для учнів першого класу. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/zagalna%20serednya/1-klas-nysh/nmo-923-dodatok.pdf (дата звернення: 10.06.2026).

60. Молнар Т., Гичка Т. Розвивальне освітнє середовище початкової школи : теоретичний аналіз проблеми. *Наука майбутнього:* зб. наук. праць студентів, аспірантів та молодих вчених Мукачівського державного університету. Вип. 1. 2018. С. 93–96.

61. Москалець В. П. Психологія особистості : підруч. Київ : Ліра-К, 2020. 364 с.

62. Надьон В. П. Психологічні особливості учнів початкової школи // *Харківський осінній марафон психотехнологій* : матеріали III міжрегіон. наук.-практ. конф. (каталог психотехнологій; тези доп.), Харків, 26 жовт. 2019 р. / Харків. нац. пед. ун-т ім. Г. С. Сковороди ; [редкол.: Т. Б. Хомуленко та ін.]. Харків : Діса плюс, 2019. С. 166–168.

63. Нарожна С. Адаптація першокласників до програми Нової української школи. *Інновації в початковій освіті*: матеріали VI наук.-практ. конф. (Харків, 16 трав. 2025). 2025. С. 58–64. URL: https://dspace.hnpu.edu.ua/items/9578259b-049a-4d5b-ab97-de05fd418efd (дата звернення: 20.05.2026).

64. Нова українська школа : порадник для вчителя / за заг. ред. Н. М. Бібік. Київ : Літера ЛТД, 2019. 208 с.

65. Онопрієнко О., Петрук О., Павлова Т. Технології оцінювання особистісних і навчальних досягнень учнів початкової школи. Методичний кейс : метод. посіб. Київ : Педагогічна думка, 2023. 249 с.

66. Практична психологія в початковій школі / за заг. ред. Л. Чистякова. Київ : Шкільний світ, 2019. 160 с.

67. Пророк Н. В. Проблеми адаптації до навчання здобувачів початкової освіти в умовах воєнного стану. *Педагогічна академія :* наук. електрон. ж-л. 2025. С. 586–601. URL: https://pedagogical-academy.com/index.php/journal/article/download/586/469/858 (дата звернення: 02.03.2026).

68. Пророк Н. В., Бойко С. Т., Гнатюк О. В. Психологічне діагностування проявів адаптаційних розладів у суб’єктів освітнього простору в умовах воєнного стану і післявоєнного відновлення країни*:* практ. посіб. Київ: Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України. 220 с.

69. Професійний стандарт вчителя початкової школи. https://zakon.rada.gov.ua/rada/show/v2736915-20# (дата звернення: 03.02.2025).

70. Психолого-педагогічний супровід освітнього процесу в умовах простору дитинства, що змінюється : монографія / під нав. ред. О. Г. Пилипової. Чернігів, 2018. 340 с.

71. Рощіна С. М. Розвивальне освітнє середовище навчального закладу як умова особистісного розвитку учнів. *Педагогічний альманах*. 2021. Вип. 12. Ч. 1. С. 34–38.

72. Савченко О. Я. Виховний потенціал початкової школи. Київ : Богданова А. М., 2009. 226 с.

73. Сакалюк О. Розвивальні ігри та вправи у навчально-виховному процесі. *Початкова школа*. 2019. №10. С. 48–51.

74. Сухомлинський В. О. Серце віддаю дітям // Вибр. тв. : В 5 т. Київ : Рад. школа, 1977. Т. 3. С. 7–274.

75. Титаренко Т. М. Психологічна стійкість особистості в умовах життєвих криз. *Психологія і суспільство*. 2021. Вип. 4. С. 58–63.

76. Товканець Г. В., Сідор Ю. І. Освітнє середовище початкової школи у формуванні ціннісних орієнтацій молодших школярів. *Освіта і наука*. Вип. 2 (35). 2023. С. 253–260.

77. Токарева Н. М., Шамне А. В. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. Київ : НУБіП, 2017. 548 с.

78. Федірчик Т., Дідух В. Педагогіка партнерства як чинник формування ефективної взаємодії учасників освітнього процесу. *Нова школа: організація взаємодії з батьками учнів початкової школи*: навч.-метод. посіб. Київ : Освіта, 2020. 208 с.

79. Фроленкова Н. О., Купіна І. О. Адаптація дітей дошкільного та молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 7(12). С. 471–482.

80. Цимбалару А. Нова українська школа : освітній простір учня початкової школи. Київ : Освіта, 2020. 160 с.

81. Шапочка К. Шляхи адаптації першокласників до освітнього процесу Нової української школи. *Актуальні питання гуманітарних наук* : зб. наук. пр. / за ред. Т. І. Сидоренко. 2023. Вип. 60. Т. 4. С. 242–247.

82. Шевченко О. А. Психологічні основи адаптації дитини до навчального процесу в початковій школі. *Вісник практичної психології і соціальної роботи*. 2019. №2. С. 45–48.

83. Шпак М. М. Психологія розвитку емоційного інтелекту молодших школярів : монографія. Тернопіль : ТНПУ імені В. Гнатюка, 2016. 372 с.

84. Шпильківська І. О. Педагогічні умови адаптаційно-ігрового циклу в початковій школі. International Electronic Scientific Journal «Science Online». 2019. №11. URL: http://nauka-online.com.

85. Щербакова О. О. Внутрішньосімейні взаємини як фактор шкільної адаптації першокласників. *Проблеми сучасної психології*. 2019. №3. С. 43–48.

86. Яструб О. Шкільна адаптація першокласників. *Acta Paedagogica Volynienses*. 2021. №3. С. 172–177.

ДОДАТКИ

Додаток А

Анкета для вчителів початкових класів

Тема: Дослідження рівня адаптації першокласників до умов школи.

Шановний(а) вчителю!

Просимо Вас відповісти на запитання анкети. Отримані дані будуть використані в узагальненому вигляді для наукового дослідження.

1. Загальні відомості

1. Стаж педагогічної діяльності:
2. ☐ до 5 років ☐ 5–10 років ☐ понад 10 років
3. Чи працюєте Ви з першими класами:
4. ☐ так ☐ ні

2. Оцінка адаптації першокласників

3. Як Ви оцінюєте загальний рівень адаптації учнів Вашого класу?
4. ☐ високий ☐ середній ☐ низький
5. У який період навчання діти найважче адаптуються?
6. ☐ перший тиждень
7. ☐ перший місяць
8. ☐ перше півріччя
9. ☐ інше _____
10. Які труднощі найчастіше виникають у першокласників?
11. ☐ емоційна нестабільність
12. ☐ труднощі спілкування з однолітками
13. ☐ невміння працювати за інструкцією
14. ☐ низька навчальна мотивація
15. ☐ інше _____

3. Навчальна діяльність

6. Чи легко учні включаються в навчальну діяльність?
7. ☐ так ☐ частково ☐ ні
8. Який рівень навчальної мотивації переважає у першокласників?
9. ☐ високий ☐ середній ☐ низький

4. Соціальна адаптація

8. Чи легко діти встановлюють контакт з однокласниками?
9. ☐ так ☐ частково ☐ ні
10. Чи виникають конфлікти в класі?
11. ☐ часто ☐ іноді ☐ рідко ☐ не виникають

5. Педагогічна підтримка

10. Які засоби Ви використовуєте для полегшення адаптації?
11. ☐ ігрові методи
12. ☐ індивідуальна підтримка
13. ☐ групова робота
14. ☐ співпраця з батьками
15. ☐ інше _____
16. Чи вважаєте Ви достатньою підтримку сім'ї у процесі адаптації?
17. ☐ так ☐ частково ☐ ні

6. Відкрите запитання

12. На Вашу думку, що найбільше впливає на успішну адаптацію першокласників?

Ключ для обробки результатів анкети

Для визначення рівня адаптованості першокласників до умов школи відповіді вчителів узагальнюються за трьома рівнями: *високий, середній, низький.*

1. Оцінка за блоками анкети

Блок 2. Оцінка адаптації

- високий рівень (переважають відповіді «високий», «легко», «рідко виникають труднощі») – 3 бали;
- середній рівень (змішані відповіді, часткові труднощі) – 2 бали;
- низький рівень (переважають «низький», «важко», «часто виникають труднощі») – 1 бал.

Блок 3. Навчальна діяльність

- високий рівень включення та мотивації – 3 бали;
- часткова включеність – 2 бали;
- низька включеність – 1 бал.

Блок 4. Соціальна адаптація

- легка взаємодія, рідкі конфлікти – 3 бали;
- періодичні труднощі – 2 бали;
- значні труднощі у спілкуванні – 1 бал.

Блок 5. Педагогічна підтримка

- активне використання різних методів, позитивна взаємодія з батьками – 3 бали;
- часткове використання методів – 2 бали;
- недостатня підтримка – 1 бал.

2. Підрахунок результатів

Максимальна кількість балів: *12 балів.*

Мінімальна кількість балів***:*** *4 бали*

Рівні адаптованості

Високий рівень (10–12 балів)

Учні швидко адаптуються до школи, мають високу мотивацію, позитивно взаємодіють з учителем та однолітками, активно включаються в навчальну діяльність.

Середній рівень (7–9 балів)

Спостерігаються окремі труднощі в адаптації, які поступово долаються за підтримки вчителя.

Низький рівень (4–6 балів)

Характерні значні труднощі у навчальній, емоційній та соціальній сферах, потреба в постійній педагогічній підтримці.

Додаток Б

Анкета для батьків

Тема: Адаптація першокласників до умов школи

Шановні батьки! Просимо Вас відповісти на запитання анкети. Отримані дані будуть використані лише в узагальненому вигляді в науковому дослідженні.

1. *Загальні відомості*

1. Вік Вашої дитини:
2. ☐ 6 років ☐ 7 років ☐ інше _____;
3. Чи відвідувала дитина заклад дошкільної освіти?
4. ☐ так ☐ ні.

2. *Емоційний стан дитини*

3. Який настрій переважає у дитини після школи?
4. ☐ позитивний ☐ змінний ☐ переважно негативний
5. Чи виявляє дитина бажання йти до школи?
6. ☐ так ☐ іноді ☐ ні
7. Чи скаржиться дитина на втому або небажання навчатися?
8. ☐ часто ☐ іноді ☐ рідко ☐ не скаржиться.

5. Навчальна діяльність

6. Чи виконує дитина домашні завдання самостійно?
7. ☐ так ☐ частково ☐ ні
8. Чи виникають труднощі у виконанні навчальних завдань?
9. ☐ часто ☐ іноді ☐ рідко ☐ не виникають

4. *Соціальна адаптація*

8. Як дитина спілкується з однокласниками?
9. ☐ легко знаходить спільну мову
10. ☐ має труднощі на початку
11. ☐ уникає спілкування

12. Чи виникають конфлікти з однокласниками?

13. ☐ часто ☐ іноді ☐ рідко ☐ не виникають

5. *Поведінка та самостійність*

10. Чи дотримується дитина правил шкільної поведінки?
11. ☐ так ☐ частково ☐ ні

12. Чи може дитина організувати своє робоче місце?

13. ☐ так ☐ частково ☐ ні

6. *Відкрите запитання*

12. Що, на Вашу думку, найбільше допомагає дитині адаптуватися до школи? _____

Ключ для обробки результатів анкети

Для визначення рівня адаптованості першокласників до умов школи відповіді батьків оцінюються за бальною системою з подальшим узагальненням у три рівні: *високий, середній, низький***.**

1. Бальна оцінка відповідей

Блок 2. Емоційний стан дитини

- переважно позитивний настрій, бажання йти до школи, відсутність скарг – 3 бали;
- нестійкий емоційний стан, іноді небажання йти до школи – 2 бали**;**
- переважно негативний стан, відмова від школи, часті скарги – 1 бал.

Блок 3. Навчальна діяльність

- самостійне виконання завдань, відсутність труднощів – 3 бали;
- часткова самостійність, періодичні труднощі – 2 бали;
- значні труднощі, постійна допомога дорослих – 1 бал.

Блок 4. Соціальна адаптація

- легке спілкування, відсутність конфліктів – 3 бали;
- незначні труднощі у спілкуванні – 2 бали**;**
- ізоляція або часті конфлікти – 1 бал.

Блок 5. Поведінка та самостійність

- повне дотримання правил, висока самостійність – 3 бали;
- часткове дотримання правил, потреба в нагадуванні – 2 бали;
- недотримання правил, низька самостійність – 1 бал.

2. Підрахунок результатів

Максимальна кількість балів: 12 балів.

Мінімальна кількість балів: 4 бали.

3. Рівні адаптованості

Високий рівень (10–12 балів)

Дитина легко адаптується до школи, має стабільний емоційний стан, добре взаємодіє з однолітками, самостійна у навчальній діяльності.

Середній рівень (7–9 балів)

Спостерігаються окремі труднощі в емоційній, навчальній або соціальній сферах, які долаються за підтримки дорослих.

*Низький рівень (4–6 балів***)**

Виражені труднощі адаптації, нестабільний емоційний стан, проблеми у навчанні та спілкуванні, потреба в постійній допомозі.

Додаток В

План
спостереження за першокласниками

1. ***Мета спостереження***

Вивчити особливості адаптації першокласників до умов шкільного навчання та визначити рівень сформованості емоційної, навчальної, соціальної та поведінкової сфер у перший місяць навчання.

2. ***Завдання спостереження***

- виявити особливості емоційного стану учнів у шкільному середовищі;
- простежити рівень навчальної активності та самостійності;
- визначити особливості соціальної взаємодії з однокласниками;
- оцінити рівень дотримання шкільних правил і саморегуляції поведінки;
- виявити типові труднощі адаптаційного періоду.

3. Об'єкт спостереження

Учні 1 класу закладу загальної середньої освіти.

4. ***Предмет спостереження***

Процес адаптації першокласників до шкільного навчання.

5. Критерії спостереження

Емоційна сфера:

- настрій дитини протягом навчального дня;
- реакція на шкільні ситуації;
- наявність/відсутність тривожності;
- бажання відвідувати школу.

Навчальна діяльність:

- рівень уваги на уроці;
- здатність виконувати інструкції;
- самостійність у виконанні завдань;
- швидкість включення в роботу.

Соціальна адаптація:

- взаємодія з однокласниками;
- участь у груповій роботі;
- ініціативність у спілкуванні;
- наявність конфліктних ситуацій.

Поведінкова сфера:

- дотримання правил класу;
- організованість робочого місця;
- рівень самоконтролю;

- реакція на зауваження вчителя.

6. ***Методи спостереження***

- включене педагогічне спостереження під час уроків;
- позаурочне спостереження (перерви, ігрова діяльність);
- фіксація поведінкових проявів у щоденнику спостережень;
- узагальнення результатів за тижневими/місячними зрізами.

7. Тривалість спостереження

Вересень (адаптаційний період) з можливістю повторного моніторингу у жовтні та грудні для порівняльного аналізу.

8. Форма фіксації результатів

- індивідуальні картки спостереження;
- шкала оцінювання (високий / середній / низький рівень);
- узагальнювальні таблиці;
- аналітичні записи вчителя.

9. Очікувані результати

Отримання об’єктивних даних щодо рівня адаптації першокласників та визначення основних труднощів, які потребують педагогічної підтримки.

Додаток Д

Діагностичні бесіди з першокласниками

Бесіда 1. «Моя школа»

Мета: виявити ставлення до школи та навчання

Запитання:

- Тобі подобається у школі? Чому?
- Що тобі найбільше подобається на уроках?
- Що в школі для тебе нове?
- Чи є щось, що тобі не подобається?

Інтерпретація:

- позитивні відповіді → добра адаптація;
- нейтральні → часткова адаптація;
- негативні → труднощі адаптації.

Бесіда 2. «Як я почуваюся у школі»

Мета: визначити емоційний стан дитини

Запитання:

- Який у тебе настрій у школі?
- Ти більше радієш чи втомлюєшся на уроках?
- Чи буває тобі сумно або страшно?
- Що тебе робить щасливим у школі?

Інтерпретація:

- позитивні емоції → високий рівень комфорту;
- нестійкі емоції → середній рівень;
- тривожність → низька адаптація.

Бесіда 3. «Мої друзі в класі»

Мета: дослідити соціальну адаптацію

Запитання:

- З ким ти дружиш у класі?
- З ким тобі подобається сидіти?
- Чи легко тобі познайомитися з новими дітьми?
- Чи бувають сварки?

Інтерпретація:

- легко встановлює контакти → висока соціальна адаптація;
- труднощі у спілкуванні → середня;
- ізоляція → низька.

Бесіда 4. «Як я навчаюся»

Мета: оцінити навчальну адаптацію

Запитання:

- Чи легко тобі виконувати завдання?
- Що робити найпростіше / найважче?

- Чи потрібна тобі допомога вчителя?
- Чи встигаєш ти на уроці?

Інтерпретація:

- самостійність → високий рівень;
- часткова допомога → середній;
- постійна допомога → низький.

Бесіда 5. «Мій день у школі»

Мета: комплексна діагностика адаптації

Запитання:

- Розкажи свій шкільний день
- Що тобі найбільше сподобалось сьогодні?
- Що було складним?
- Що б ти хотів змінити?

Інтерпретація:

- позитивні розповіді → адаптація проходить успішно;
- змішані → часткова адаптація;
- негативні → труднощі адаптації.

Загальний висновок

Запропоновані бесіди дозволяють у м’якій формі діагностувати рівень адаптації першокласників, виявити емоційний стан, особливості соціальної взаємодії та навчальної діяльності, а також визначити дітей, які потребують додаткової педагогічної підтримки.