СПРАВКА

по итогам обследования обучающихся 1-х классов по адаптации и учебной мотивации в МАОУ «Школа № 45 с углубленным изучением отдельных предметов» городского округа г. Уфа РБ
(первичная диагностика, 2026–2027 учебный год)
от 23 октября 2026 года

Цель проверки: входной контроль и обследование обучающихся 1-х классов по адаптации и учебной мотивации.

С 8 по 22 октября 2026 года была проведена проверка обучающихся 1-х классов по адаптации и учебной мотивации.

Проверку осуществляла: педагог-психолог Готман Р. В.

С целью проверки были посещены уроки в 1а, 1б, 1в, 1г классах, проведена тестовая диагностика обучающихся 1-х классов.

№ п/п	Класс (кол-во протестированных обучающихся)	Адаптация			Мотивация			Тревожность
		Высокий ур.	Средний ур.	Низкий ур.	Учебная	Внешняя	Игровая	
1	**1а (26)**	8	15	3	15	8	3	2
2	**1б (29)**	9	17	3	17	7	5	3
3	**1в (26)**	7	14	5	13	8	5	4
4	**1г (19)**	6	10	3	10	6	3	1
5	**Всего 100**	**30**	**56**	**14**	**55**	**29**	**16**	**10**

Итоги проверки показали следующее: в 1-х классах – безотметочная деятельность, в конце I полугодия и по окончании учебного года учителями-классными руководителями заполняются характеристики на обучающихся. Результаты тестирования показали, что высокий уровень адаптации к школьной учебной деятельности наблюдается у 30 обучающихся (30%), средний – у 56 (56%), низкий – у 14 (14%) первоклассников. Таким образом, 86 обучающихся (86%) адаптировались к школе на высоком и среднем уровне, а 14 (14%) испытывают трудности и нуждаются в индивидуальном психолого-педагогическом сопровождении. Наибольшее число обучающихся с низким уровнем адаптации – в 1в классе (5 человек).

По мотивации преобладает учебная мотивация (55 обучающихся), внешняя мотивация выявлена у 29, игровая – у 16 первоклассников. Повышенная тревожность отмечена у 10 обучающихся. Посещенные уроки показали

достаточный уровень работы учителей начальных классов, построение и проведение уроков в соответствии с требованиями ФГОС НОО.

Выводы и рекомендации: адаптация обучающихся 1-х классов проходит на удовлетворительном уровне: основная часть первоклассников имеет средний уровень адаптации, и им необходима групповая поддержка, а обучающимся с низким уровнем – индивидуальная. Учителям начальных классов, работающим с первоклассниками, продолжить работу по созданию комфортных условий для скорейшей адаптации обучающихся в школе. Проводить работу по усилению мотивации обучающихся к учебной деятельности. Педагогу-психологу провести групповые занятия с обучающимися со средним уровнем адаптации и индивидуальные занятия с обучающимися с низким уровнем адаптации и повышенной тревожностью (см. приложение). Провести повторную диагностику.

Педагог-психолог  Готман Р. В.

Шаги по улучшению адаптации и повышению мотивации первоклассников

1. Шаги по улучшению адаптации

- **Выявление групп:** составить списки: обучающиеся со средним уровнем адаптации (56 человек) – групповая работа; с низким уровнем (14 человек) и повышенной тревожностью – индивидуальная работа.
- **Работа с родителями:** провести индивидуальные беседы с родителями детей с низкой адаптацией, дать рекомендации по режиму дня, сну, питанию и поддержке ребенка дома; провести родительское собрание «Как помочь первокласснику».
- **Работа с учителями:** согласовать единые требования, использовать физкультминутки, смену видов деятельности, игровые формы работы, дозировать домашние задания, поощрять успехи, не сравнивать детей между собой.
- **Занятия психолога:** групповые занятия 1 раз в неделю со средней адаптацией, индивидуальные занятия 1 раз в неделю с низкой адаптацией (планы ниже).
- **Классный коллектив:** «круг радости» в начале дня, совместные дела и игры на переменах, доброжелательный сосед по парте для детей с низкой адаптацией, ситуации успеха для каждого ребенка.
- **Мониторинг:** проведение повторной диагностики, сравнение результатов, корректировка планов.

2. Шаги по повышению учебной мотивации

- **Интерес к уроку:** игровые приемы, элементы соревнования, задания-загадки, практические и проектные задачи, связанные с жизнью ребенка.
- **Ситуация успеха:** «Дерево успехов», «Копилка достижений», словесная и качественная оценка старания, а не только результата.
- **Работа с видами мотивации:** для детей с внешней мотивацией (учатся ради награды или одобрения) развивать интерес к содержанию учебы; для детей с игровой мотивацией постепенно переходить от игры к учебной задаче.
- **Самостоятельность:** выбор заданий, поручения в классе, работа в парах и группах, участие в конкурсах и внеурочной деятельности.
- **Роль семьи:** хвалить за старание, не наказывать за ошибки, читать вместе, не сравнивать с другими детьми.

Групповой план занятий педагога-психолога с обучающимися со средним уровнем адаптации

Группы по 8–10 человек из числа обучающихся 1а–1г классов со средним уровнем адаптации (56 человек). Периодичность – 1 раз в неделю, продолжительность – 30–35 минут, цикл – 8 занятий.

Срок	Тема занятия	Форма работы	Цель
Занятие 1	«Мы – первоклассники»: знакомство, правила, образ школы	Игры на знакомство, ритуал приветствия	Снижение напряжения, положительный образ школы
Занятие 2	«Мои эмоции»: узнаем и называем чувства	Пиктограммы, рисунок «Мое настроение»	Развитие эмоциональной сферы
Занятие 3	«Мы – одна команда»: общение и сотрудничество	Игры на сплочение, работа в парах	Улучшение отношений с одноклассниками
Занятие 4	«Внимание и память»	Развивающие игры и упражнения	Развитие произвольности, внимания, учебных навыков
Занятие 5	«Что я умею и люблю»	Арт-терапия, «Дерево успехов»	Повышение самооценки и уверенности
Занятие 6	«Страна Знаний»: интерес к учебе	Занятие-путешествие, сказкотерапия	Развитие учебной мотивации
Занятие 7	«Спокойствие и расслабление»	Дыхательные и релаксационные упражнения	Снятие тревожности и напряжения
Занятие 8	Итоговое «Я – успешный первоклассник!»	Круг успехов, рефлексия, повторная диагностика	Закрепление результатов, оценка динамики

Индивидуальный план занятий педагога-психолога с обучающимися с низким уровнем адаптации

Работа с 14 обучающимися (1а – 3, 1б – 3, 1в – 5, 1г – 3). Периодичность – 1 раз в неделю, продолжительность – 15–20 минут, цикл – 10 занятий. Перед началом – беседа с родителями и учителем, наблюдение на уроках и переменах, составление индивидуальной карты ребенка.

Срок	Тема занятия	Форма работы	Цель
Занятие 1	Знакомство, установление контакта	Беседа, игра «Волшебный мешочек», рисунок «Я в школе»	Доверие к психологу, выявление трудностей
Занятие 2	«Что мне нравится и что трудно в школе»	Беседа, незаконченные предложения, рисунок	Выявление причин тревоги и трудностей
Занятие 3	«Мои чувства»	Пиктограммы эмоций, игра «Грустный и веселый»	Умение называть и различать эмоции
Занятие 4	«Страшилки и как их победить»	Рисование страхов, превращение в смешное	Снижение школьных страхов и тревожности
Занятие 5	«Волшебное дыхание»	Дыхательная гимнастика, мышечное расслабление, песочная терапия	Обучение приемам саморегуляции
Занятие 6	«Я могу!»: ситуация успеха	«Мои достижения», «Дерево успехов»	Повышение самооценки и уверенности
Занятие 7	«Как дружить и общаться»	Ролевые игры, сказкотерапия	Навыки общения с одноклассниками
Занятие 8	«Внимание и усидчивость»	Графические диктанты, игры на внимание и память	Развитие произвольности и учебных навыков
Занятие 9	«Я люблю учиться»	Игровые учебные задания, сказки о школе	Формирование учебной мотивации
Занятие 10	Итоговое «Мои успехи»	Беседа, рисунок «Я сейчас», повторная диагностика	Оценка динамики, рекомендации родителям и учителю

Результаты индивидуальной работы фиксируются в карте сопровождения. Консультации для родителей и учителей проводятся по запросу и по графику. При отсутствии положительной динамики после повторной диагностики, ребенка рекомендуется направить на консультацию в ПМПК или к узким специалистам.