

**Міністерство освіти і науки України
Тернопільський національний педагогічний університет
імені Володимира Гнатюка**

**Факультет педагогіки і психології
Кафедра педагогіки і методики початкової та дошкільної освіти**

Кваліфікаційна робота

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ
ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ**

**Спеціальність 013 Початкова освіта, 053 Психологія
Освітня програма «Початкова освіта. Дитяча психологія»**

Здобувачки вищої освіти
освітнього ступеня «магістр»
групи змПОДП-23
факультету педагогіки і психології
Пупези Таїсії Іванівни.

НАУКОВИЙ КЕРІВНИК:
доктор педагогічних наук, доцент
кафедри педагогіки і методики
початкової та дошкільної освіти
Бойко Марія Миколаївна.

РЕЦЕНЗЕНТ:
.....

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ	8
1.1. Поняття, сутність та структура адаптації першокласників до навчання в школі.....	8
1.2. Вікові та індивідуально-психологічні особливості першокласників у період адаптації до навчання у школі	18
1.3. Основні психолого-педагогічні чинники адаптації першокласників до навчання у школі	24
Висновок до розділу 1.....	34
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ.....	36
2.1. Інструментарій емпіричного дослідження адаптації першокласників до навчання у школі.....	36
2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження адаптації першокласників до навчання у школі.....	40
Висновок до розділу 2.....	51
РОЗДІЛ 3. ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ.....	52
3.1. Програма психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання у школі	52
3.2. Рекомендації батькам і педагогам щодо оптимізації адаптації першокласників до навчання у школі	63
Висновок до розділу 3.....	74
ВИСНОВКИ.....	75
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	79
ДОДАТКИ.....	87

ВСТУП

Актуальність дослідження. Сучасний етап розвитку нашого суспільства характеризується соціальними трансформаціями, що зумовлюють підвищення вимог до якості початкової освіти, психологічного благополуччя дітей та ефективності освітнього процесу в закладах загальної середньої освіти. У цьому контексті особливої значущості набуває проблема адаптації першокласників до навчання у школі, оскільки вступ дитини до першого класу є одним із найбільш відповідальних і водночас складних етапів її життєвого розвитку. В цей період змінюється соціальна ситуація розвитку дитини, трансформується характер її провідної діяльності, розширюється коло соціальних контактів, зростають вимоги до довільної поведінки, саморегуляції, пізнавальної активності, емоційної стійкості й уміння взаємодіяти з дорослими та однолітками.

Зазначимо, що початок навчання у школі супроводжується для дитини переходом від переважно ігрової діяльності до систематичної навчальної праці, що потребує прийняття нової соціальної ролі учня, дотримання шкільних правил, виконання навчальних завдань, підпорядкування власної поведінки вимогам учителя та включення в нову систему міжособистісних взаємин. Для багатьох першокласників цей перехід є джерелом емоційного напруження, тривожності, втомлюваності, зниження впевненості в собі, труднощів у спілкуванні, а також нестійкості навчальної мотивації та проблем у засвоєнні нового режиму діяльності. Тому успішність адаптації до навчання у школі значною мірою визначає подальший освітній маршрут дитини, її ставлення до навчання, рівень шкільної мотивації, самооцінку, характер взаємодії з учителем і ровесниками.

Важливо враховувати, що в умовах реформування початкової освіти, реалізації ідей Нової української школи та впровадження компетентнісного підходу проблема психолого-педагогічного супроводу першокласників у період адаптації набуває особливої актуальності. Сучасна школа орієнтована не лише на засвоєння дитиною знань, умінь і навичок, а й на розвиток її особистості, формування самостійності, відповідальності, комунікативності, здатності до співпраці, емоційної саморегуляції та позитивного ставлення до навчальної

діяльності. Вказане потребує створення таких психолого-педагогічних умов, які забезпечують поступове, безпечне й гармонійне входження першокласника в нове освітнє середовище, сприяють зниженню адаптаційного напруження та формуванню позитивного досвіду шкільного життя.

Аналіз психолого-педагогічної літератури ((Г. Беленька, С. Васильєва, Н. Гавриш, О. Главник, Л. Долинська, Г. Дуткевич, О. Кононко, С. Максименко, К. Максименко, З. Огороднійчук, О. Скрипченко та ін.)) засвідчує, що адаптація першокласників до навчання у школі є складним, багатокomпонентним і динамічним процесом, який охоплює фізіологічний, психологічний, соціальний, емоційно-вольовий, мотиваційний та навчально-пізнавальний аспекти. Вона не зводиться до пристосування дитини до режиму шкільного життя чи виконання навчальних вимог. Йдеться про цілісне входження першокласника в нову систему життєдіяльності, у якій він має навчитися приймати позицію школяра, взаємодіяти з учителем, будувати стосунки з однокласниками, дотримуватися правил, регулювати власну поведінку, долати труднощі, а також поступово оволодівати навчальною діяльністю як новим провідним типом активності.

Особливого значення у процесі адаптації першокласників набувають індивідуально-психологічні особливості дитини: рівень розвитку пізнавальних процесів, сформованість довільної уваги, пам'яті й мислення, емоційна стійкість, особливості самооцінки, характер мотивації до навчання, рівень комунікативних умінь, здатність до співпраці та прийняття допомоги дорослого. Важливу роль відіграють також педагогічні чинники: стиль спілкування вчителя з учнями, особливості організації навчальної діяльності, емоційний клімат у класі, доступність навчальних завдань, урахування вікових можливостей дітей, взаємодія школи з батьками та наявність системного психологічного супроводу. За відсутності належної уваги до цих чинників адаптаційний період може ускладнюватися проявами шкільної тривожності, дезадаптації, небажанням відвідувати школу, зниженням навчальної активності, поведінковими труднощами та негативним ставленням до навчання.

Незважаючи на значну кількість досліджень, присвячених проблемам готовності дитини до школи, молодшого шкільного віку та організації

початкового навчання (Л. Авдієвський, О. Білан, С. Буцкіна, Ю. Гільбух, В. Ільман, І. Корякіна, О. Лопатнюк, Т. Піроженко, В. Прокопенко, О. Сироватко, Л. Федорович, Н. Черепаня та ін.), проблема визначення психолого-педагогічних особливостей адаптації першокласників до навчання у школі залишається актуальною як у теоретичному, так і в прикладному аспектах. Поглибленого аналізу потребують чинники, що сприяють адаптації дітей до першого класу, особливості емоційного реагування першокласників на шкільні вимоги, роль сім'ї та вчителя у створенні сприятливого адаптаційного середовища, а також можливості психологічної профілактики шкільної дезадаптації. Особливо важливим є вивчення того, як у сучасних умовах освітніх змін забезпечити оптимальне поєднання навчальних вимог, вікових можливостей дитини та її потреби у психологічній безпеці, підтримці й позитивному прийнятті.

Отож актуальність дослідження проблеми адаптації першокласників до навчання у школі зумовлена суспільною значущістю забезпечення успішного старту дитини в системі шкільної освіти, потребами сучасної педагогічної практики, необхідністю збереження психологічного здоров'я молодших школярів і потребою вдосконалення психолого-педагогічного супроводу дітей у період переходу від дошкільного дитинства до шкільного навчання. Значущість окреслених питань та їх недостатня прикладна опрацьованість стали підставою для вибору теми кваліфікаційної роботи – **«Психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до навчання у школі»**.

Об'єкт дослідження – адаптація першокласників до навчання у школі як психолого-педагогічна проблема.

Предмет дослідження – психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до навчання у школі.

Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психолого-педагогічні особливості адаптації першокласників до навчання у школі.

Завдання дослідження:

1. Визначити сутність, зміст і структуру адаптації першокласників до навчання у школі.

2. Охарактеризувати вікові та психологічні риси першокласників, що впливають на перебіг їх адаптації до шкільного навчання.

3. Виявити основні психолого-педагогічні чинники успішної адаптації дітей першого класу до навчання у школі.

4. Емпірично дослідити особливості адаптації першокласників до навчання у школі.

5. Обґрунтувати та розробити психолого-педагогічні рекомендації для вчителів і батьків щодо оптимізації процесу адаптації першокласників до навчання у школі.

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз, синтез, індукція, дедукція, порівняння, класифікація, систематизація й узагальнення даних наукової літератури, що дали змогу визначити сутність адаптації першокласників до навчання у школі, охарактеризувати її структуру та основні психолого-педагогічні чинники; *емпіричні:* методи психологічної діагностики (використано такі психодіагностичні методики: Орієнтовний тест Керна-Йіресека для дослідження інтелектуальної готовності, тест М. Гінзбурга для вивчення особливостей мотивації першокласників, тест «Графічний диктант» для встановлення рівня вольового розвитку дитини, методику «Гарна, погана дитина і я» для вивчення емоційної сфери учнів, що уможливило дослідження психологічної готовності майбутніх першокласників до навчання в школі як цілісного психологічного явища; *статистичні:* методи математичної статистики, графічного представлення результатів дослідження, а також методи кількісної та якісної обробки здобутих емпіричних даних.

Емпірична база дослідження. Емпіричне дослідження психолого-педагогічних особливостей адаптації першокласників до навчання у школі здійснювалося на базі закладу загальної середньої освіти «.....». У ньому взяли участь 60 учнів 1 класу віком 6–7 років.

Теоретичне значення дослідження полягає у цілісному науковому обґрунтуванні психолого-педагогічних особливостей адаптації першокласників до навчання у школі. Зокрема, уточнено зміст понять «адаптація», «шкільна адаптація», «адаптація першокласників до навчання у школі», визначено основні

компоненти адаптації дитини до шкільного навчання, охарактеризовано вікові й індивідуально-психологічні особливості першокласників, виявлено психолого-педагогічні чинники, що впливають на успішність входження дитини в освітнє середовище, а також поглиблено уявлення про роль сім'ї, учителя та психологічного супроводу в адаптаційному процесі.

Практичне значення дослідження полягає у з'ясуванні актуального стану адаптації першокласників до навчання у школі, а також у розробленні психолого-педагогічних рекомендацій для педагогів і батьків, спрямованих на полегшення їх адаптаційного періоду, зниження шкільної тривожності, формування позитивної навчальної мотивації, розвиток комунікативних умінь і створення сприятливого емоційного клімату в класі. Основні теоретичні й практичні результати дослідження можуть бути використані практичними психологами, учителями початкових класів, соціальними педагогами, батьками, а також студентами – майбутніми психологами й педагогами під час підготовки до занять із психолого-педагогічних дисциплін.

Структура та обсяг роботи. Кваліфікаційна робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків. Загальний обсяг роботи становить 105 сторінок, з яких 78 сторінок основного тексту. Список використаних джерел містить 96 найменувань, кількість додатків – 2.

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ АСПЕКТИ ДОСЛІДЖЕННЯ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ

1.1. Поняття, сутність та структура адаптації першокласників до навчання в школі

Перехід дитини до статусу учня супроводжується докорінною зміною соціальної ситуації розвитку, провідного виду діяльності, системи вимог і взаємодій, що висуває підвищені вимоги до рівня її психічного, особистісного та соціального розвитку. Саме тому від сформованості психологічної готовності майбутніх учнів значною мірою залежить успішність входження у шкільне життя, ефективність засвоєння навчальної діяльності, становлення навчальної мотивації та здатність дитини виступати активним суб'єктом пізнання. У зв'язку з цим актуалізується необхідність осмислення сутності зазначеного феномена та виокремлення його структурних компонентів, що дає змогу науково обґрунтувати підходи до підготовки майбутніх учнів відповідно до вимог сучасного освітнього середовища.

Психологічна готовність майбутніх учнів до навчання в школі у наукових дослідженнях розглядається як складне, інтегративне утворення, що відображає рівень загальної психічної та особистісної зрілості дитини напередодні вступу до школи. Зокрема, Л. Федорович визначає психологічну готовність дитини до шкільного навчання як комплексний стан, який виявляється у здатності прийняти нову соціальну роль учня, усвідомити специфіку шкільних вимог і норм, а також вибудувувати взаємодію з учителем та однолітками в умовах навчального середовища. Науковиця підкреслює, що така готовність охоплює не лише сформованість пізнавальних процесів, а й емоційну врівноваженість, розвиток довільної поведінки, позитивне ставлення до навчання та стійкий пізнавальний інтерес. Вона не зводиться до суми набутих знань чи навичок, а відображає внутрішню налаштованість дитини на зміну способу життя, прийняття правил шкільного колективу та нових форм соціальної відповідальності. Психологічна готовність, за Л. Федорович, проявляється у

прагненні дитини вчитися, упевненості у власних можливостях, здатності долати труднощі та виступає інтегральним показником особистісної зрілості, що забезпечує успішну адаптацію до нової освітньої ситуації [94].

У науковому доробку С. Нагорної психологічна готовність майбутнього першокласника визначається як інтегральна характеристика психічного розвитку дитини, що відображає рівень її особистісної зрілості перед початком систематичного навчання. Авторка розглядає феномен як багатокomпонентне утворення, у структурі якого поєднуються когнітивний, емоційно-вольовий та соціальний складники. Досягнення такої готовності означає становлення такого рівня розвитку, за якого дитина сприймає навчальне завдання не як різновид гри, а як усвідомлену, внутрішньо прийнятну та соціально значущу мету діяльності. Показником готовності дослідниця вважає сформованість в дитини механізмів саморегуляції: уміння довільно керувати увагою, зосереджуватися на виконанні завдань, адекватно сприймати, розуміти й точно виконувати інструкції дорослого. Не менш важливим є розвиток емоційної чутливості, здатності до емпатії та встановлення конструктивної взаємодії з учителем і однолітками [56].

О. Губенко інтерпретує психологічну готовність до шкільного навчання як результат відповідності індивідуальних психічних можливостей дитини вимогам освітнього середовища. На її думку, готовність передбачає належний рівень розвитку пізнавальних процесів – мислення, пам'яті, уваги, мовлення та уяви, – що забезпечує здатність сприймати, осмислювати й засвоювати навчальний матеріал у впорядкованій та систематизованій формі. Йдеться про сформованість функціональної єдності цих процесів, яка дозволяє дитині продуктивно діяти в умовах регламентованого навчання. Водночас, за вченою, важливим аспектом психологічної готовності є розвиток довільної поведінки: уміння дотримуватися правил, підпорядковувати власні дії вимогам ситуації, виявляти самостійність, ініціативність і витримку у процесі виконання навчальних завдань [27].

Л. Брикунець визначає психологічну готовність майбутніх учнів до навчання в школі як складне інтегративне утворення, у структурі якого поєднуються мотиваційний, інтелектуальний і вольовий компоненти, що в сукупності забезпечують здатність дитини включатися в навчальну діяльність і

продуктивно її здійснювати. У центрі цього феномена дослідниця виокремлює сформованість внутрішньої позиції школяра, яка проявляється у позитивному ставленні до школи, прийнятті нової соціальної ролі, усвідомленні власної відповідальності та очікувань, пов'язаних із навчанням. Майбутній першокласник, готовий до школи, виявляє здатність регулювати емоційні стани, довільно зосереджувати увагу, планувати власні дії й оцінювати їх результати. Такий рівень психологічного розвитку створює умови для успішної адаптації до нових соціальних вимог і темпу шкільного життя. Водночас психологічна готовність розглядається як динамічна характеристика, що відображає ступінь особистісної зрілості дитини в період переходу до якісно нового етапу її життєдіяльності [12].

У концептуальних положеннях Є. Станішевської психологічна готовність майбутніх учнів до навчання інтерпретується як сформованість внутрішніх передумов і джерел навчальної діяльності. Дослідниця підкреслює, що аналіз цього феномена має ґрунтуватися не на вивченні окремих психічних новоутворень, ізольованих одне від одного, а на цілісному розумінні дошкільного дитинства як самобутнього етапу онтогенетичного розвитку. З огляду на це, готовність до школи не може зводитися до механічної сукупності засвоєних знань і сформованих умінь. Вона охоплює внутрішню позицію дитини щодо навчання, характер її ставлення до соціальних вимог шкільного середовища, а також здатність емоційно прийняти новий статус учня[87].

Поглибленню проблеми психологічної готовності сприяють наукові погляди В. Прокопенка, який пов'язує підготовку дитини до шкільного навчання з рівнем її дошкільної зрілості. Остання трактується ним як цілісний психічний стан, що характеризується достатнім розвитком базових психічних функцій, пізнавальних і сенсорних процесів, емоційно-вольової сфери та соціальної поведінки. Дошкільна зрілість, у такому розумінні, відображає узгодженість різних компонентів психічного розвитку та їх готовність до функціонування в нових соціально-освітніх умовах. Для дітей, які перебувають на етапі входження до школи й демонструють високий рівень зрілості, характерними є змагальні форми взаємодії з ровесниками, довільність у спілкуванні з дорослими, а також

відкритість у переживанні та усвідомленні власних емоційних станів. У цей період відбувається інтенсивне формування передумов навчальної діяльності: соціальні емоції, моральна свідомість, уява, наочно-образне мислення, пам'ять і мовлення досягають такого рівня розвитку, який забезпечує здатність дитини прийняти нову соціальну роль – роль школяра [74].

Вагомий внесок у дослідження психологічної готовності до навчання в школі зробив Г. Назаренко, який аналізує цей феномен крізь призму інтелектуальних новоутворень. Учений підкреслює, що саме в дошкільному періоді закладаються внутрішні розумові дії, які поступово стають основою самостійної пізнавальної діяльності майбутнього першокласника. На початкових етапах вони реалізуються переважно у сфері сприйняття та пам'яті, а згодом набувають соціально-мотиваційного змісту. У процесі психічного розвитку дитина переходить від домінування образних форм мислення до символічних, тобто від створення й перетворення образів – до оперування знаковими системами, зокрема мовленнєвими та математичними символами. Така трансформація свідчить про формування передумов абстрактного мислення, яке є принципово важливим для успішного навчання у шкільному середовищі [57].

І. Істинюк, розглядаючи структуру психологічної готовності майбутніх учнів, акцентує увагу на інтегральних новоутвореннях дошкільного віку, які визначають здатність дитини перейти до нової соціальної позиції школяра. До основних складників цієї готовності дослідниця відносить когнітивну підготовленість, що охоплює розвиток мислення, уяви, пам'яті та спостережливості; комунікативну готовність, яка виявляється у здатності до ефективної взаємодії з ровесниками й дорослими; емоційну готовність, пов'язану з умінням регулювати власні почуття та керувати поведінкою; а також технологічну готовність, під якою розуміється володіння навичками самообслуговування та роботи з навчальними матеріалами й засобами. Такий підхід підкреслює, що психологічна готовність до навчання в школі має цілісний характер і передбачає гармонійний розвиток усіх психічних сфер дитини, а не лише інтелектуальної [39].

Водночас С. Коробко акцентує увагу на тому, що на етапі дошкільного розвитку у дитини ще не сформовані так звані «шкільні» якості у завершеному вигляді, оскільки їх становлення відбувається безпосередньо в процесі спеціально організованої навчальної діяльності в умовах школи. У зв'язку з цим учений наголошує, що психологічна готовність майбутнього першокласника полягає не у наявності вже сформованих навчальних умінь і рис, а у сформованості психологічних передумов для їх подальшого розвитку та становлення. Особливої ваги в цьому контексті набуває розмежування понять «психологічна готовність» і «шкільна зрілість»: перше відображає внутрішню налаштованість дитини на опанування нових форм діяльності та прийняття навчальних вимог, тоді як друге стосується рівня вікової, фізіологічної та інтелектуальної зрілості, необхідної для початку навчання [19].

У наукових розвідках Л. Авдієвського психологічна готовність до навчання в школі трактується як цілісна, структурно організована система взаємопов'язаних особистісних якостей дитини. У її структурі провідну роль, за автором, відіграють мотиваційні чинники, сформованість вольової регуляції діяльності, розвиток аналітико-синтетичного мислення та пізнавальної активності. Учений наголошує, що саме інтеграція зазначених характеристик забезпечує реальну здатність майбутнього першокласника перейти від домінування ігрових форм поведінки до навчальної діяльності, у межах якої визначального значення набуває внутрішня інтелектуальна операція [1].

Т. Бондаренко, своєю чергою, уточнює зміст і показники психологічної готовності майбутніх учнів крізь призму особливостей ставлення дитини до дорослого, ровесників і самої себе. Такий підхід дозволяє розкрити значення соціального контексту розвитку та з'ясувати, яким чином характер міжособистісних взаємин, рівень сформованості самооцінки, довіра до оточення й переживання власної цінності впливають на емоційне благополуччя та загальний рівень готовності до навчання. Зокрема, позитивне ставлення до дорослого, насамперед до вчителя, створює підґрунтя для прийняття його авторитету, засвоєння шкільних норм і правил та включення в регламентовану навчальну діяльність. Водночас конструктивна взаємодія з ровесниками сприяє

формуванню навичок співпраці, розвитку комунікативної компетентності та становленню колективних форм навчальної діяльності, що є важливою умовою успішної адаптації до шкільного середовища [10].

О. Білан, аналізуючи зміст поняття «психологічна готовність дітей до шкільного навчання», акцентує увагу на його тісному зв'язку з категорією «шкільна зрілість», підкреслюючи їх змістову близькість, але водночас нетотожність. Дослідниця зазначає, що явище «шкільної незрілості» може бути зумовлене недостатнім рівнем функціональної готовності дитини, зокрема неповним дозріванням мозкових структур і нервово-психічних функцій, що істотно обмежує її можливості у виконанні навчальних завдань. До основних проявів такої неготовності вона відносить недостатній розвиток дрібної моторики, порушення координації рухів, слабку сформованість довільної поведінки, труднощі у сприйманні та точному виконанні інструкцій дорослого, низький рівень мовленнєвої активності, недостатньо виражену пізнавальну потребу, а також відсутність внутрішньої позиції школяра як усвідомленого ставлення до навчання та нової соціальної ролі [5].

Узагальнюючи представлені наукові підходи, психологічну готовність майбутніх учнів до навчання в школі доцільно інтерпретувати як інтегральний показник психічного, емоційного, соціального та мотиваційного розвитку дитини, що забезпечує її спроможність свідомо прийняти навчальну діяльність як провідну. Така готовність передбачає сформованість внутрішньої позиції школяра, достатній рівень розвитку пізнавальних процесів, довільної регуляції поведінки, емоційної врівноваженості та комунікативної зрілості. Вона постає результатом взаємодії природних задатків, цілеспрямованих виховних впливів і набутого індивідуального досвіду, відображаючи внутрішню налаштованість дитини на перехід до нового життєвого етапу, пов'язаного з набуттям статусу учня та входженням у систему шкільних вимог.

Розгорнуту структурну модель психологічної готовності майбутніх учнів до навчання пропонує Л. Кондратенко, яка розглядає її як багатокomпонентне утворення, що відображає рівень загальної психічної й особистісної зрілості дитини напередодні вступу до школи. У межах моделі дослідниця виокремлює

інтелектуальну готовність, яка охоплює розвиток мислення, уяви, спостережливості, а також сформованість умінь порівнювати, узагальнювати, аналізувати та робити обґрунтовані висновки, що створює підґрунтя для осмисленого засвоєння навчального матеріалу. Особливе значення надається творчій уяві як механізму внутрішньої регуляції діяльності, що забезпечує здатність прогнозувати результати власних дій, планувати навчальну активність і передбачати її можливі наслідки. Вольова готовність у моделі Л. Кондратенко пов'язується зі сформованістю довільної поведінки, умінням зосереджувати увагу, утримувати навчальне завдання в полі свідомості та послідовно діяти відповідно до поставленої мети, долаючи труднощі. Мотиваційна готовність виявляється у внутрішньому прагненні до навчання, зацікавленості в пізнанні нового, бажанні брати участь у спільній діяльності та досягати успіху в ній, а особистісна – визначається усвідомленням дитиною нової соціальної ролі школяра та прийняттям пов'язаних із нею обов'язків. Соціально-психологічна готовність, своєю чергою, передбачає сформованість адекватного ставлення до вчителя й ровесників, здатність вибудовувати конструктивні взаємини в умовах шкільного середовища та ефективно взаємодіяти в колективі [19].

Відчутний внесок в обґрунтування структури психологічної готовності майбутніх учнів здійснила група науковців Науково-дослідного інституту психології АПН України під керівництвом Ю. Гільбуха. У їхніх працях психологічна готовність інтерпретується як цілісна система інтелектуальних здібностей і регуляторних механізмів, що забезпечують продуктивне функціонування дитини в умовах навчання. Дослідники наголошують, що така готовність виявляється в інтелектуальній ініціативі, здатності виявляти активність у розв'язанні пізнавальних завдань, наполегливості у досягненні поставленої мети та прагненні доводити розпочату справу до завершення. Суттєвими показниками готовності, за Ю. Гільбухом, є достатній розвиток короткочасної пам'яті, здатність здійснювати логічні операції, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки та формулювати прості узагальнення і висновки. Водночас важливого значення надається сформованості початкових навичок саморегуляції діяльності, які забезпечують організованість поведінки та

можливість підпорядковувати власні дії навчальній меті. Окремо підкреслюється роль мовленнєвого розвитку як складника готовності до школи [19].

Н. Дудник обґрунтовує структурну модель психологічної готовності майбутніх учнів, у межах якої виокремлює фізіологічний, психологічний і соціально-особистісний компоненти як взаємопов'язані складники єдиного цілого. Фізіологічний компонент відображає рівень соматичного розвитку дитини, стан її здоров'я, працездатність та витривалість, що створюють необхідне підґрунтя для адекватного сприйняття й витримування навчального навантаження в умовах шкільного режиму. Психологічний компонент охоплює сформованість мотиваційно-вольової сфери, належний розвиток пізнавальних процесів, а також наявність елементарних навчальних умінь і навичок, необхідних для засвоєння змісту освітньої програми. Соціально-особистісний компонент передбачає здатність дитини до соціальної адаптації, конструктивної взаємодії з ровесниками, прийняття авторитету вчителя та дотримання встановлених норм і правил шкільного життя [32].

І. Любарська акцентує увагу на значенні спеціальної готовності у структурі готовності до школи. Під цим поняттям вона розуміє наявність у майбутнього першокласника певного обсягу попередніх знань, умінь і навичок, які створюють передумови для успішного опанування навчальних предметів. Зокрема, йдеться про сформованість елементарних математичних уявлень, уміння здійснювати звуковий аналіз слова, розвиток просторових орієнтацій та інших базових навчальних передумов. Водночас дослідниця підкреслює, що визначальним чинником успішності є не ізольоване володіння окремими когнітивними навичками, а загальний рівень розвитку довільної регуляції діяльності, здатність ставити мету, планувати власні дії та послідовно їх реалізовувати [51].

В. Ільман, аналізуючи проблему психологічної неготовності майбутніх учнів, звертає увагу на типові форми її прояву, що істотно ускладнюють процес адаптації до нового освітнього середовища. По-перше, йдеться про труднощі у сприйнятті самої навчальної ситуації, які виявляються в нерозумінні змісту шкільних вимог, специфіки організації навчального процесу та ролі вчителя як провідного дорослого, що координує й спрямовує діяльність учнів. По-друге,

неготовність може проявлятися у неспроможності до ефективної взаємодії з ровесниками, що ускладнює участь у колективних формах роботи та спільній навчальній діяльності. По-третє, характерним показником є неадекватне ставлення дитини до власних успіхів і невдач, відсутність уміння аналізувати причини помилок і здійснювати корекцію поведінки на основі отриманого досвіду. Сукупність зазначених проявів свідчить про недостатню сформованість навчальної мотивації, навичок самоконтролю та соціально-емоційної зрілості, що ускладнює повноцінне входження майбутнього першокласника в шкільне життя та успішне функціонування в ньому [37].

Узагальнюючи наукові підходи до осмислення проблеми, психологічну готовність майбутніх учнів до навчання в школі доцільно інтерпретувати як складне, багатовимірне утворення, що інтегрує когнітивні, емоційні, вольові та мотиваційні складники в єдину функціональну систему. Така інтеграція забезпечує внутрішню здатність дитини прийняти нові вимоги освітнього середовища та включитися в навчальну діяльність як провідну. Зокрема, інтелектуальний компонент психологічної готовності становить фундаментальну основу успішної адаптації до шкільного життя, оскільки визначає потенційні можливості оволодіння новими знаннями, способами розумової діяльності та навичками самостійного пізнання, що створює передумови для результативного навчання.

Емоційний компонент психологічної готовності відображає здатність майбутніх учнів адаптуватися до нових соціальних і навчальних умов, регулювати власні емоційні стани та вибудовувати конструктивну взаємодію з оточенням. Важливим аспектом емоційної готовності є спроможність виконувати навчальні завдання, які не завжди викликають безпосередній інтерес або супроводжуються позитивними переживаннями. Це потребує сформованості емоційної стійкості, що проявляється в умінні стримувати імпульсивні реакції, контролювати негативні емоції та підтримувати цілеспрямовану поведінку відповідно до вимог навчальної ситуації. Розвиток емоційної саморегуляції тісно пов'язаний із формуванням довільної поведінки й організованості, що засвідчує взаємозв'язок емоційного та вольового компонентів у структурі готовності.

Мотиваційний компонент психологічної готовності учнів до навчання виступає ключовим регулятором їхньої активності, спрямованої на оволодіння знаннями, вміннями й навичками, а також відображає внутрішнє ставлення дитини до навчальної діяльності та нової соціальної ролі учня. Він розглядається як система позитивних мотивів, які зумовлюють готовність до включення в освітній процес, прийняття вимог шкільного середовища та дотримання встановлених норм і правил поведінки. Визначальною передумовою формування мотиваційної готовності є усвідомлення значущості навчання, наявність стійкого пізнавального інтересу та позитивного емоційного ставлення до навчальної діяльності, що забезпечує засвоєння навчального матеріалу.

Вольовий компонент готовності забезпечує регуляцію поведінки відповідно до вимог навчальної діяльності. Він характеризує здатність дитини до свідомого управління власними діями, емоційними станами й поведінковими проявами. До його змістових характеристик належать сформованість довільної поведінки, вміння планувати послідовність дій, організованість, самоконтроль, наполегливість у досягненні поставленої мети, а також здатність підпорядковувати власні бажання та імпульси навчальним завданням. Вольова готовність виконує функцію внутрішнього регулятора активності майбутнього учня, створюючи підґрунтя для успішного навчання, розвитку самодисципліни та поступового становлення самостійності [32].

Отже, психологічна готовність майбутніх учнів до навчання – інтегрована характеристика розвитку дитини, що відображає рівень сформованості її когнітивної, емоційної, мотиваційної, вольової та соціальної сфер і забезпечує здатність прийняти нову соціальну роль учня, ефективно включитися в навчальну діяльність та адаптуватися до вимог шкільного середовища. Вона передбачає достатній розвиток мислення, мовлення, пам'яті, а також уваги; сформованість довільної регуляції поведінки й самоконтролю; позитивне ставлення до навчання і внутрішню мотивацію до пізнання; емоційну стійкість і здатність керувати власними переживаннями; вміння взаємодіяти з учителем та однолітками, дотримуватися правил і працювати в колективі. Сукупність цих компонентів забезпечує успішне засвоєння навчального матеріалу, продуктивну

участь у навчально-пізнавальній діяльності та сприяє благополучній адаптації дитини до умов шкільного життя.

1.2. Вікові та індивідуально-психологічні особливості першокласників у період адаптації до навчання у школі

Визначення психологічних передумов психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі є необхідною умовою забезпечення їх успішного входження у нове освітнє середовище. Перехід від дошкільного до шкільного життя супроводжується суттєвими змінами у провідній діяльності, системі соціальних ролей, вимогах до саморегуляції поведінки та рівня пізнавальної активності дитини. Саме тому важливо враховувати як вікові закономірності розвитку пізнавальних процесів, емоційно-вольової сфери та соціальної компетентності, так і індивідуальні особливості темпу розвитку, мотивації, стилю взаємодії та рівня самостійності.

Період, що передує вступу до школи, є фундаментальним етапом становлення особистості та формування передумов систематичної навчальної діяльності майбутніх учнів. У цей час дитина розвивається в умовах відносно безпечного соціального середовища сім'ї та групи однолітків, де забезпечуються підтримка, турбота й сприятливі умови для набуття нових умінь і навичок. Перехід до шкільного навчання супроводжується істотною зміною соціального статусу: дитина опановує роль учня, що передбачає засвоєння нових правил і обов'язків, зміну характеру взаємодії з педагогами та ровесниками, а також оволодіння специфічними видами діяльності, пов'язаними із навчанням [1].

Напередодні навчання у школі в майбутніх учнів посилюється природна потреба у більш цілеспрямованій та відповідальній діяльності, яка відповідає їхнім психофізичним можливостям. Формується мотиваційна готовність до шкільного навчання, що охоплює не лише пізнавальні інтереси, а й соціально-рольові прагнення: бажання навчатися, виконувати роль учня, відповідати очікуванням дорослих і ровесників, опановувати нові соціальні функції. Паралельно відбувається активне засвоєння різних видів діяльності – гри,

малювання, конструювання, ліплення, елементів трудової та побутової активності, – що сприяє розвитку мислення, пам'яті, уваги, уяви та формуванню особистісних якостей, необхідних для успішного навчання [61].

Сприйняття та пам'ять майбутніх учнів зберігають переважно наочно-образний характер. Діти здатні виокремлювати предмети та їхні властивості, однак інколи припускаються неточностей у визначенні істотних ознак, кількісних і просторових співвідношень. Поступово формується довільна пам'ять, розвивається здатність до свідомого запам'ятовування та використання мнемічних прийомів, що створює основу для засвоєння навчального матеріалу. Домінування образної пам'яті зумовлює буквальність відтворення інформації та виступає базою для подальшого формування ефективних стратегій навчання [8].

Мислення майбутніх учнів перебуває на етапі інтеграції наочно-дійового, наочно-образного та початкового логічного рівнів. Діти здатні встановлювати елементарні причинно-наслідкові зв'язки, виокремлювати істотні ознаки явищ, здійснювати просту систематизацію інформації. Розвиток граматичної будови мовлення, логічних операцій, образного уявлення та здатності оперувати поняттями формує психологічні передумови для засвоєння навчальних знань і становлення самостійної пізнавальної діяльності [84].

Пізнавальна активність майбутніх учнів значною мірою пов'язана з особливостями пам'яті. Пам'ять характеризується переходом від переважно мимовільного до довільного запам'ятовування, що відображає загальну перебудову пізнавальної діяльності у період підготовки до школи. На цьому етапі зберігається домінування наочно-образної пам'яті, тому діти легше засвоюють матеріал, який має емоційну насиченість, яскраві образи та практичне значення. Водночас формується здатність до свідомого запам'ятовування, використання елементарних мнемічних прийомів і відтворення інформації відповідно до поставленої мети. Розвиток слухової пам'яті забезпечує сприймання та виконання словесних інструкцій учителя, тоді як зорова пам'ять сприяє орієнтації у навчальному матеріалі, символах і зображеннях. Обсяг і точність запам'ятовування значною мірою залежать від рівня уваги, мотивації та інтересу до діяльності, тому навчальний матеріал, що має особистісний сенс для

дитини, засвоюється ефективніше. У цей період діти поступово оволодівають умінням групувати інформацію, встановлювати смислові зв'язки, відтворювати матеріал у логічній послідовності, що створює основу для успішного навчання.

Емоційна сфера майбутніх учнів часто характеризується підвищеною чутливістю та імпульсивністю: емоції виникають швидко, інтенсивно проявляються й нерідко переважають над іншими психічними процесами. Поведінка дитини може залежати від зовнішніх обставин і поточного емоційного стану. Як зауважує М. Савчин, «життя шестирічної дитини насичене емоціями. Один день містить переживання любові, ніжності, ревнощів, відчуття горя і радості, заздрість, страх, відчай та ін. Першокласник стомлюється від власних емоцій, перестає виконувати правила поведінки, стає некерованим» [84, с. 169].

Емоційна сфера майбутніх учнів характеризується високою чутливістю, безпосередністю переживань та поступовим переходом від імпульсивних емоційних реакцій до їх усвідомлення й регуляції. У цей період емоції виникають швидко й інтенсивно, часто визначаючи поведінку дитини та її ставлення до нових вимог навчального середовища. Водночас поступово формується здатність розпізнавати власні почуття, розуміти емоційні стани інших людей і співвідносити поведінку з соціальними нормами. Важливим досягненням розвитку є становлення емоційної саморегуляції, що проявляється у здатності стримувати імпульсивні реакції, долати страхи та підтримувати позитивний настрій у складних ситуаціях. Емоційне благополуччя значною мірою залежить від підтримувального ставлення дорослих і позитивного досвіду взаємодії з однолітками, що сприяє формуванню впевненості у собі.

Взаємини з батьками, педагогами та ровесниками мають визначальний вплив на емоційне й психологічне становлення майбутнього учня. За умови «доброзичливого та підтримуючого ставлення дитина відчуває захищеність, емоційне задоволення і впевненість у собі, що сприяє формуванню позитивного ставлення до інших» [78, с. 142]. Уявлення про власні можливості формується через досвід підтримки, довіри та позитивної взаємодії з дорослими. Натомість систематична критика або неприйняття можуть спричинити формування внутрішньої установки на невдачу. Ефективне навчання й моральне виховання

можливі лише за умови взаєморозуміння між педагогом і дитиною, коли принципом взаємодії стає прагнення «зробити дитину добровільним помічником педагога у її ж вихованні» [89, с. 151].

У підготовчий період закладаються основи емпатії – здатності враховувати емоційний стан інших людей і співпереживати їм. Спочатку дитина інтерпретує переживання інших крізь призму власного досвіду, і лише в процесі навчання поступово формується здатність «стати на місце іншого». Накопичений емоційний і соціальний досвід стає підґрунтям для розвитку чуйної та альтруїстичної поведінки. Рівень емпатії залежить від характеру попередніх переживань і розвитку уяви; її можна стимулювати через художні образи та ситуації, що викликають емоційне залучення. Водночас важливо враховувати подвійний характер емпатії: здатність співчувати в умовах чужого горя та підтримувати позитивні емоційні стани іншої особи. Прояви неадекватних емоційних реакцій (наприклад, сміх у трагічній ситуації) свідчать не про жорстокість, а про недостатню сформованість здатності до абстрагування й прогнозування наслідків власних дій [96].

Специфікою емоційного розвитку майбутніх учнів є актуалізація складних соціальних почуттів, зокрема ревнощів і заздрості, що виникають у системі взаємодії з дорослими та ровесниками. Дитина може переживати ревнощі до батьків у ситуації їхньої більшої уваги до брата чи сестри, а також до педагога – у випадку демонстративної прихильності до інших дітей. Конструктивна позиція дорослого у таких ситуаціях сприяє подоланню егоцентричних форм прив'язаності та формуванню соціально орієнтованої поведінки. Позитивний досвід успіху в навчально-пізнавальній діяльності активізує інтелектуальну сферу й підтримує інтерес до здобуття нових знань. Діти відчують задоволення від самостійного відкриття інформації через досліди, спостереження та інші види активності, тоді як фрустрація пізнавальної потреби може спричинити негативні емоційні стани та зниження навчальної мотивації [80].

С. Мартиненко підкреслює, що важливою передумовою психологічної готовності є наявність внутрішніх суперечностей між зростаючими когнітивними можливостями дитини та обмеженими способами їх реалізації, що

стимулює розвиток цілеспрямованої активності. До вікових особливостей майбутніх учнів належать сенситивність до засвоєння морально-психологічних норм і правил поведінки, а також готовність до оволодіння структурованими формами навчальної діяльності. У цей період спостерігається підвищена навчальна сприйнятливність, яка проявляється у відкритості до організованої діяльності та здатності до продуктивної взаємодії з педагогом [52].

Важливою складовою психологічної готовності майбутніх учнів до навчання є сформованість довільної регуляції поведінки та розвиток вольових якостей, основи яких закладаються ще до початку систематичного навчання. Навіть за наявності базових академічних умінь (читання, письма, лічби) дитина, якій властиві неухважність, імпульсивність або неорганізованість, демонструє недостатню готовність до навчальної діяльності, що вимагає послідовності, самоконтролю та відповідальності. Тому розвиток вольової сфери має розпочинатися до вступу до школи через формування внутрішньої потреби діяти цілеспрямовано, активно та відповідально відповідно до вимог дорослих.

Провідна для попереднього вікового етапу ігрова діяльність поступово трансформується у навчальну, створюючи психологічні передумови довільної поведінки майбутнього учня. Найбільш ефективними у цьому процесі є сюжетно-рольові ігри та ігри з правилами, які сприяють підпорядкуванню поведінки усвідомленій меті та формуванню здатності діяти відповідно до встановлених норм. Вольова поведінка передбачає домінування мотивів, пов'язаних із досягненням усвідомленої мети, над імпульсами. Емоційні переживання можуть як стимулювати, так і гальмувати розвиток вольових якостей. З метою їх формування доцільно навчати дітей планувати власні дії, відтворювати послідовність дій інших осіб або персонажів, що сприяє розвитку рефлексії, самостійності мислення та формуванню рефлексивного досвіду [60].

За даними О. Губенка, вступ до початкової школи супроводжується істотною перебудовою способу життя дитини: ігрова діяльність поступається діяльності, що потребує відповідальності, систематичності та дотримання встановлених правил. Учень першого класу зобов'язаний регулярно відвідувати школу, виконувати навчальні завдання відповідно до програми, дотримуватися

режиму дня та норм поведінки, засвоювати навчальний матеріал. Результати його навчальної діяльності оцінюються педагогом, що впливає на ставлення до нього з боку батьків, учителів і однокласників [27].

Наукові дослідження свідчать, що психологічна готовність майбутніх учнів визначається рівнем розвитку когнітивної, емоційної, вольової та соціальної зрілості. Важливими є здатність до довільного регулювання поведінки, концентрації уваги, використання довільної пам'яті та мисленнєвих операцій, позитивне ставлення до навчання, усвідомлення соціальної ролі учня та сформованість навичок взаємодії з педагогами й однолітками. О. Главник зазначає, що внутрішня мотивація до навчання часто зумовлюється прагненням дитини відчувати себе повноправним учасником освітнього процесу та прийняти авторитет учителя, а не лише природною допитливістю [38].

Разом із новими обов'язками у навчальному середовищі дитина набуває і певних прав: на організоване робоче місце, належні умови для занять і відпочинку, схвалення та повагу дорослих у разі успішного виконання завдань. В. Ільман підкреслює, що «перехід від дошкільного дитинства до шкільного характеризується вирішальною зміною місця дитини в системі доступних їй соціальних взаємин і всього її способу життя» [37, с. 4]. Формування внутрішньої позиції учня можливе лише за умови достатньої психологічної готовності, яка визначає не тільки процес адаптації, а й подальшу успішність або труднощі навчання. Сформоване та реалістичне бажання навчатися створює сприятливі умови для прийняття шкільних вимог, дотримання правил і продуктивної взаємодії з учасниками освітнього процесу.

Фізична готовність становить важливий компонент загальної готовності до шкільного навчання. Вона передбачає здатність тривалий час утримувати статичну позу, достатній рівень розвитку дрібної моторики, а також фізичну витривалість для участі в навчальному процесі. Її рівень залежить від функціонального стану організму, психічного та соматичного здоров'я дитини. За результатами досліджень, близько 30–40% дітей, які вступають до першого класу, мають функціональні особливості, що потребують підвищеної уваги з боку педагогів і психологів [48].

I. Храпова виокремлює три групи труднощів, характерних для дітей із недостатньою готовністю до шкільного навчання. Перша група пов'язана зі сферою міжособистісної взаємодії: труднощі слухання, співпраці, узгодження дій та підтримання змістовного спілкування з ровесниками. Друга стосується взаємодії з дорослими: складнощі у розумінні інструкцій учителя, прийнятті правил і умов організації навчального процесу. Третя група охоплює проблеми самосвідомості: завищену самооцінку, необ'єктивне ставлення до результатів діяльності та неадекватне сприйняття педагогічних оцінок. Урахування цих аспектів дозволяє формувати готовність до навчання та уникати хибних висновків щодо нібито спадково зумовленого рівня підготовленості дитини [56].

Отже, вікові та індивідуально-психологічні передумови психологічної готовності до шкільного навчання охоплюють розвиток когнітивної, емоційної та вольової сфер, формування довільної регуляції поведінки, самоконтролю, здатності планувати й оцінювати власні дії, уміння конструктивно взаємодіяти з дорослими та однолітками, а також позитивне ставлення до навчання. Сукупність цих характеристик забезпечує адекватну адаптацію до нової соціальної ролі учня, ефективне засвоєння знань і результативний перехід до шкільного етапу розвитку.

1.3. Основні психолого-педагогічні чинники адаптації першокласників до навчання у школі

Початок шкільного життя для майбутніх учнів є визначальним етапом розвитку, який супроводжується зміною провідної діяльності, соціального статусу та системи міжособистісних стосунків. Успішність цього переходу визначається сформованістю у дитини комплексу психічних і поведінкових характеристик, що забезпечують її мотиваційну, інтелектуальну, емоційно-вольову та соціальну готовність до навчальної діяльності. Вивчення чинників, що впливають на формування психологічної готовності майбутніх учнів, є необхідним для забезпечення гармонійного розвитку дитини, створення умов

для її ефективної адаптації до шкільного середовища та подальшого засвоєння знань і навичок на початковому етапі навчання.

Сучасні дослідження в галузі дошкільної та початкової освіти акцентують увагу не лише на простій підготовці, а на процесі формування психологічної готовності дітей, що передбачає систематичний розвиток когнітивних, емоційних, вольових і соціальних компетентностей. Такі компетентності визначають здатність майбутнього першокласника концентрувати увагу, усвідомлено сприймати навчальні завдання, довільно запам'ятовувати матеріал, планувати власні дії та здійснювати самоконтроль. Формування психологічної готовності є динамічним процесом, що інтегрує природні можливості дитини, її попередній досвід і умови навчально-виховного середовища [83].

Слід підкреслити, що нормативно-правова база української освіти створює умови для системного формування готовності дітей до школи. Зокрема, Концепція «Нова українська школа», Закони України «Про дошкільну освіту» та «Про повну загальну середню освіту», Базовий компонент дошкільної освіти [3] та Державний стандарт початкової освіти [29] закріплюють принцип наступності між дошкільною та початковою освітою, що забезпечує цілісність освітнього процесу та поступовий перехід дитини від дошкільного до шкільного навчання.

Базовий компонент дошкільної освіти (БКДО) 2021 року побудований на засадах компетентнісного підходу та узгоджується з Державним стандартом початкової освіти. У межах формування психологічної готовності майбутніх учнів зміст дошкільної освіти спрямований не лише на розвиток соціальної адаптації та життєвої компетентності, а й на формування ціннісних орієнтацій і системи світогляду, що враховує цілісність довкілля та його цінність, а також стимулює активну участь у соціально значущій діяльності [3]. Значна увага приділяється розвитку емоційно-ціннісного ставлення до практичної і духовної діяльності інших людей, формуванню потреби у самореалізації творчого потенціалу, що виступає чинником внутрішньої мотивації до навчання.

Подібно до Державного стандарту початкової освіти, БКДО передбачає системне формування психологічної готовності майбутніх учнів шляхом поступового накопичення знань, умінь і компетентностей, необхідних для

успішної адаптації до шкільного середовища. Зміст дошкільної освіти орієнтований на розвиток соціальної взаємодії, пізнавальної активності, довільної поведінки та усвідомленої участі в колективній діяльності. Взаємодія дітей з дорослими та ровесниками в умовах ЗДО забезпечує формування когнітивних, емоційних і соціальних передумов шкільної готовності [3].

Освітня лінія «Особистість дитини» в рамках БКДО спрямована на розвиток базових особистісних характеристик, що визначають готовність до навчальної діяльності: самостійності, відповідальності та довільності поведінки. На цьому етапі відбувається становлення креативності, ініціативності, самосвідомості, безпечності, позитивного образу «Я» та внутрішньої організованості. Крім того, виховання культурно-гігієнічних та оздоровчих навичок, а також умінь безпечної життєдіяльності формує фундамент для розвитку самоконтролю та організованості, які є ключовими компонентами психологічної готовності майбутніх учнів [3].

Освітня лінія «Дитина в соціумі» спрямована на розвиток соціальної компетентності та емпатії у дітей, формуючи здатність до співпереживання, взаємодії та врахування потреб інших. Через спільну діяльність з дорослими, які передають соціальний досвід, а також участь у колективних іграх та завданнях, діти поступово опановують уміння координувати власні дії з діями інших, оцінювати власні можливості та враховувати інтереси ровесників. Такий соціальний досвід створює фундамент для успішної взаємодії в шкільному колективі та є однією з передумов психологічної готовності до навчання [3].

Освітня лінія «Дитина у природному доквіллі» акцентує увагу на формуванні природознавчої компетентності, розвитку усвідомлення причинно-наслідкових зв'язків та розуміння впливу людини на довкілля. Участь у практичній діяльності сприяє відповідальному ставленню до природи, стимулює пізнавальний інтерес і формує навички активного дослідження, що безпосередньо пов'язано з підготовкою дітей до навчання у школі [3].

Освітня лінія «Дитина в світі культури» спрямована на розвиток естетичного сприйняття, творчих умінь, трудових та художніх навичок, а також на формування внутрішньої потреби у самовираженні та досягненні результатів.

Поступове включення дітей у різноманітну творчу діяльність стимулює мотивацію до навчання, готує до виконання шкільних завдань і сприяє розвитку пізнавальної активності та самостійного опанування знань [3].

Освітня лінія «Гра дитини» відіграє ключову роль у формуванні довільної поведінки, самостійності та організованості. Під час гри дитина опановує правила, набуває навичок співпраці з ровесниками, розвиває здатність оцінювати себе та інших, формує творче мислення та уміння імпровізувати. Через ігрову діяльність закладається підґрунтя для сприйняття навчальної діяльності, формування внутрішньої мотивації та позитивного ставлення до навчання [3].

Формування готовності майбутніх учнів до навчальної діяльності забезпечується комплексним розгортанням освітніх процесів, спрямованих на розвиток когнітивних, емоційних, соціальних і мовленнєвих компетентностей. Зокрема, освітня лінія «Дитина в сенсорно-пізнавальному просторі» орієнтує освітню взаємодію на становлення наочно-дійового, наочно-образного та початкового словесно-логічного мислення, розвиток пошуково-дослідницьких умінь, а також формування здатності до системного аналізу явищ, що створює підґрунтя для результативного опанування навчальних дій у школі. Паралельно освітня лінія «Мовлення дитини» забезпечує розвиток комунікативної компетентності, культури мовлення та навичок взаємодії в різних соціальних ситуаціях, які виступають складовою готовності до шкільного навчання [3].

У межах дошкільної освіти формування готовності майбутніх учнів до навчання реалізується через цілісну організацію освітнього середовища та використання програм і навчально-методичного забезпечення, затверджених Міністерством освіти і науки України. Відповідно до інструктивно-методичних рекомендацій «Про організацію роботи в закладах дошкільної освіти у 2025/2026 навчальному році» від 21.05.2025 р., педагогічні колективи отримують можливість обирати програми, які створюють умови для становлення внутрішніх передумов шкільної діяльності, передусім розвитку самостійності, довільності дій і навчальної активності майбутніх учнів [73].

Серед таких програм вагоме місце посідає Програма «Я у Світі», що реалізує особистісно зорієнтовану модель дошкільної освіти та спрямована на

формування базових якостей особистості й цілісного уявлення дитини про довкілля, суспільство, культуру і природу. У межах цієї програми соціальна, емоційно-ціннісна та креативна лінії розвитку забезпечують формування внутрішніх психологічних передумов, необхідних для успішного входження майбутнього учня у шкільну систему, а також сприяють розвитку цілеспрямованості й самостійного мислення [73].

Програма «Упевнений старт» передбачає інтеграцію компетентнісного, особистісно орієнтованого та діяльнісного підходів і ґрунтується на тісній взаємодії закладу дошкільної освіти з родиною. Її зміст забезпечує розвиток фізичних, мовленнєвих, пізнавальних, художньо-естетичних, трудових та ігрових умінь, що формують внутрішню готовність до навчальної діяльності й підтримують становлення саморегуляції та довільності дій майбутніх учнів [73].

Програма «Дитина в дошкільні роки» акцентує увагу на формуванні ціннісного ставлення до світу та підтриманні дитячої субкультури, поєднуючи розвиток усіх сфер особистості з метою створення умов психологічної готовності до школи. Структура програми охоплює інваріантну частину, яка визначає обов'язковий базовий рівень засвоєння знань та умінь, а також варіативну, що враховує етнічні, соціокультурні й індивідуальні особливості дитини, забезпечуючи диференційований підхід до розвитку внутрішніх передумов навчальної діяльності майбутнього учня [73].

Програма «Дитина» охоплює весь дошкільний період від 2 до 7 років і передбачає послідовне формування різних сфер особистості, які виступають фундаментом подальшого шкільного навчання. Її організація спрямована на розвиток когнітивних, соціальних, емоційних і творчих компетентностей через поєднання завдань виховання, освітньої діяльності та режимних моментів. Тематичні розділи, зокрема «Зростаємо дужими», «Мова рідна, слово рідне», «Чарівні фарби й талановиті пальчики», «Математична скарбничка» та «Разом із сім'єю», забезпечують формування комплексних компетентностей, що у своїй сукупності становлять психологічну готовність майбутніх учнів [73].

Сприятливі умови для формування готовності дитини до школи забезпечує інтеграція змісту дошкільної освіти з Державним стандартом початкової освіти,

затвердженим Постановою Кабінету Міністрів України від 21.02.2018 р. №87. Освітні галузі стандарту – мовно-літературна, технологічна, інформатична, соціальна та здоров'язбережувальна, математична, природнича, громадянська і історична, мистецька та фізкультурна – узгоджуються зі змістом дошкільної освіти, що забезпечує системне та цілісне становлення психологічної готовності майбутніх учнів до навчальної діяльності [29].

Аналіз освітніх ліній БКДО та відповідних галузей Державного стандарту початкової освіти дає підстави стверджувати, що формування психологічної готовності майбутніх учнів відбувається через інтегроване поєднання всіх сфер розвитку дитини. Це передбачає поступове набуття компетентностей і розвиток особистісних, соціальних та пізнавальних умінь у взаємодії з дорослими й ровесниками. Такий комплексний підхід забезпечує становлення внутрішньої готовності до шкільної діяльності, створюючи міцну основу для ефективного засвоєння знань і навичок на початковому етапі навчання [29].

Зокрема, освітні напрями БКДО «Дитина в природному довкіллі» та «Дитина в сенсорно-пізнавальному просторі» у 1–4 класах трансформуються у природничу та математичну галузі, тоді як «Дитина у світі мистецтва» – у мистецьку та технологічну сфери. Така наступність забезпечує формування наскрізних умінь, які становлять основу психологічної готовності майбутніх учнів: розвиток творчості й ініціативності, здатності регулювати емоції, аргументувати власну думку, критично мислити, приймати рішення, розв'язувати проблемні ситуації та ефективно співпрацювати в колективі. Водночас освітній процес у ЗДО передбачає врахування індивідуальних особливостей дитини та створення умов для цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу (рис. 1.1).

Формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі передбачає цілісний розвиток особистості на основі узгодженості освітніх програм, методів і організаційних форм діяльності між закладами дошкільної освіти та початковою школою. Водночас необхідно враховувати специфіку освітнього середовища: механічне перенесення структури уроку або окремих ігрових методів у нові шкільні умови не завжди забезпечує ефективне

становлення готовності до навчання. Разом із тим ті види діяльності, які опрацьовуються у підготовчий період, створюють психологічні передумови успішного навчання, тоді як початкова школа поглиблює, систематизує та розширює сформовані вміння і навички [46, с. 20].

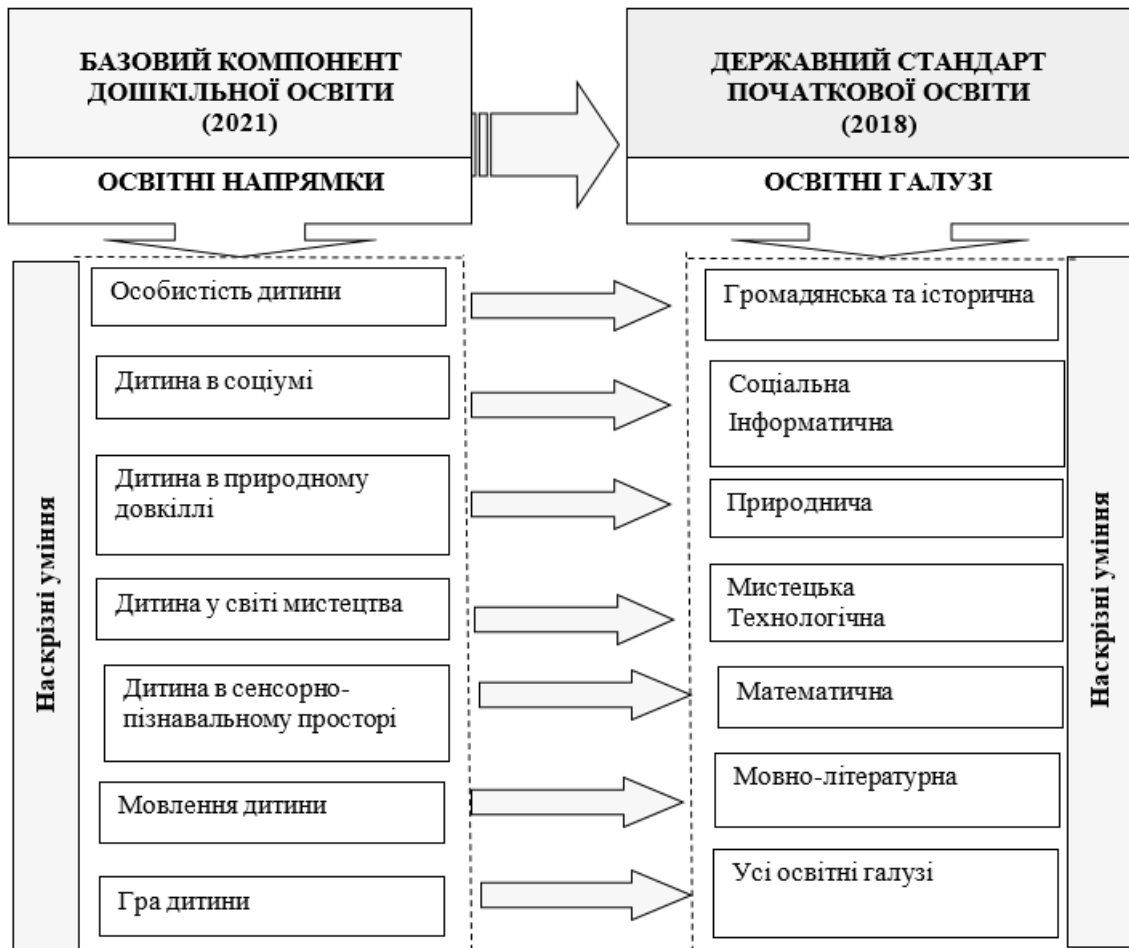


Рис. 1.1. Підготовка дітей до навчання у школі на основі вимог Базового компонента дошкільної освіти та Державного стандарту початкової освіти

У закладах дошкільної освіти для розвитку психологічної готовності майбутніх учнів застосовують різноманітні форми організації діяльності: спеціально організовані заняття, ігрову та самостійну діяльність, індивідуальну роботу, спостереження, екскурсії, походи, свята, розваги, гурткову роботу та інші освітні заходи. Організація діяльності може здійснюватися фронтально, підгрупами або індивідуально залежно від вікових особливостей, педагогічної мети, матеріально-технічного забезпечення та професійної компетентності вихователя. Провідною формою організованої діяльності залишаються заняття

різних типів – тематичні, комплексні, інтегровані, домінантні та комбіновані. Для майбутніх учнів рекомендована тривалість заняття становить 25–35 хвилин, орієнтовно 7–8 групових занять на тиждень, переважно у першій половині дня. Елементи навчальної діяльності інтегруються в ігрову та самостійну діяльність, а також в індивідуальну роботу, що сприяє формуванню вмінь планувати дії та регулювати власну поведінку [58].

Г. Беленька, С. Васильєва та Н. Гавриш підкреслюють, що вікові особливості майбутніх учнів зумовлюють доцільність вибору форм і тривалості освітнього процесу. На цьому етапі розвитку діти здатні усвідомлено ставити перед собою завдання та прагнути до оволодіння новими знаннями й уміннями, що сприяє становленню навичок самостійного планування діяльності та внутрішньої саморегуляції – важливих компонентів готовності [16, с. 78].

Важливим чинником формування готовності є проведення занять, спрямованих на свідоме засвоєння інформації, а не лише на ігрову активність. У таких формах роботи майбутні учні розвивають здатність концентрувати увагу на поясненнях педагога, систематично засвоювати навчальний матеріал і виконувати доручення дорослого, що є критично важливим для становлення внутрішніх передумов навчальної діяльності. Як зазначають дослідники, «дошкільники не лише засвоюють знання та навички, паралельно у них виробляється вміння вчитися» [1, с. 32].

Водночас провідною діяльністю майбутніх учнів залишається гра, яка виступає фундаментальною формою прояву активності та розвитку особистісних якостей. Вона використовується як самостійна діяльність і як ефективний засіб навчання та виховання у поєднанні з іншими організаційними формами. Особливу роль відіграють творчі ігри (сюжетно-рольові, будівельно-конструкторські, драматизації, інсценівки, ігри з елементами праці та художньо-творчої діяльності) та ігри з правилами (дидактичні, інтелектуальні, рухливі, хороводні). Організація ігрової діяльності враховує вікові та індивідуальні особливості дітей, їхні інтереси, місце гри в режимі дня, характер подальшої освітньої діяльності, а також сезонні фактори й навчальне навантаження [23].

Ігрова діяльність виступає ключовим механізмом формування соціальних, пізнавальних і регулятивних умінь у майбутніх учнів, оскільки під час гри дитина моделює дії дорослих, знайомиться з предметним середовищем, засвоює функції предметів і набуває досвіду орієнтації у соціальній дійсності. Її вплив на розвиток особистості проявляється у формуванні комунікативних навичок, здатності до встановлення міжособистісних контактів з однолітками, а також у розвитку емоційної та вольової саморегуляції. Дослідники підкреслюють, що «у грі дитина набуває унікальних навичок спілкування й якостей, необхідних для встановлення контакту із однолітками. Гра сприяє розвитку почуттів та вольовій регуляції поведінки, захоплюючи дитину та змушуючи її підкорятись правилам, які є в ігровій ролі» [26, с. 101].

У процесі формування готовності до школи особлива увага приділяється самостійній діяльності та індивідуальній роботі учнів. Самостійна діяльність організовується щоденно у різні періоди дня та охоплює різні види активності: художню і рухову, мовленнєву та ігрову, трудову й дослідницьку. До неї поступово залучаються всі діти, а зміст і рівень діяльності визначаються попереднім досвідом, рівнем знань і вмінь, розвитком творчої уяви та ініціативності, організаторськими здібностями, матеріально-технічним забезпеченням і професійною компетентністю вихователя. Педагогічне керівництво забезпечує цілісність і системність самостійної діяльності, сприяючи формуванню внутрішньої готовності до навчання у школі [44].

Індивідуальна робота з майбутніми першокласниками має особливе значення в освітньому процесі. Вона охоплює два взаємопов'язані напрями: зовнішній, що реалізується через структуровану взаємодію та спілкування, і внутрішній, духовно-моральний, спрямований на формування емоційно-морального та соціально-психологічного досвіду. Зовнішня мета індивідуальної роботи полягає у передачі знань, умінь і навичок, необхідних для шкільної діяльності, тоді як внутрішній напрям реалізується через встановлення довірливих емоційних взаємин, стимулювання прагнення обмінюватися досвідом, обговорювати проблеми та формувати уявлення про власні потреби, інтереси й цінності [53].

Важливим чинником формування психологічної готовності є гурткова діяльність, яка виступає додатковою формою організації життя майбутніх учнів. Вона забезпечує можливості для реалізації індивідуальних інтересів, розвитку загальних і спеціальних здібностей, а також підтримки внутрішньої мотивації до навчальної та творчої діяльності. У закладах дошкільної освіти доцільно організовувати гуртки художньо-естетичного (образотворчі, хореографічні, музичні, театральні), фізкультурно-спортивного (гімнастика, акробатика, ритмічна гімнастика, плавання, настільний теніс), пізнавального, мовленнєвого, логіко-математичного та іншомовного спрямування. Ефективність гурткової роботи забезпечується наявністю матеріальної бази та кваліфікованих фахівців – керівників студій, хореографів, хормейстерів, учителів іноземних мов і спортивних тренерів. При плануванні враховуються інтереси та здібності дітей, а також запити батьків [4].

У закладах дошкільної освіти активно впроваджуються інноваційні педагогічні технології, що сприяють формуванню психологічної готовності майбутніх учнів до навчання у школі. Серед них важливе місце посідає педагогічна спадщина С. Русової («Український дитячий садок»), методика М. Монтесорі («Будинок вільної дитини») та принципи вальдорфської педагогіки («Вальдорфський дитячий садок»), які акцентують увагу на розвитку самостійності, творчого мислення та саморегуляції дітей. Інноваційними є також система освіти «Довкілля» В. Ільченка та діагностична методика Т. Піроженко («Мовленнєве зростання дошкільника»), спрямовані на комплексний розвиток когнітивних і мовленнєвих компетентностей. Вагоме значення у формуванні внутрішньої готовності до шкільного навчання має технологія фізичного виховання М. Єфименка («Театр фізичного розвитку й оздоровлення дітей») та методика розвитку творчої особистості Г. Альтшуллера («Теорія розв'язання винахідницьких завдань»). Додатково застосовуються сучасні методики розвитку мовної компетентності та когнітивних умінь, зокрема праці Т. Ткаченко та К. Крутій у лексико-граматичній роботі, а також мистецько-естетичні підходи В. Сухомлинського, спрямовані на всебічний особистісний розвиток дитини [63]. Педагоги також використовують методику навчання читанню М. Зайцева,

систему раннього розвитку Г. Домана, ігрові системи Нікітіних (кубики, гра «Танграм») та принципи гуманної педагогіки [30], що забезпечує формування базових умінь навчальної діяльності та створює передумови успішного входження майбутніх учнів у шкільне освітнє середовище.

Формування психологічної готовності майбутніх учнів охоплює не лише оволодіння базовими знаннями та вміннями, а й розвиток загальних психічних функцій, які визначають здатність дитини до навчання. Серед ключових компонентів готовності виділяють розвиток концентрації уваги, самоконтролю, умінь планувати власну діяльність, емоційної регуляції, а також навичок ефективної взаємодії та співпраці у колективі. У цьому контексті освітній процес у початковій школі спрямований на використання та поглиблення досягнень дитини, набуті у дошкільному періоді [37].

Отже, формування психологічної готовності майбутніх учнів здійснюється через взаємозв'язок освітніх ліній Базового компонента дошкільної освіти та галузей Державного стандарту початкової освіти. Інтеграція цих систем дозволяє поступово і системно розвивати емоційні, мотиваційні, когнітивні та соціальні аспекти готовності дитини до навчання. Наявність сформованих компонентів психологічної готовності забезпечує включення дітей в освітню діяльність, сприяє їхній адаптації до нових умов навчання та підвищує результативність освітнього процесу в перші роки здобуття початкової освіти.

Висновок до розділу 1

1. Психологічна готовність майбутніх учнів до навчання в школі постає як інтегральне утворення, що відображає рівень психічного, емоційного, соціального та мотиваційного розвитку дитини й забезпечує її здатність прийняти навчальну діяльність як провідну. Вона охоплює взаємопов'язані структурні компоненти: інтелектуальний (розвиток мислення, мовлення, пам'яті), емоційний (здатність до емоційної регуляції та співпереживання), мотиваційний (позитивне ставлення до навчання й прийняття ролі учня), вольовий (саморегуляція поведінки, наполегливість, організованість) і

соціальний (уміння взаємодіяти з дорослими та однолітками). Узгоджений розвиток цих компонентів забезпечує здатність учня брати участь у навчанні, організовувати власну діяльність і адаптуватися до нових освітніх вимог.

1. Формування психологічної готовності майбутнього учня до шкільного навчання зумовлюється віковими закономірностями психічного розвитку та індивідуальними особливостями дитини. До ключових передумов належать розвиток довільної уваги й пам'яті, становлення наочно-образного та початкового логічного мислення, формування здатності планувати власні дії та оцінювати їх результати, розвиток мовлення й пізнавальної активності. Важливими є емоційна зрілість, уміння регулювати власні переживання, співпереживати іншим, підтримувати конструктивні взаємини, а також сформованість вольових якостей, що забезпечують підпорядкування поведінки поставленій меті. Урахування індивідуального темпу розвитку, попереднього соціального досвіду та умов виховання створює підґрунтя для успішної адаптації майбутнього учня до шкільного середовища.

1. Формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання зумовлюється комплексом педагогічних, соціальних і сімейних чинників, що реалізуються через цілеспрямовану організацію освітнього середовища. Визначальну роль відіграють наступність між дошкільною та початковою освітою, використання ігрових та інтегрованих форм навчання, індивідуалізація педагогічної взаємодії, розвиток самостійності й довільності поведінки, а також підтримка позитивної навчальної мотивації. Значущим є партнерство закладу освіти та сім'ї, що забезпечує узгодженість виховних впливів і формування сприятливого емоційного середовища. Сукупність зазначених чинників сприяє гармонійному розвитку майбутнього учня, попередженню труднощів адаптації та створює умови для успішного входження у шкільне життя.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ ОСОБЛИВОСТЕЙ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ

2.1. Інструментарій емпіричного дослідження адаптації першокласників до навчання у школі

Емпіричний інструментарій дослідження передбачає використання методик, які дозволяють оцінити ключові компоненти психологічної готовності майбутніх учнів, зокрема мотиваційний аспект, що відображає внутрішню зацікавленість дитини у навчальній діяльності, активну участь у освітньому процесі та усвідомлене ставлення до навчання. Для виявлення домінуючих мотивів навчальної діяльності та рівня сформованості внутрішньої мотивації застосовується методика М. Гінзбурга [15].

Методика М. Гінзбурга ґрунтується на принципі персоніфікації мотивів: дитині пропонується оповідання, у якому кожен мотив навчальної діяльності представлений через конкретного персонажа. До них належать навчально-пізнавальний мотив, спрямований на задоволення потреби дитини у пізнанні; соціальний мотив, пов'язаний із усвідомленням суспільної значущості навчання; позиційний мотив, що відображає прагнення зайняти певне місце у соціальній структурі; зовнішній мотив, пов'язаний із підпорядкуванням вимогам дорослих; ігровий мотив, що переносить інтерес дитини до гри у навчальну сферу; а також мотив отримання високої оцінки. Після ознайомлення з оповіданням дитина тричі обирає персонажа, з яким себе асоціює, аргументуючи свій вибір, що дозволяє зафіксувати індивідуальні мотиваційні пріоритети.

Оцінювання здійснюється за бальною системою: зовнішній мотив – 0 балів, навчально-пізнавальний – 5 балів, позиційний – 3 бали, соціальний – 4 бали, мотив оцінки – 2 бали, ігровий – 1 бал. Сумування балів дозволяє визначити домінуючий мотив навчання та структуру мотиваційних пріоритетів дитини. Відсутність чітко виражених переваг свідчить про недостатню сформованість мотиваційного компонента психологічної готовності до шкільної

діяльності. Таким чином, методика Гінзбурга забезпечує комплексну оцінку мотиваційного аспекту готовності дітей до навчання у школі [15].

Для оцінки інтелектуального компоненту психологічної готовності майбутніх учнів використовуються стандартизовані тести, які дають змогу визначити шкільну зрілість, рівень розвитку когнітивних функцій та функціональну готовність дитини до навчальної діяльності. Одним із таких інструментів є тест Керна-Йіресека [37], широко застосовуваний у європейських країнах для первинної оцінки готовності до школи. Цей тест дозволяє отримати комплексну характеристику розвитку дитини, оцінити рівень тонкої моторики, координацію зору та рухів руки, здатність концентрувати увагу та відтворювати зразки, що є важливим для оволодіння письмом і навчальною діяльністю.

Методика Керна-Йіресека включає три графічні завдання та одне вербальне: малювання чоловічої фігури за пам'яттю, змальовування письмових букв та об'єднання групи крапок. Кожне завдання оцінюється за п'ятибальною шкалою (1 – високий рівень, 5 – низький), після чого підраховується сумарний бал загальної готовності. Рівень розвитку дітей з результатами 3–6 балів вважається вищим за середній, 7–11 – середнім, а 12–15 – нижчим за норму. Діти з показниками 12–15 балів потребують детального індивідуального обстеження, оскільки серед них можуть траплятися випадки затримки розвитку.

Перший графічний субтест тесту Керна-Йіресека дозволяє оцінити загальний інтелектуальний розвиток через малювання фігури людини, тоді як другий і третій субтести спрямовані на визначення здатності дітей концентрувати увагу на завданні протягом тривалого часу та наслідувати заданий зразок. Тестування може проводитися індивідуально або групами по 10–15 учасників у період максимальної продуктивності дитини (з 9:00 до 11:00).

Дітям надаються спеціальні бланки з полями для малювання, копіювання літер та відтворення груп крапок, а психолог під час виконання завдань фіксує додаткові спостереження: яка рука використовується, чи змінює дитина руку під час виконання завдання, рівень зосередженості, прагнення виконати завдання акуратно та інші індивідуальні особливості поведінки. Після завершення тестування бланки аналізуються, а результати групуються за рівнями готовності:

дуже високий, високий, достатній, середній, низький і дуже низький. Це дозволяє визначити рівень інтелектуальної готовності майбутніх учнів до навчання в школі, виявити слабкі сторони когнітивного розвитку та спрямувати педагогічну і психологічну підтримку на формування необхідних умінь і навичок, що забезпечують ефективне включення дитини в освітній процес [37].

Вольовий компонент психологічної готовності майбутніх учнів часто оцінюється за допомогою спеціалізованих методик, що дають змогу визначити рівень самоконтролю, наполегливості, точності виконання завдань та здатності дитини доводити їх до завершення. Одним із ефективних інструментів у цьому напрямі є методика «Графічний диктант» [90], яка призначена для діагностики сформованості вольових якостей та координаційних навичок, необхідних для успішного включення дитини у навчальну діяльність початкової школи.

У рамках тесту «Графічний диктант» дитині пропонується відтворити заданий узор, починаючи з певної початкової точки, продовжуючи малювання самостійно без відриву олівця від паперу. Процедура передбачає виконання трьох диктантів форми А та трьох диктантів форми Б, що дозволяє оцінити послідовність дій, точність виконання та здатність завершувати завдання самостійно. Інструкції надаються чітко та покроково, із демонстрацією початкового положення олівця та поясненням рухів по клітинках, що дозволяє зафіксувати рівень розуміння завдання, уважність і контроль над діями.

Оцінювання здійснюється на основі кількості допущених помилок та наявності самостійно відтворених фігур. Лінія в узорі враховується як помилка лише у випадку, якщо її напрямок не відповідає диктованому, а часткові спотворення після помилки зараховуються як один промах. Система бальної оцінки має такі критерії: 5 балів – відсутність помилок у трьох диктантах та наявність хоча б однієї самостійно відтвореної фігури; 4 бали – 1–2 помилки; 3 бали – 3–4 помилки; 2 бали – більше 4 помилок, але менше половини елементів; 1 бал – кількість помилок перевищує кількість правильних елементів.

Аналіз отриманих результатів дозволяє визначити рівень сформованості вольового компонента та його вплив на загальну психологічну готовність

майбутніх учнів до навчання в школі, що забезпечує базу для педагогічного супроводу та розвитку навичок саморегуляції [90].

Емоційний компонент психологічної готовності майбутніх учнів досліджується за допомогою проєктивних методик, які дозволяють виявити індивідуальні особливості емоційного стану дитини, рівень тривожності, здатність до соціально-психологічної адаптації, особливості сприйняття та уявлень, а також прояви самосвідомості та емоційної регуляції. Одним із ефективних інструментів у цьому контексті є методика «Гарна, погана дитина і я» [45], що дає змогу оцінити емоційний та соціально-психологічний досвід майбутніх учнів у процесі підготовки до шкільного навчання.

Методика «Гарна, погана дитина і я» реалізується через послідовне виконання трьох етапів малювання, у яких дитина відображає власні уявлення про позитивні та негативні образи, а також формує уявлення про себе. На першому етапі дитині пропонується обрати два «позитивні» олівці та намалювати у верхній частині аркуша два кола, після чого створити зображення «найкращого хлопчика» або «найкращої дівчинки». Цей етап дозволяє фіксувати, як дитина сприймає позитивні характеристики оточуючих та власний ідеалізований образ «Я». На другому етапі діти використовують два «негативні» олівці і виконують аналогічне завдання у нижній частині аркуша, створюючи кола та зображення «найгіршого хлопчика» або «найгіршої дівчинки». Така проєкція дозволяє виявити негативні асоціації, рівень тривожності, внутрішню напруженість і особливості сприйняття соціальних взаємодій майбутніх учнів. На заключному етапі дитині пропонується об'єднати «позитивні» та «негативні» олівці для створення власного портрету («Я»), що забезпечує комплексну оцінку емоційної самосвідомості, здатності інтегрувати позитивні й негативні аспекти свого «Я» та формувати уявлення про власну особистість у соціальному контексті. Для підвищення проєктивності завдання можуть виконуватися як олівцями, так і фломастерами, що дозволяє зафіксувати індивідуальні стилі самовираження та особливості емоційного реагування.

Особливу увагу під час проведення методики приділяють підтримці дітей, які відчують труднощі або відмовляються малювати («Я не можу!», «У мене

не виходить!»), надаючи їм позитивну вербальну стимуляцію («Тобі добре вдається! Намалюй, як зможеш!»). Психолог фіксує вибір кольорів, послідовність малювання, розташування зображень на аркуші, а також вербальні та невербальні реакції дитини. Це дозволяє всебічно оцінити емоційний компонент психологічної готовності майбутніх учнів, включно з рівнем саморегуляції, соціальної адаптації та емоційної стабільності.

Отже, емпіричний інструментарій дослідження психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі передбачає оцінку всіх компонентів: мотиваційного, інтелектуального, вольового, емоційного. Використання спеціалізованих методик, таких як тест М. Гінзбурга для вивчення мотивації, тест Керна-Йїрасека для оцінки інтелектуальної готовності, методика «Графічний диктант» для аналізу вольового розвитку та проєктивна методика «Гарна, погана дитина і я» для дослідження емоційної сфери, дозволяє всебічно визначити сформованість навичок, умінь, мотивів, здатності до саморегуляції та рівень соціальної адаптації майбутніх учнів.

2.2. Аналіз результатів емпіричного дослідження адаптації першокласників до навчання у школі

Емпіричне вивчення психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі проводилося у закладі дошкільної освіти та початкової школи на базі підготовчих груп. Обсяг вибірки становив 30 дітей віком 6 років, які безпосередньо готуються до вступу в 1 клас. Аналіз результатів здійснювали на основі даних, отриманих за комплексом методик, що дозволяють оцінити компоненти психологічної готовності: мотиваційний – методика М. Гінзбурга, інтелектуальний – орієнтовний тест Керна-Йїрасека, емоційний – методика «Гарна, погана дитина і я», вольовий – тест «Графічний диктант».

Розглянемо результати емпіричного дослідження окремих компонентів психологічної готовності майбутніх учнів до шкільного навчання – мотиваційного, інтелектуального, емоційного та вольового, які представлені на рис. 2.1-2.4. Зокрема, мотиваційна готовність майбутніх учнів визначалася за

допомогою методики М. Гінзбурга, що дозволяє виявити домінуючі мотиви участі дитини у навчальній діяльності та соціальному середовищі школи. Проведене емпіричне дослідження охоплювало аналіз зацікавленості здобувачів в освітніх завданнях, заходи під час виконання завдань, здатності долати труднощі та реакції на освітні й соціальні вимоги.

Результати аналізу свідчать, що у структурі мотиваційної готовності майбутніх учнів переважають навчально-пізнавальні мотиви, спрямовані на задоволення потреби в освоєнні нового матеріалу та виконанні освітніх завдань. Так, 9 дітей (30 %) виявили високий рівень навчально-пізнавальної мотивації, демонструючи активний інтерес до нових знань, самостійність у навчальній діяльності та усвідомлену зацікавленість у результатах власної праці. Значну частину вибірки склали соціальні мотиви, пов'язані з розумінням суспільної значущості навчання та прагненням відповідати очікуванням дорослих і колективу, що зафіксовано у 7 дітей (23 %). Позиційний мотив, що проявляється у прагненні зайняти певне місце у взаємодії з однолітками та педагогами, був виявлений у 5 дітей (17 %).

Зовнішні мотиви, обумовлені виконанням вимог дорослих і очікувань оточення щодо поведінки під час навчання, спостерігалися у 7 дітей (23 %). Ігровий мотив, який у деяких випадках трансформується на навчальну діяльність недостатньо адекватно і проявляється у прагненні до гри під час освітніх завдань, був зафіксований у 4 дітей (13 %).

Аналіз даних свідчить про неоднорідність мотиваційної готовності майбутніх учнів і вимагає диференційованого підходу в організації корекційно-розвивальної роботи. Зокрема, ефективним є стимулювання внутрішньої мотивації через інтеграцію навчальної діяльності з ігровими та сюжетно-рольовими завданнями, що дозволяє підвищити активність дитини, сформувати позитивне ставлення до навчання та сприяти соціальній адаптації.

Узагальнені результати дослідження мотиваційної готовності майбутніх учнів, отримані за методикою М. Гінзбурга, представлені на рис. 2.1.

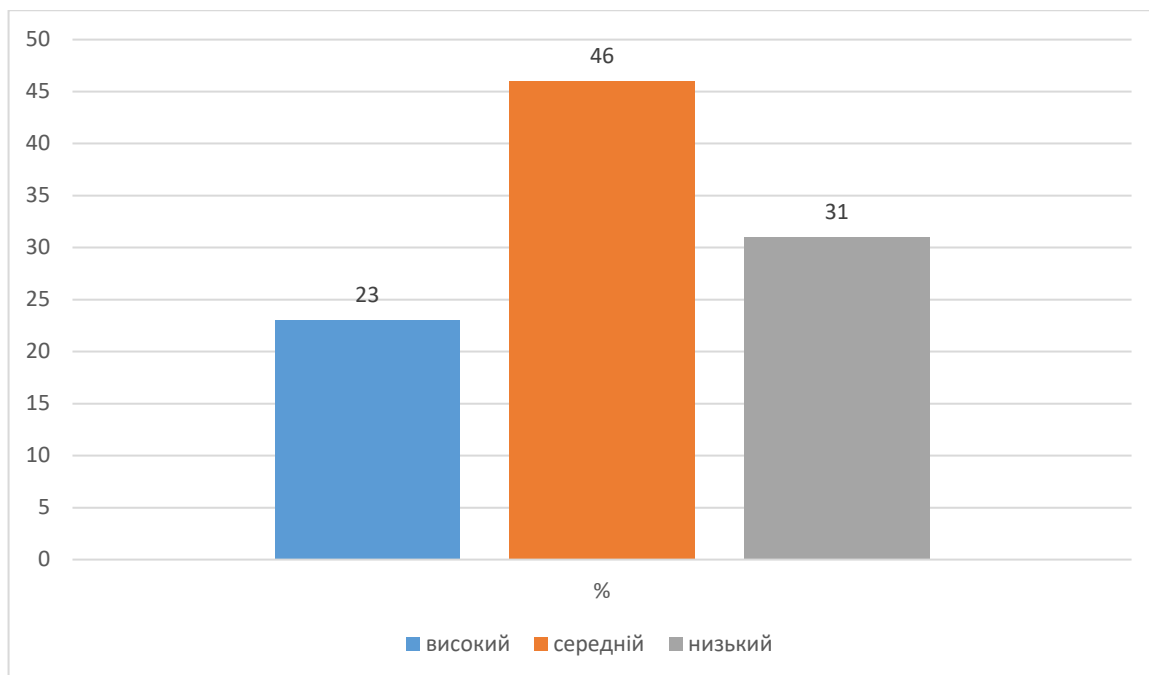


Рис. 2.1. Рівні мотиваційної готовності майбутніх першокласників до навчання у школі (%)

Так, високий рівень мотиваційної готовності виявлено у 23 % майбутніх учнів. До цієї групи належать діти, які демонструють зацікавленість у навчальній діяльності, активно прагнуть здобувати нові знання та самостійно виконують завдання, що пропонуються педагогом. Аналіз показав, що серед цих дітей переважають навчально-пізнавальні мотиви, що характеризуються внутрішнім прагненням досліджувати нове, ставити запитання, активно брати участь у групових навчальних іграх та експериментальних завданнях. Такі діти демонструють здатність долати труднощі в навчанні, проявляють ініціативу, усвідомлюють шкільні обов'язки та здатні до ефективної взаємодії з однолітками та педагогами у межах норм і правил шкільного середовища.

Середній рівень мотиваційної готовності зафіксовано у 46% майбутніх учнів. Ці діти проявляють часткову зацікавленість у навчанні, однак їхня активність нерівномірна і значною мірою залежить від зовнішніх стимулів, схвалення дорослих або підтримки однолітків. Вони можуть брати участь у навчальних заняттях, але потребують педагогічного супроводу для утримання уваги та послідовного виконання завдань. Мотиваційна структура цих дітей частково формальна: вони часто керуються очікуваннями дорослих, прагнуть

отримати схвалення або уникнути негативної оцінки. Навчально-пізнавальні мотиви у цій групі реалізуються переважно у завданнях із ігровими чи сюжетно-рольовими компонентами. Для педагогів така група потребує застосування диференційованих завдань, методів позитивного підкріплення та інтерактивних навчальних стратегій для стимулювання внутрішньої мотивації дітей.

Низький рівень мотиваційної готовності спостерігався у 31% майбутніх учнів. Ці діти проявляють обмежений інтерес до навчальної діяльності, їхня мотивація переважно зовнішня або фрагментарна, а ігровий мотив часто домінує над навчально-пізнавальними та соціальними. Діти з низьким рівнем мотивації схильні відволікатися, уникати виконання завдань, проявляти недостатню самостійність та ініціативу, а також відчувати труднощі у взаємодії з однолітками в навчальному контексті. Для формування внутрішньої мотивації та підвищення зацікавленості у навчанні таким майбутнім учням необхідний систематичний педагогічний супровід із застосуванням ігрових методів, сюжетних вправ, що поєднують навчальні та ігрові елементи, а також регулярного позитивного підкріплення.

Інтелектуальна готовність майбутніх учнів до шкільного навчання є однією з важливих складових психологічної готовності, оскільки вона визначає здатність дитини сприймати навчальну інформацію, виконувати завдання різного рівня складності та самостійно опановувати освітню програму. Для оцінки цього компоненту застосовано орієнтовний тест Керна-Йїрасека, який дозволяє визначити функціональну готовність дітей до шкільного навчання, оцінюючи розвиток пізнавальних функцій, таких як сприймання, увага, мислення, пам'ять і здатність до узагальнення.

Результати виконання графічних завдань класифікувалися відповідно до трьох рівнів: високий – 3–5 балів, середній – 6–10 балів та низький – 11–15 балів. Така диференціація дає змогу охарактеризувати пізнавальні здібності майбутніх учнів та виявити тих із них, які потребують додаткової корекційно-розвивальної підтримки перед вступом до школи (рис. 2.2).

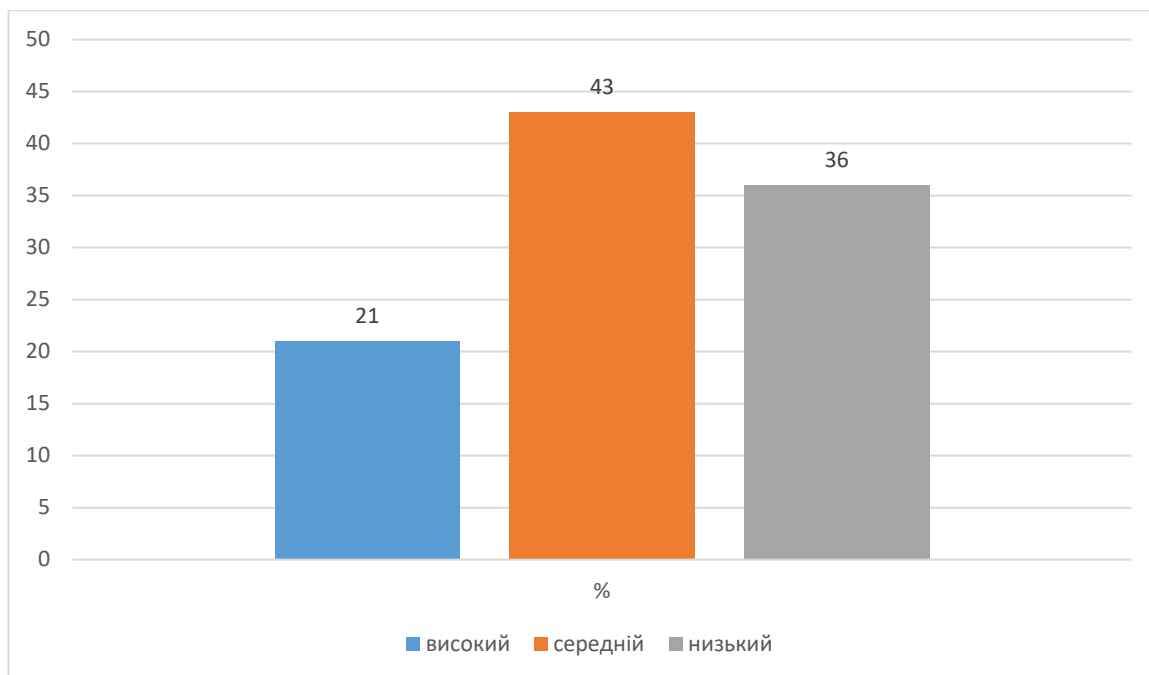


Рис. 2.2. Рівні інтелектуальної готовності майбутніх першокласників до навчання у школі (%)

Аналіз результатів, представлених на рис. 2.2, свідчить, що високий рівень інтелектуальної готовності виявлено у 21 % майбутніх учнів (7 осіб). До цієї групи належать діти, які демонструють достатньо сформовані пізнавальні навички, здатність до тривалої концентрації уваги, логічного мислення та самостійного виконання завдань різного рівня складності. Такі майбутні першокласники проявляють активний інтерес до нової інформації, легко засвоюють інструкції педагога та проявляють ініціативу під час виконання навчальних завдань, що є важливим індикатором готовності до систематичного шкільного навчання. Сформованість таких когнітивних функцій забезпечує їм можливість ефективно включитися в освітній процес і виконувати завдання без постійного супроводу дорослих.

Середній рівень інтелектуальної готовності зафіксовано у 43 % майбутніх учнів (12 осіб), що є найбільш чисельною групою досліджуваних. Діти цієї категорії володіють базовим рівнем пізнавальних функцій, проте їхні навички ще потребують розвитку та систематичної підтримки. Такі майбутні першокласники здатні виконувати навчальні завдання за умови структурованої допомоги педагога, стимулюючих вправ і інтерактивних завдань, які сприяють розвитку

уваги, пам'яті, логічного мислення та дрібної моторики. Нерідко вони демонструють коливання рівня концентрації, потребують додаткових пояснень або підтримки під час виконання графічних і вербальних завдань. Незважаючи на це, у даної групи є потенціал для успішної адаптації до шкільного середовища за умови продуманого педагогічного супроводу.

Низький рівень інтелектуальної готовності спостерігається у 36% майбутніх учнів (11 осіб). Такі діти демонструють значні труднощі у розвитку пізнавальних функцій, що безпосередньо впливає на їх здатність до навчання в школі. Зокрема, спостерігаються нестійка увага, обмежена здатність до логічного узагальнення, труднощі у виконанні графічних завдань та орієнтації в просторі. Для забезпечення успішного включення таких дітей у навчальний процес доцільне застосування диференційованих педагогічних методик, корекційно-розвивальних вправ, ігрових і сюжетно-рольових форм діяльності, що стимулюють розвиток сприймання, пам'яті, мислення та дрібної моторики, а також формують внутрішню мотивацію до навчання.

Емоційна готовність майбутніх учнів до навчання є важливою складовою психологічної готовності, оскільки вона визначає здатність дитини адекватно реагувати на нові навчальні ситуації, ефективно взаємодіяти з однолітками та педагогами, а також адаптуватися до вимог шкільного середовища. Для оцінки цього компонента застосовано методику «Гарна, погана дитина і я», яка дозволяє виявити рівень розвитку соціальних і емоційних навичок, характер взаємин із дорослими та однолітками, емоційну стабільність і здатність до саморегуляції в нових соціальних контекстах. Методика передбачає використання проєктивних завдань, що дає змогу досліднику оцінити суб'єктивне сприйняття майбутніми першокласниками себе, інших дітей, а також їх здатність до емоційного співпереживання та адекватного оцінювання соціальних ситуацій (рис. 2.3).

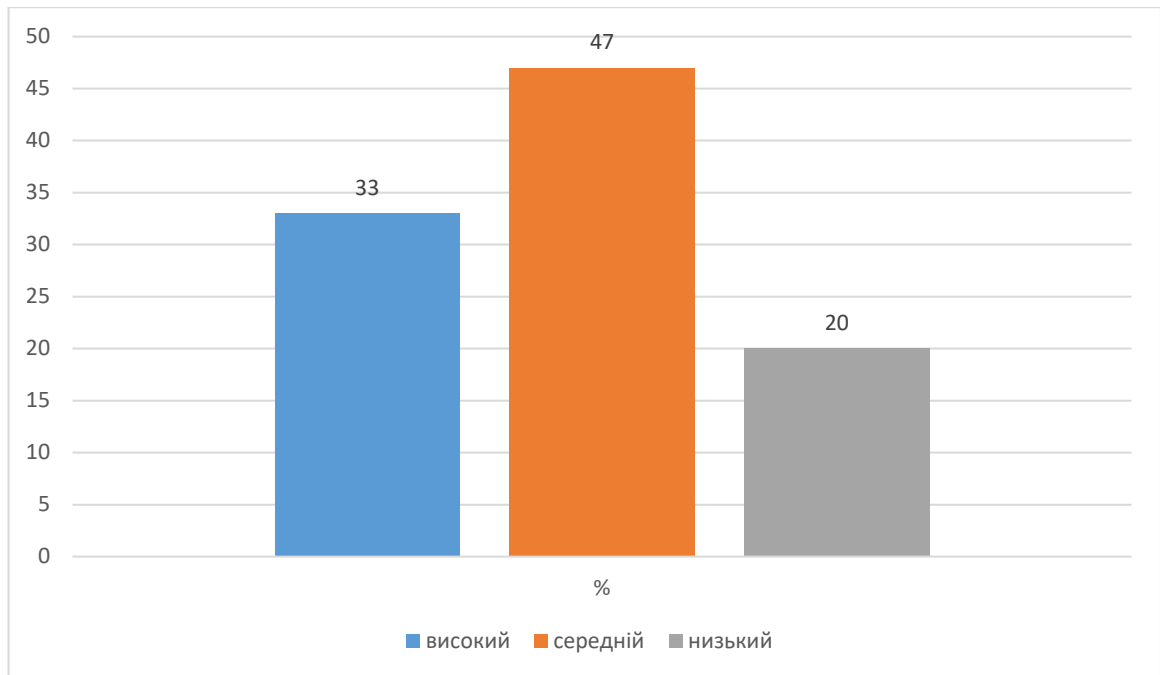


Рис. 2.3. Рівні емоційної готовності майбутніх першокласників до навчання у школі (%)

Аналіз отриманих результатів показав, що високий рівень емоційної готовності до навчання у школі спостерігається у 33 % майбутніх учнів (10 осіб). До цієї групи належать діти, які демонструють високий рівень емоційного самоконтролю, впевнено реагують на нові навчальні ситуації та проявляють позитивне ставлення до взаємодії з дорослими і однолітками. Вони активно залучаються до групових ігор та спільної діяльності, демонструють здатність до співпраці, конструктивного вирішення конфліктів і прийняття соціальних правил. Поведінка цих дітей під час занять характеризується спокоєм, врівноваженістю та відповідальністю, що свідчить про високу адаптивність до шкільного середовища та здатність ефективно долати емоційні труднощі.

Середній рівень емоційної готовності зафіксовано у 47 % майбутніх учнів (14 осіб), що вказує на достатній, але ще не повністю сформований рівень емоційної саморегуляції та соціальної адаптації. Діти цієї категорії здатні адекватно взаємодіяти з однолітками, проте час від часу проявляють коливання емоційних реакцій, сором'язливість або невпевненість у нових ситуаціях. Вони потребують підтримки дорослого для правильного розуміння соціальних норм, розвитку навичок співпраці та самоконтролю. Для таких дітей доцільне

використання інтерактивних ігрових вправ та структурованих навчальних завдань, які спрямовані на поступове формування стабільної емоційної регуляції та впевненості у взаємодії з іншими.

Низький рівень емоційної готовності спостерігається у 20 % майбутніх учнів (6 осіб). Діти цієї групи демонструють суттєві труднощі в адаптації до шкільного середовища, а їхня здатність до самоконтролю емоцій є обмеженою. Вони часто відчують підвищену тривожність, страх перед новими завданнями та соціальними взаємодіями, схильні до конфліктної поведінки або пасивності під час групових завдань. Для розвитку емоційних навичок таким дітям необхідна систематична підтримка з боку педагога, застосування сюжетно-рольових ігор, вправ на емоційне саморегулювання.

Для оцінки вольової готовності майбутніх учнів до навчання застосовували тест «Графічний диктант», який дозволяє визначити рівень розвитку вольових якостей дітей через аналіз точності та послідовності виконання графічних завдань (рис. 2.4).

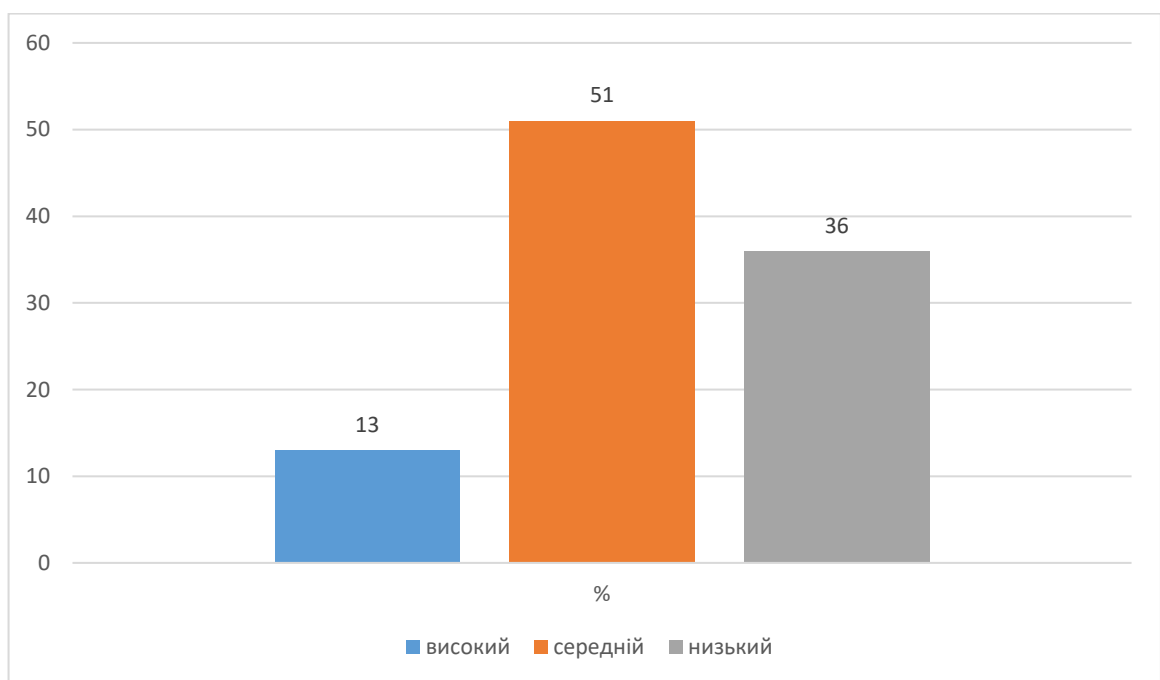


Рис. 2.4. Рівні вольової готовності майбутніх першокласників до навчання у школі (%)

Результати дослідження вольової готовності майбутніх учнів показали, що високий рівень цього компонента спостерігався у 13 % дітей (4 особи). Ця група

характеризується здатністю послідовно виконувати завдання, витримувати регламентований час виконання графічних диктантів та зберігати концентрацію уваги навіть у складних або незвичних ситуаціях. Майбутні першокласники демонструють самостійність у завершенні завдань без допомоги дорослого, а також проявляють стійку внутрішню мотивацію до досягнення результату та наполегливість у подоланні труднощів. Такі показники свідчать про високий потенціал для успішної адаптації до шкільного навчання та ефективної реалізації завдань освітньої діяльності.

Середній рівень вольової готовності виявлено у 51 % майбутніх учнів (15 осіб). Діти цієї категорії демонструють сформовані базові вольові навички, однак відзначаються коливаннями у концентрації уваги та точності виконання завдань. Вони здатні виконувати завдання, проте допускають часткові помилки, потребують зовнішнього стимулювання або допомоги педагога для підтримки послідовності дій. Такий рівень розвитку вольових якостей дозволяє говорити про готовність до шкільної діяльності за умови цілеспрямованого супроводу та розвитку навичок самоконтролю.

Низький рівень вольової готовності спостерігався у 36 % дітей (11 осіб). Ці майбутні першокласники проявляють нестійку концентрацію уваги, часті помилки під час виконання графічних завдань, недостатню самостійність у завершенні завдань та схильність до імпульсивної поведінки. У таких дітей низька внутрішня мотивація до досягнення результату та обмежена здатність до самоконтролю, що вказує на потребу у систематичній підтримці, використанні диференційованих завдань та спеціальних вправ для розвитку вольових навичок.

Узагальнення даних усіх застосованих діагностичних методик дозволяє провести комплексний аналіз сформованості психологічної готовності дітей до навчання в школі. Отримані результати дають змогу виділити високий, середній та низький рівні готовності, що характеризуються специфічними ознаками розвитку відповідних психологічних функцій, сформованості навчальних навичок та моделей поведінки дітей у процесі навчальної діяльності (рис. 2.5).

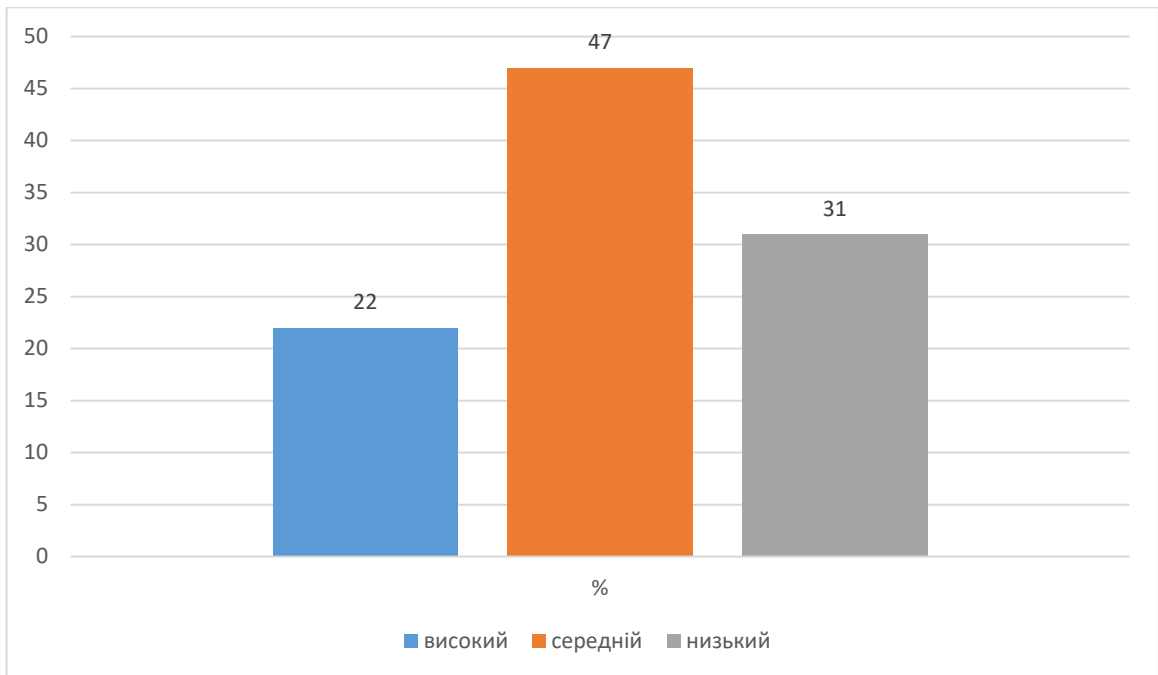


Рис. 2.5. Рівні психологічної готовності майбутніх першокласників до навчання у школі (%)

Високий рівень загальної психологічної готовності до навчання у школі був виявлений у 22 % майбутніх учнів. Діти цієї групи демонструють внутрішню мотивацію до освітньої діяльності, позитивне ставлення до навчального процесу та усвідомлення значущості шкільного середовища для свого розвитку. Вони здатні регулювати свою поведінку, зосереджуватись на виконанні завдань і завершувати розпочаті дії, ефективно планувати свої дії та брати на себе відповідальність за результати. Контакткування з дорослими й однолітками відбувається впевнено і конструктивно, мислення характеризується гнучкістю, а пам'ять і увага розвинені на рівні, достатньому для опанування шкільного матеріалу. Емоційна сфера цих дітей врівноважена, що сприяє швидкій адаптації до нових умов та ефективному засвоєнню знань.

Середній рівень психологічної готовності виявлено у 47 % майбутніх учнів. Діти цієї категорії проявляють вибірковий інтерес до навчання: вони зацікавлені у засвоєнні нового матеріалу, проте їхня активність нерівномірна й залежить від зовнішньої підтримки або заохочення дорослого. Навчальні дії часто потребують додаткової організаційної підтримки, зокрема для збереження концентрації уваги та завершення завдань. Емоційна саморегуляція у цих дітей

ще не стабільна: у складних або незвичних ситуаціях може спостерігатися сором'язливість, невпевненість або коливання мотивації. Пізнавальні функції сформовані на достатньому рівні, проте можуть виникати труднощі у переключенні між завданнями, плануванні дій та взаємодії з однолітками. За умови систематичної педагогічної підтримки та поступового тренування вольових якостей ці майбутні першокласники здатні успішно адаптуватися до шкільних вимог.

Низький рівень психологічної готовності зафіксовано у 31 % дітей, які демонструють фрагментарне ставлення до навчальної діяльності та ситуативний інтерес до школи. Їхня поведінка відзначається імпульсивністю, недостатньою самостійністю, частими відволіканнями, труднощами у виконанні завдань, що потребують уваги, посидючості та логічного мислення. Емоційна нестійкість та несприятливі реакції на зауваження або невдачі ускладнюють взаємодію з однолітками та педагогами. Діти мають недостатньо розвинені навички організації власної діяльності та самоконтролю, а також схильні до тривожності або невпевненості у новому соціальному середовищі. Для підвищення рівня їхньої готовності до навчання необхідне систематичне застосування диференційованих корекційно-розвивальних програм, що включають розвиток когнітивних, мотиваційних, емоційних і вольових компонентів підготовки до школи, створення ситуацій успіху та посилення внутрішньої мотивації.

Отже, інтерпретація результатів дослідження свідчить, що переважна більшість майбутніх учнів (78 %) демонструють середній або низький рівень психологічної готовності, що вказує на потребу в цілеспрямованій педагогічній і психологічній підтримці для ефективної адаптації до шкільного середовища. При цьому близько чверті дітей (22 %) мають високий рівень готовності, що свідчить про сформованість важливих компонентів готовності та потенціал для успішного включення в освітній процес.

Висновок до розділу 2

1. Діагностичний інструментарій, призначений для вивчення готовності майбутніх учнів до навчання у школі, передбачає комплексну оцінку основних її компонентів: мотиваційного, інтелектуального, вольового та емоційного. Використання спеціалізованих методик, серед яких тест М. Гінзбурга для оцінки мотиваційного компонента, орієнтовний тест Керна-Йїрасека для визначення інтелектуальної готовності, тест «Графічний диктант» для аналізу рівня вольового розвитку та методика «Гарна, погана дитина і я» для оцінки емоційного компоненту, дозволяє всебічно зафіксувати рівень сформованості навичок, умінь, мотиваційних пріоритетів, здатності до саморегуляції та рівень соціальної адаптації дітей перед вступом до школи.

2. Узагальнення даних емпіричного дослідження демонструє, що високий рівень психологічної готовності до навчання спостерігається у 22 % майбутніх учнів, середній рівень – у 47 %, а низький – у 31 %. Ці показники свідчать про переважання середнього рівня сформованості компонентів психологічної готовності та підкреслюють необхідність цілеспрямованого педагогічно-психологічного супроводу дітей із нижчим рівнем підготовленості для забезпечення їх ефективної адаптації до умов шкільного навчання.

РОЗДІЛ 3

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИЙ СУПРОВІД АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ У ШКОЛІ

3.1. Програма психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання у школі

В сучасному освітньому просторі, орієнтованому на забезпечення успішного старту кожної дитини в шкільному середовищі, проблема системного формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання надзвичайно важлива. Оскільки перехід від дошкільного віку до шкільного пов'язаний із суттєвими змінами у пізнавальній сфері, мотивації, здатності до емоційно-вольової регуляції, емоційно-соціальних взаємодій, що потребує цілеспрямованого психолого-педагогічного супроводу, то саме цілісна програма підготовки дітей до школи забезпечує системність і послідовність підготовчого процесу, створює умови для розвитку основних психічних функцій і формування новоутворень, необхідних для ефективного навчання.

Сучасна освітня практика демонструє підвищену увагу до формування психологічної готовності майбутніх учнів, що реалізується як у закладах дошкільної освіти, так і у сімейному середовищі. Одночасно активно ведеться пошук ефективних методичних підходів і технологій організації підготовки дітей до школи, які спрямовані на розвиток когнітивних компетентностей, саморегуляції, пізнавальної заходи та соціальної адаптації. У цьому контексті створюються комплексні програми та методики, що визначають також рівень компетентності педагогів і батьків у процесі підготовки дитини до навчання (Л. Артемова, А. Богуш, Г. Беленька, Н. Гавриш та ін.).

З метою цілеспрямованого формування психологічної готовності майбутніх учнів нами була розроблена програма «Готуємося до школи», що включає 10 тематично структурованих занять. Програма розрахована на дітей із середнім та низьким рівнем сформованості готовності до навчання, визначеним на основі результатів попередньої діагностики основних психологічних компонентів готовності. Систематичне опрацювання тренінгових вправ, ігор та

інтерактивних завдань у межах програми сприяє всебічному розвитку когнітивних, мотиваційних, емоційних і вольових аспектів психологічної готовності, а також стимулює формування впевненості у власних силах та здатності долати труднощі, пов'язані з навчальною діяльністю.

Метою програми є цілеспрямоване формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі шляхом розвитку всіх її компонентів, що забезпечує успішну адаптацію до освітнього процесу, активну участь у заняттях і конструктивну взаємодію з педагогами та однолітками.

Завдання програми «Готуємося до школи» включають:

1. Розвиток когнітивних навичок – уваги, пам'яті, мислення, мовленнєвих та пізнавальних здібностей, необхідних для ефективного засвоєння матеріалу.
2. Формування мотиваційної готовності – підтримка інтересу до пізнавальної діяльності та формування позитивного ставлення до навчання.
3. Розвиток емоційно-вольових якостей – здатності до самоконтролю, подолання труднощів, довільного регулювання поведінки та адекватної самооцінки у процесі виконання завдань.
4. Сприяння соціальній адаптації – формування навичок співпраці з однолітками, прийняття соціальних ролей та дотримання правил взаємодії.
5. Підвищення самостійності та відповідальності – через структуровані ігрові та навчальні вправи.
6. Подолання страхів і тривожності, пов'язаних із майбутньою шкільною діяльністю, шляхом психологічної підтримки, сюжетно-рольових ігрових технік та спеціально організованих вправ.
7. Забезпечення цілісності психолого-педагогічного супроводу – через взаємодію практичного психолога, вихователів і батьків для комплексного формування всіх компонентів психологічної готовності.
8. Використання диференційованого підходу – з урахуванням індивідуальних рис, темпу розвитку та психологічних потреб кожної дитини.

Зміст та структура програми передбачають поетапний розвиток мотиваційного, когнітивного, емоційного та вольового компонентів, інтеграцію ігрових і навчальних завдань, а також поступове ускладнення вправ відповідно

до індивідуальних особливостей дітей. Узагальнені дані про зміст і послідовність реалізації програми наведені у табл. 3.1, що демонструє системність підходу та забезпечує комплексне формування психологічної готовності майбутніх учнів до шкільного навчання.

Таблиця 3.1

Програма формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі «Готуємося до школи»

Тема заняття	Мета заняття	Вправи та ігри
Заняття 1. Знайомство та орієнтація на шкільне життя	Сприяти в майбутніх учнів встановленню доброзичливої атмосфери в групі та первинному ознайомленню дітей зі специфікою шкільного життя	Вступна бесіда, обговорення правил групи, гра «Інтерв'ю», гра «Пантоміма», бесіда-гра «Я йду до школи», рефлексія
Заняття 2. Мотивація до навчання та подолання страхів	Розвивати в майбутніх учнів позитивну навчальну мотивацію та знижувати рівень тривожності, пов'язаної з майбутнім навчанням у школі	Гра «Готуємося до школи», колективне малювання «Я малюю школу», групове обговорення, рефлексія
Заняття 3. Довільна увага та саморегуляція	Формувати в майбутніх учнів вміння довільної концентрації уваги та навички самоконтролю поведінки в навчальній діяльності	Гра «Пташка», вправа «Знайди і розфарбуй фігурки», гра «Сокіл і лис», вправа «Я не можу – я можу – я спробую», рефлексія
Заняття 4. Зорово-просторове сприйняття та пам'ять	Розвивати в майбутніх учнів зорово-просторове сприйняття, пам'ять і здатність до довільної організації пізнавальної діяльності	Гра «Пташка», вправа «Складаємо фігурки», гра «Сусід», вправа «Знайди і розфарбуй фігурки», рефлексія
Заняття 5. Розвиток слухової та зорової пам'яті, дрібної моторики	Сприяти розвитку пам'яті та дрібної моторики майбутніх учнів як передумови формування навичок письма	Вправа «Нагодуй цуценя», вправа «Муха», вправа «Складаємо фігурки», гра «Сусід», вправа «Штрихування елементів картинки», рефлексія
Заняття 6. Комплексний розвиток уваги та моторики	Забезпечити інтегрований розвиток уваги й моторних умінь в майбутніх учнів у процесі ускладненої діяльності	Вправа «Нагодуй цуценя», вправа «Муха», вправа «Складаємо фігурки» (ускладнена), гра «Сокіл і лис», вправа «Штрихування елементів картинки», рефлексія
Заняття 7. Розвиток мовлення та логічного мислення	Активізувати мовленнєву діяльність в майбутніх учнів та розвивати логічні операції мислення	Вправи «Назви одним словом», «Назви три предмети», вправа «Муха», вправа «Штрихування елементів картинки», гра «Сокіл і лис», вправа «Складаємо фігурки» (ускладнена), рефлексія

Заняття 8. Просторове мислення та логічні операції	Формувати в майбутніх учнів вміння виконувати логічні операції на основі просторових уявлень і довільної уваги	Вправа «Назви предмет за ознакою», вправа «Намалюй фігуру по крапках», вправа «Австралійський дощик», вправа «Магічний квадрат», рефлексія
Заняття 9. Розвиток аналізу та синтезу	Розвивати в майбутніх учнів навички аналізу й синтезу, логічного мислення та зорово-просторового орієнтування	Вправи «Заміни на протилежне», «Живе чи не живе», «Підбери предмет за ознакою», вправа «Намалюй по клітинках», вправа «Австралійський дощик», вправа «Монгольський квадрат», рефлексія
Заняття 10. Закріплення знань та навичок	Узагальнити та закріпити сформовані знання й уміння з урахуванням інтересів і вибору майбутніх учнів	Ігри та вправи на закріплення навичок, підсумкова бесіда, обговорення побажань, рефлексія

Запропонована програма формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі передбачає системний моніторинг психічного розвитку дітей із урахуванням рівня сформованості ключових компонентів психологічної готовності. Програма передбачає надання диференційованої підтримки дітям із середнім та низьким рівнем готовності, поступове ознайомлення з особливостями шкільного навчання, а також розвиток умінь ефективної адаптації до освітнього середовища початкової школи. Реалізація програми «Готуємося до школи» створює умови для комплексного розвитку особистості дитини, підвищує впевненість у власних силах і сприяє формуванню готовності до успішного включення у навчальне середовище.

Програма «Готуємося до школи» структурована у три взаємопов'язані блоки: підготовчий (2 години), основний (6 годин) та заключний (2 години). Кожне заняття має чітку послідовність: актуалізація попереднього досвіду дитини, визначення навчальної мети, добір завдань для розвитку психологічної готовності, підтримка самовираження та довірливого спілкування, підведення підсумків. Програма орієнтована на дітей із низьким та середнім рівнем психологічної готовності, визначеним за результатами попередньої діагностики, і передбачає системну роботу над розвитком довільної уваги, саморегуляції, пам'яті, просторового сприйняття, дрібної моторики, логічного мислення та комунікативних навичок майбутніх учнів.

Заняття реалізуються у формі бесід, ігор, творчих вправ, роботи в парах або малих групах, що забезпечує розвиток соціальної взаємодії, навичок співпраці та вміння працювати у колективі. Такий підхід дозволяє формувати мотиваційний, когнітивний, емоційний та вольовий компоненти психологічної готовності дітей, створюючи основу для подальшого успішного навчання у школі. Далі детально охарактеризуємо зміст занять програми, спрямованих на формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі.

Заняття 1. Знайомство та орієнтація на шкільне життя.

Мета: створити психологічно безпечну та доброзичливу атмосферу для роботи в групі, сформувати первинне відчуття спільності й довіри, ознайомити майбутніх учнів із базовими правилами взаємодії, активізувати їхні уявлення про школу та розвивати орієнтацію в соціальному й предметному середовищі.

Заняття розпочинається з інтерактивного знайомства, під час якого діти представляють себе, називають свої інтереси, очікування та дізнаються більше одне про одного, що сприяє формуванню почуття належності до колективу. Гра «Інтерв'ю» стимулює розвиток комунікативних умінь, навичок слухання, вміння ставити запитання та орієнтуватися у просторі взаємодії з партнером. Бесіда-гра «Я йду до школи!» активізує попередній досвід та уявлення дітей про шкільне життя, правила поведінки, роль учителя й учня. Гра «Пантоміма», у якій діти відтворюють типові шкільні ситуації без слів, сприяє прийняттю ролі учня, зниженню тривожності перед новим середовищем і розвитку емоційної виразності. Завершується заняття рефлексією, що допомагає усвідомити власні почуття та сформувати позитивне ставлення до майбутнього навчання.

Заняття 2. Мотивація до навчання та подолання страхів.

Мета: підтримати інтерес до навчальної діяльності, сформувати позитивне ставлення до школи, знизити рівень страху перед новими вимогами та посилити внутрішню мотивацію до пізнання.

Заняття починається з повторення матеріалу попередньої зустрічі, що сприяє закріпленню відчуття стабільності та передбачуваності. Гра «Готуємося до школи» формує позитивний образ навчання, моделюючи ситуації успіху та заохочуючи дітей до активної участі. Руханка «Ведмедики» сприяє зниженню

психофізичної напруги, нормалізує емоційний стан та підвищує рівень активності. У творчому блоці «Я малюю школу» діти відображають свої очікування, переживання й уявлення про шкільне життя, що дає змогу виявити можливі страхи та трансформувати їх через символічне вираження. Обговорення малюнків сприяє розвитку рефлексії, емпатії та підтримці позитивного ставлення майбутніх учнів до навчання.

Заняття 3. Довільна увага та саморегуляція.

Мета: розвивати здатність до концентрації уваги, самоконтролю поведінки та формувати мотивацію до цілеспрямованої діяльності.

Заняття розпочинається з актуалізації попереднього досвіду, що допомагає майбутнім учням усвідомити значення уважності та самоконтролю в навчальній діяльності. Педагог організовує коротку бесіду про ситуації, у яких уважність допомагає уникнути помилок і досягти успіху. Гра «Пташка» спрямована на розвиток довільної уваги, швидкості реагування та здатності контролювати власні рухи відповідно до заданих сигналів, що формує навички регуляції поведінки. Під час виконання вправи діти навчаються стримувати імпульсивні реакції та діяти відповідно до правил. Вправа «Знайди і розфарбуй фігурки» тренує зосередженість, точність виконання завдань і координацію рухів руки, що є важливим для подальшого оволодіння письмом. Педагог акцентує увагу на необхідності доводити розпочату справу до кінця та працювати уважно. Гра «Сокіл і лис» моделює навчальну ситуацію з чітко визначеними правилами, формує здатність діяти за інструкцією та контролювати імпульсивність. У процесі гри діти вчаться дотримуватися правил взаємодії та зосереджувати увагу на поставленому завданні. Вправа «Я не можу – я можу – я спробую» сприяє формуванню внутрішньої мотивації та віри у власні можливості. Діти вчаться позитивно оцінювати свої зусилля та сприймати труднощі як можливість розвитку. Педагог підтримує кожну спробу дитини виконати завдання, формуючи атмосферу психологічної безпеки. Наприкінці заняття проводиться коротка рефлексія, під час якої діти діляться власними враженнями та усвідомлюють значення уважності для навчання.

Заняття 4. Зорово-просторове сприйняття та пам'ять.

Мета: розвивати здатність контролювати увагу, формувати зорову пам'ять, спостережливість і просторове мислення.

Заняття починається з повторення попереднього матеріалу, що сприяє закріпленню сформованих навичок та усвідомленню їх практичної значущості. Педагог пропонує дітям пригадати ігри попереднього заняття та пояснити, чому уважність є важливою. Гра «Пташка» активізує увагу, швидкість реакції та здатність зосереджуватися на сигналах. Вона створює емоційно позитивну атмосферу і налаштовує дітей на активну діяльність. Вправа «Складаємо фігурки» сприяє розвитку просторового мислення, зорової пам'яті та здатності аналізувати структуру об'єктів. Діти навчаються співвідносити частини з цілим і відтворювати форму за зразком. Педагог заохочує дітей пояснювати свої дії, що сприяє усвідомленню мисленневих процесів. Гра «Сусід» формує довільність поведінки, навички співпраці та здатність працювати у команді. Діти вчаться орієнтуватися у просторі та враховувати дії інших учасників. Повторне виконання вправи «Знайди і розфарбуй фігурки» підсилює концентрацію уваги та точність рухів. Педагог звертає увагу на акуратність та послідовність дій. У процесі заняття діти вчаться контролювати власну діяльність та планувати послідовність виконання завдань. Завершальна рефлексія допомагає усвідомити значення уважності та спостережливості у повсякденному житті.

Заняття 5. Розвиток слухової та зорової пам'яті, дрібної моторики.

Мета: формувати слухову та зорову пам'ять, довільну увагу, просторове сприйняття та дрібну моторику як основу успішної навчальної діяльності.

Заняття розпочинається з актуалізації попередніх знань і створення мотивації до подальшої роботи. Педагог обговорює з дітьми, як пам'ять допомагає навчатися та запам'ятовувати важливу інформацію. Вправа «Нагодуй цуценя» тренує слухову пам'ять, здатність утримувати послідовність інструкцій та точно їх виконувати. Діти навчаються уважно слухати та діяти відповідно до почутого. Вправа «Муха» розвиває довільну увагу та орієнтацію у просторі, формуючи здатність координувати рухи відповідно до словесних вказівок. Вправа «Складаємо фігурки» удосконалює координацію рухів рук і зорове сприйняття. Діти аналізують форму об'єктів і відтворюють їх, що стимулює

аналітико-синтетичні процеси. Гра «Сусід» сприяє розвитку соціальної взаємодії та взаємодопомоги. Учасники вчаться підтримувати одне одного та працювати узгоджено. Додаткова вправа «Штрихування елементів картинки» стимулює розвиток дрібної моторики, посидючості та точності рухів. Педагог наголошує на важливості акуратності та старанності. У процесі заняття діти набувають досвіду тривалої зосередженості. Підсумкова бесіда допомагає усвідомити значення пам'яті та точності рухів для успішного навчання.

Заняття 6. Комплексний розвиток уваги та моторики.

Мета: забезпечити системний розвиток слухової та зорової пам'яті, довільної уваги, просторового сприйняття та дрібної моторики.

Заняття передбачає повторення попередніх вправ для закріплення сформованих умінь і навичок. Педагог наголошує на тому, що регулярне тренування допомагає досягти кращих результатів. Вправа «Нагодуй цуценя» удосконалює слухову пам'ять і послідовність дій. Діти вчаться точно відтворювати почуті інструкції. Вправа «Муха» сприяє розвитку уваги та орієнтації у просторі. Вона формує здатність швидко реагувати на словесні сигнали. Ускладнене виконання вправи «Складаємо фігурки» розвиває аналітико-синтетичні процеси та координацію рухів. Діти вчаться аналізувати структуру об'єктів та відтворювати складні форми. Гра «Сокіл і лис» формує здатність до самоконтролю, концентрації та дотримання правил. Вона моделює ситуації, у яких необхідно діяти уважно та послідовно. Вправа «Штрихування елементів картинки» підтримує стійкість уваги та зміцнює дрібну моторику. Педагог заохочує дітей працювати акуратно та уважно. У процесі заняття формується здатність доводити справу до завершення. Наприкінці заняття діти обговорюють власні успіхи та труднощі.

Заняття 7. Розвиток мовлення та логічного мислення.

Мета: формувати в майбутніх учнів здатність до узагальнення, логічного мислення, довільної уваги та саморегуляції.

Заняття розпочинається з актуалізації попереднього досвіду та налаштування дітей на мовленнєву активність. Педагог пропонує пригадати знайомі предмети та їх ознаки. Ігри «Назви одним словом» та «Назви три

предмети» стимулюють розвиток логічного мислення, узагальнення та мовленнєвої активності. Діти вчаться виділяти спільні ознаки та групувати предмети. Педагог заохочує повні відповіді та пояснення. Вправа «Муха» розвиває увагу та швидкість реакції. Вправа «Штрихування елементів картинки» формує точність рухів і координацію. Гра «Сокіл і лис» сприяє формуванню самоконтролю та здатності дотримуватися правил. Вона формує волюву регуляцію поведінки. Вправа «Складаємо фігурки» тренує просторове сприйняття та аналітичні навички. Діти вчаться аналізувати форму та структуру об'єктів. У процесі заняття розвивається зв'язне мовлення майбутніх учнів та їх здатність логічно мислити. Завершальна рефлексія дітей сприяє усвідомленню важливості мислення та мовлення у навчанні.

Заняття 8. Просторове мислення та логічні операції.

Мета: розвивати логічне мислення, навички класифікації, довільну увагу та здатність виділяти частини цілого.

Після повторення попереднього матеріалу педагог акцентує увагу на важливості вміння порівнювати та систематизувати інформацію. Гра «Назви предмет за ознакою» формує навички класифікації та систематизації. Діти вчаться визначати суттєві ознаки предметів. Педагог заохочує аргументувати відповіді. Вправа «Намалюй фігурку по крапках» тренує просторове мислення та координацію рук. Вона сприяє розвитку точності та послідовності дій. Руханка «Австралійський дощик» знімає психофізичну напругу та підтримує працездатність дітей. Вона допомагає переключити увагу та відновити енергію. Вправа «Магічний квадрат» розвиває логіко-аналітичні здібності та здатність бачити структуру цілого. Діти навчаються виділяти частини та складати їх у цілісну форму. У процесі заняття формується здатність мислити системно. Завершальна бесіда допомагає усвідомити значення логічного мислення.

Заняття 9. Розвиток здатності до аналізу та синтезу.

Мета: формувати здатність до логічного аналізу, розвивати зорове сприйняття та просторове мислення.

Заняття починається з узагальнення попередніх знань і налаштування на аналітичну діяльність. Вправи «Заміни на протилежне» та «Живе чи неживе»

розвивають логічне мислення, категоризацію та мовленнєві навички. Діти вчаться аналізувати значення слів і класифікувати об'єкти. Педагог стимулює пояснення відповідей. Вправа «Намалюй по клітинках» тренує зоровий аналіз і довільну увагу. Вона сприяє розвитку просторової орієнтації. Вправи «Австралійський дощик» і «Монгольський квадрат» сприяють розвитку просторового мислення та координації рук. Діти навчаються узгоджувати рухи та аналізувати структуру зображення. Виконання завдань сприяє розвитку дрібної моторики. Педагог підтримує уважність і точність виконання. У процесі заняття формується здатність аналізувати та синтезувати інформацію. Підсумкова рефлексія допомагає усвідомити власні досягнення.

Заняття 10. Закріплення знань та навичок.

Мета: узагальнити набутий досвід, удосконалити сформовані навички, стимулювати самостійність і готовність до навчання.

Заняття розпочинається з повторення матеріалу та бесіди-ігри «Я йду до школи!», що актуалізує уявлення про шкільне життя. Педагог пропонує дітям пригадати, що вони вже знають про школу та роль учня. Гра «Готуємося до школи» зміцнює позитивну мотивацію до навчання та формує впевненість у власних силах. Вправи «Сокіл і лис» та «Пташка» розвивають довільну увагу та саморегуляцію. Діти демонструють здатність діяти за правилами та контролювати поведінку. Практичні завдання «Складаємо фігурки» та «Нагодуй цуценя» стимулюють розвиток зорової й слухової пам'яті. Вони допомагають узагальнити набуті навички. Руханки «Ведмедики», «Австралійський дощик» та «Будь уважний» підтримують працездатність і сприяють розвитку просторового сприйняття. Діти виконують завдання з більшою самостійністю та впевненістю. Педагог відзначає успіхи кожного учасника. Завершальна рефлексія допомагає майбутнім учням усвідомити власні досягнення. Вона формує позитивну самооцінку та готовність до шкільного навчання.

Для батьків майбутніх школярів було розроблено психолого-педагогічний семінар «Формуємо психологічну готовність дитини до школи», який може бути використаний у практиці роботи психолога у взаємодії з педагогами та вихователями закладу дошкільної освіти (додаток Б). Семінар спрямований на

підвищення психолого-педагогічної компетентності батьків щодо особливостей переходу дитини до шкільного навчання. Його зміст орієнтований на формування у батьків розуміння структури психологічної готовності та ролі сімейного середовища у її становленні. У межах семінару розглядаються вікові особливості розвитку майбутніх учнів і типові труднощі адаптації до школи.

Особлива увага приділяється формуванню позитивної мотивації до навчання через підтримку інтересу до пізнання та створення ситуацій успіху в повсякденному житті. Батькам пропонуються практичні рекомендації щодо розвитку самостійності дитини, включаючи організацію режиму дня, формування навичок самообслуговування та відповідальності за виконання завдань. Значна частина семінару присвячена розвитку емоційної стабільності майбутніх школярів та формуванню навичок саморегуляції. Розглядаються способи зниження тривожності перед школою, підтримки впевненості у власних силах та формування позитивного образу шкільного життя. Батьків ознайомлюють із методами конструктивного спілкування з дитиною, техніками активного слухання та емпатійної підтримки.

Окремий блок присвячено формуванню сприятливого емоційного клімату в родині як чинника психологічної безпеки. Учасники семінару отримують рекомендації щодо розвитку довільної уваги, пам'яті та пізнавальної активності у домашніх умовах. Наголошується на важливості узгодженості виховних впливів сім'ї та закладу освіти для забезпечення безперервності розвитку дитини. Семінар також передбачає обговорення типових батьківських помилок у підготовці до школи та шляхів їх подолання. Практична частина включає вправи, міні-дискусії та аналіз життєвих ситуацій, що сприяє усвідомленню батьками власної ролі у формуванні готовності дитини до навчання.

Отже, програма «Готуємося до школи» є цілісною системою психолого-педагогічного супроводу формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання, спрямованою на поетапний розвиток ключових компонентів готовності – пізнавальних процесів, довільної регуляції поведінки, емоційної стійкості, комунікативних умінь та позитивної навчальної мотивації. Її зміст поєднує інтерактивні ігри, вправи на розвиток мислення, пам'яті й уваги, творчі

та рухові завдання, а також засоби формування самостійності й відповідальності, що забезпечує гармонійний розвиток особистості майбутнього учня. Реалізація програми сприяє зниженню тривожності, формуванню впевненості у власних можливостях і позитивного ставлення до школи, а також полегшує адаптацію до нових освітніх умов. Її використання у практиці роботи педагогів і практичних психологів створює сприятливі умови для успішного входження дитини у шкільне життя та подальшого особистісного розвитку.

3.2. Рекомендації батькам і педагогам щодо оптимізації адаптації першокласників до навчання у школі

У сучасному освітньому просторі, що характеризується підвищеними вимогами до якості початкової освіти, особливої актуальності набуває науково обґрунтоване формулювання рекомендацій для батьків і педагогів щодо формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання в школі. Взаємодія родини та освітнього закладу створює основу для гармонійного розвитку дитини, формування її позитивного ставлення до школи, внутрішньої впевненості та мотивації до здобуття знань. Водночас недостатнє розуміння дорослими вікових особливостей майбутніх учнів і механізмів становлення їхньої психологічної готовності до шкільного навчання може призводити до труднощів адаптації та емоційного напруження.

Пропонуємо рекомендації для педагогів щодо ефективного формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання:

1. Стимулювання пізнавальної активності та навчальної мотивації майбутніх учнів. Педагогам слід систематично підтримувати інтерес дітей до навчальної діяльності за допомогою інтерактивних методів, включно з навчальними іграми, рольовими ситуаціями та проєктивними завданнями, що моделюють шкільне середовище. Важливо створювати умови, у яких кожен майбутній першокласник відчуває успіх навіть під час виконання найпростіших завдань. Рекомендовано застосовувати позитивне підкріплення, словесні

схвалення та символічні ігрові винагороди, що сприяють усвідомленню дитиною цінності власних зусиль і підвищують готовність до навчальної діяльності.

2. Розвиток довільної уваги та когнітивних функцій майбутніх учнів. Для формування здатності тривалий час концентруватися на завданні доцільно поступово ускладнювати вправи та збільшувати час їх виконання. Ефективними є завдання на пошук відмінностей, складання пазлів, розфарбовування за схемою та вправи з поступовим нарощуванням елементів. Використання ритмічних та музичних сигналів допомагає переключати увагу між різними видами діяльності та утримувати її на обраному об'єкті. Моделювання ігрових навчальних ситуацій, де дитина виступає в ролі школяра, сприяє розвитку концентрації, послідовності дій і адаптації до шкільного режиму.

3. Формування саморегуляції та емоційної стабільності майбутніх учнів. Самоконтроль і здатність регулювати власні емоції є ключовими аспектами психологічної готовності, оскільки вони забезпечують успішну інтеграцію майбутніх учнів у класний колектив. Педагогам рекомендується моделювати навчальні ситуації, у яких діти поступово засвоюють правила поведінки та послідовність дій. Ефективними є групові ігри з обмеженням часу, вправи «Я роблю правильно – я роблю неправильно», а також методики самоперевірки. Для зміцнення саморегуляції доцільно застосовувати релаксаційні та дихальні техніки, при цьому педагог має забезпечувати зворотний зв'язок, підкреслюючи успіхи та виправляючи помилки без формування страху перед невдачею.

4. Комплексний розвиток когнітивних, соціальних та емоційних навичок майбутніх учнів. Педагогам доцільно поєднувати розвиток зорової та слухової пам'яті, логічного мислення, просторового сприйняття та дрібної моторики з формуванням соціальної компетентності та емоційної регуляції. Вправи на запам'ятовування та відтворення інформації, малювання за схемою, порівняння образів, рольові та групові ігри допомагають майбутнім першокласникам координувати дії у колективі та ефективно управляти власними емоціями. Чергування завдань на коротко- та довгострокову пам'ять, а також організація взаємодії з однолітками сприяють всебічному розвитку мотиваційних, когнітивних і соціально-емоційних складових психологічної готовності.

5. Розвиток слухової пам'яті та аудіальної уваги майбутніх учнів. Для ефективної підготовки майбутніх учнів до школи педагогам рекомендується використовувати вправи, що стимулюють розвиток слухової пам'яті. Вона є важливою для сприйняття вербальної інформації, розуміння інструкцій і формування письмових навичок. До таких вправ належать ігри на запам'ятовування послідовностей звуків, ритмічних мелодій і коротких текстових інструкцій, де дитина відтворює почуте у правильному порядку. Використання вправ «Повторюємо за мною» та «Слухові ланцюжки» сприяє концентрації уваги на аудіальній інформації та її утриманню протягом необхідного часу, що прямо впливає на готовність до навчальної діяльності.

6. Формування просторового сприйняття та орієнтації майбутніх учнів у навколишньому середовищі. Педагогам доцільно систематично організовувати діяльність, спрямовану на розвиток здатності майбутніх учнів усвідомлювати просторові взаємозв'язки між об'єктами та орієнтуватися у реальному й умовному просторі. Важливо використовувати вправи на конструювання, складання фігур із частин, орієнтування за схемами та маршрутами, що формують уявлення про форму, розмір, напрям і розташування предметів. Ефективним є поєднання практичних дій із вербальним супроводом, коли дитина описує просторові відношення («ліворуч», «праворуч», «вище», «нижче», «попереду», «позаду»), що сприяє розвитку мовленнєво-мисленнєвих операцій. Доцільно включати ігри на орієнтацію у приміщенні та на подвір'ї, використання карт-схем, лабіринтів, настільних вправ і рухових завдань, які формують здатність планувати маршрут і передбачати результат дій. Систематичне формування просторових уявлень створює основу для успішного оволодіння письмом, читанням і математичними операціями.

7. Розвиток дрібної моторики та координації рук майбутніх учнів. Розвиток дрібної моторики має розглядатися як важлива передумова підготовки руки до письма та загальної навчальної діяльності, тому педагогам варто включати до занять різноманітні вправи, що потребують точних і скоординованих рухів пальців і кисті. Ефективними є штрихування, малювання за контурами, вирізання, аплікації, складання паперових фігур, робота з конструкторами та

маніпулювання дрібними предметами, які стимулюють нейропсихологічні механізми письма. Доцільно поєднувати моторні вправи з пізнавальними завданнями, що підтримує увагу та інтерес, а також сприяє інтеграції сенсомоторного й когнітивного розвитку. Особливу увагу слід приділяти вправам на координацію обох рук і розвиток зорово-рухової координації, що підвищує точність рухів і організованість діяльності учнів.

8. Зниження страхів і тривожності, розвиток емоційної саморегуляції майбутніх учнів. Педагогам важливо створювати емоційно безпечне освітнє середовище, у якому майбутні учні можуть відкрито висловлювати свої переживання та отримувати підтримку, що знижує рівень тривожності перед школою. Доцільно використовувати рольові ігри та моделювання шкільних ситуацій, які допомагають дітям осмислювати нові соціальні ролі та формують відчуття передбачуваності й контролю. Включення релаксаційних вправ, дихальних технік, елементів арттерапії та коротких пауз для емоційного розвантаження сприяє стабілізації емоційного стану. Педагог має забезпечувати конструктивний зворотний зв'язок, підкреслюючи успіхи та коректно коригуючи помилки без формування в дітей страху невдачі.

9. Розвиток логічного мислення та аналітичних навичок майбутніх учнів. З метою формування логічного мислення рекомендується використовувати завдання на класифікацію, порівняння, узагальнення, встановлення причинно-наслідкових зв'язків і виділення суттєвих ознак предметів та явищ. Доцільно застосовувати дидактичні ігри, логічні задачі, сортування предметів за ознаками, складання послідовностей та вправи на пошук закономірностей, що стимулюють аналітичну діяльність. Важливо супроводжувати виконання завдань обговоренням способів розв'язання, що формує вміння аргументувати власну думку та робити висновки. Проблемні ситуації та запитання відкритого типу стимулюють пізнавальну активність і розвивають здатність до самостійного мислення. Систематичний розвиток логічних операцій забезпечує готовність майбутніх учнів до засвоєння навчального матеріалу.

10. Розвиток комунікативних навичок майбутніх учнів та взаємодії з однолітками. Формування комунікативної компетентності дитини передбачає

організацію освітньої діяльності, у якій майбутні учні активно взаємодіють між собою, навчаються слухати, висловлювати власні думки та враховувати позиції інших. Педагогам доцільно використовувати групові завдання, рольові ігри, дискусійні вправи та колективні творчі проєкти, що розвивають навички співпраці й взаєморозуміння. Важливим є навчання правил конструктивного спілкування, вміння домовлятися, дотримуватися черговості висловлювань і вирішувати конфлікти мирним шляхом. Моделювання соціальних ситуацій у безпечному освітньому середовищі сприяє формуванню емпатії. Розвинені комунікативні навички полегшують адаптацію до шкільного колективу та сприяють формуванню позитивного соціального досвіду.

11. Інтеграція ігрових методик у навчальний процес майбутніх учнів. Ігрові методики слід розглядати як провідний засіб формування психологічної готовності до навчання, оскільки гра забезпечує природну мотивацію, емоційне залучення та активізацію пізнавальних процесів. Педагогам варто систематично використовувати сюжетно-рольові, дидактичні, рухливі та настільні ігри, що моделюють навчальні ситуації та дозволяють дітям засвоювати нові знання у доступній формі. Ігровий підхід створює безпечний простір для експериментів, помилок і самовираження, що сприяє формуванню впевненості та адаптивності. Важливо поєднувати індивідуальні й групові ігрові завдання для одночасного розвитку когнітивних і соціальних навичок. Системне використання гри забезпечує плавний перехід від ігрової діяльності до навчальної.

12. Формування в майбутніх учнів усвідомлення власної успішності. Педагогам необхідно формувати у дітей здатність усвідомлювати власні досягнення та труднощі через організацію рефлексивної діяльності. Доцільно використовувати вправи самооцінки, обговорення результатів виконаних завдань, символічні позначки успіху та рефлексивні бесіди, що сприяють розвитку адекватної самооцінки. Важливо підкреслювати зусилля та прогрес, а не лише кінцевий результат, що стимулює внутрішню мотивацію до навчання. Підтримка позитивного образу «я – успішний учень» формує впевненість у власних можливостях і готовність долати труднощі. Систематична рефлексія сприяє розвитку самоконтролю, відповідальності та навчальної мотивації.

13. Розвиток уяви та творчих здібностей майбутніх учнів. Розвиток творчого потенціалу є важливим чинником формування гнучкого мислення та адаптивності до нових освітніх умов. Педагогам рекомендується включати творчі завдання – малювання, ліплення, конструювання, драматизацію та колективні проєкти, які стимулюють самовираження та ініціативність. Важливо створювати середовище, у якому відсутні жорсткі критерії «правильності», що сприяє розвитку креативності та критичного мислення. Поєднання творчої діяльності з вербальним обговоренням результатів розвиває мовлення й рефлексивні навички. Систематичний розвиток уяви сприяє емоційній виразності, пізнавальній активності та інтелектуальній гнучкості.

14. Інтеграція рухової активності майбутніх учнів у навчальний процес. Рухова активність є важливою умовою підтримки психофізичного здоров'я та оптимального рівня працездатності майбутніх учнів. Педагогам доцільно включати рухливі вправи, фізкультхвилинки та координаційні ігри у структуру занять для запобігання перевтомі та підтримки концентрації уваги. Чергування статичних і рухових видів діяльності сприяє кращому засвоєнню матеріалу та підвищує інтерес до навчання. Рухові вправи з правилами розвивають самоконтроль, дисципліну та здатність діяти у колективі. Систематичне поєднання навчальної та фізичної активності створює позитивне емоційне тло та підвищує готовність до навчальної діяльності.

15. Співпраця педагогів і батьків у підготовці майбутніх учнів до школи. Ефективне формування готовності до навчання потребує узгодженої взаємодії педагогів і батьків, спрямованої на створення єдиного виховного простору. Педагогам варто проводити консультації, семінари та індивідуальні бесіди з батьками щодо розвитку уваги, пам'яті, емоційної регуляції та навчальної мотивації дітей. Важливо надавати рекомендації щодо організації домашнього режиму, навчально-ігрової діяльності та підтримки самостійності дитини. Спільне обговорення успіхів і труднощів сприяє своєчасному виявленню проблем адаптації та пошуку ефективних шляхів їх подолання. Системна співпраця сім'ї та закладу освіти забезпечує психологічний комфорт дитини,

зміцнює її впевненість у власних можливостях і створює умови для успішного входження у шкільне життя.

Наведемо комплекс рекомендацій для батьків щодо формування психологічної готовності майбутніх учнів до навчання.

1. Забезпечення емоційної безпеки майбутніх учнів. Батькам необхідно створити для дитини середовище емоційної стабільності та підтримки, у якому вона може відкрито висловлювати свої переживання, сумніви та радощі. Емоційна стабільність є базовим компонентом психологічної готовності до школи. Регулярне обговорення почуттів дитини, увага до позитивних і негативних емоцій, а також демонстрація власної емпатії сприяють формуванню довіри та підтримки [15, 37]. Доцільним є застосування методів активного слухання, коли батьки перефразовують або повторюють слова дитини, щоб вона відчула розуміння. Під час опанування нових навичок слід уникати критики та осуду, оскільки страх невдачі може знижувати мотивацію до навчання [45].

2. Поступове ознайомлення майбутніх учнів з шкільним середовищем. Батькам рекомендується знайомити майбутніх учнів із шкільним середовищем через відвідування класів, обговорення навчальних предметів, ролі вчителя та розпорядку дня. Це допомагає знизити рівень тривожності та сформувати позитивне ставлення до навчання. Ефективними є рольові ігри, наприклад «Гра у школу», де дитина моделює ролі учителя та учня, а також структуровані завдання на кшталт навчальних ігор, розфарбовування за зразком чи складання простих пазлів. Стимулювання майбутніх учнів ставити запитання та висловлювати власні очікування щодо школи формує навички самоконтролю.

3. Підтримка навчальної мотивації майбутніх учнів. Підтримка інтересу майбутніх учнів до навчання є важливою складовою психологічної підготовки. Батькам слід демонструвати позитивне ставлення до читання, письма, рахунку та пізнання нового, а також заохочувати старанність дитини, а не лише результат. Використання ігор із навчальним змістом, таких як складання слів із букв, рахункові вправи або творчі завдання, поєднує навчання з практичним і емоційним залученням. Короткі домашні «уроки», де дитина сама обирає

послідовність виконання завдань, сприяють розвитку почуття контролю та відповідальності за власні дії.

4. Розвиток довільної уваги майбутніх учнів. Батькам доцільно організовувати діяльність, що сприяє формуванню здатності дитини свідомо концентруватися на завданні та утримувати увагу протягом визначеного часу. Ефективними є настільні ігри, складання пазлів, малювання за зразком, завдання на пошук відмінностей або виконання інструкцій у певній послідовності, що тренують зосередженість і послідовність дій. Важливо починати з коротких і простих завдань, поступово збільшуючи їхню складність і тривалість, що сприяє розвитку стійкої концентрації. Використання таймера або ігрових правил («виконати завдання до сигналу») формує навички самоконтролю та регуляції уваги. Позитивне підкріплення за старанність і завершення роботи сприяє формуванню внутрішньої мотивації та готовності до навчальної діяльності.

5. Розвиток пам'яті майбутніх учнів. Розвиток пам'яті є важливою умовою успішного навчання, тому батькам слід використовувати різноманітні вправи на запам'ятовування, повторення та відтворення інформації. Ефективними є ігри на запам'ятовування послідовностей слів, предметів або дій, вправи на відтворення розташування об'єктів та асоціативне поєднання образів. Доцільно поєднувати слухову та зорову пам'ять через використання карток, схем, римування, мнемотехнік та коротких історій. Регулярне повторення інформації у зміненому контексті сприяє переходу від механічного до осмисленого запам'ятовування. Формування довільної пам'яті через ігрову діяльність і повсякденні ситуації забезпечує здатність дитини ефективно засвоювати навчальний матеріал.

6. Формування саморегуляції та емоційного контролю майбутніх учнів. Батькам важливо допомагати дитині розпізнавати власні емоції та навчати її способів їх конструктивного вираження і регулювання. Слід використовувати бесіди про почуття, «емоційні картки» або обговорення ситуацій, що сприяє усвідомленню емоційних станів і розвитку емоційного інтелекту. Практичними є дихальні вправи, короткі релаксаційні паузи та вправи на заспокоєння, які допомагають зменшити напруження. Важливо демонструвати власний приклад самоконтролю та пояснювати дитині способи подолання стресу або

розчарування. Послідовна підтримка та доброзичливе ставлення формують емоційну стійкість і впевненість у нових соціальних умовах.

7. Розвиток дрібної моторики майбутніх учнів. Розвиток дрібної моторики є важливою передумовою підготовки руки до письма, тому батькам рекомендується систематично включати вправи, що розвивають точність і координацію рухів пальців. Ефективними є штрихування, малювання по контурах, вирізання, ліплення, складання мозаїки, робота з конструктором та маніпулювання дрібними предметами. Доцільно поєднувати моторні вправи з ігровими завданнями, що підвищує мотивацію та емоційне залучення дитини. Вправи на координацію обох рук сприяють розвитку нейропсихологічних механізмів письма і покращують увагу. Регулярна практика формує посидючість, акуратність і готовність до письмової діяльності.

8. Формування комунікативних навичок майбутніх учнів. Батькам слід створювати умови для активного спілкування дитини з дорослими та однолітками, оскільки соціальні навички є важливою складовою психологічної готовності до школи. Рекомендується заохочувати дитину розповідати про події дня, висловлювати думки та ставити запитання, що сприяє розвитку мовлення і впевненості у спілкуванні. Рольові ігри та сімейні обговорення допомагають формувати навички слухання, домовленості та взаєморозуміння. Важливо навчати дитину чітко формулювати прохання, дотримуватися черговості у розмові та поважати думку інших. Систематичне тренування комунікативних умінь сприяє успішній адаптації до шкільного колективу.

9. Розвиток логічного мислення майбутніх учнів. Батькам доцільно включати у повсякденну діяльність завдання, що стимулюють мислення, класифікацію та встановлення причинно-наслідкових зв'язків. Ефективними є вправи на сортування предметів за ознаками, пошук «зайвого», розв'язування простих логічних задач і побудову послідовностей. Важливо ставити запитання «чому?» та «що буде, якщо?», стимулюючи дитину робити висновки самостійно. Обговорення рішень допомагає розвивати аналітичні навички та здатність аргументувати власну думку. Регулярні вправи формують здатність до узагальнення, систематизації інформації та критичного мислення.

10. Розвиток просторових уявлень майбутніх учнів. Формування просторових уявлень передбачає вправи, що розвивають здатність орієнтуватися у просторі та розуміти взаємне розташування предметів. Батькам рекомендується використовувати складання мозаїки, побудову моделей за схемою, малювання по точках, лабіринти та ігри на орієнтацію у кімнаті або на подвір'ї. Поєднання зорових, тактильних і рухових вправ сприяє інтеграції різних видів сприйняття. Використання понять «ліворуч», «праворуч», «вище», «нижче» у повсякденному мовленні допомагає дитині усвідомлювати просторові відношення. Розвинені просторові уявлення створюють основу для успішного оволодіння письмом, читанням і математикою.

11. Формування самостійності і відповідальності майбутніх учнів. Батькам слід поступово привчати дитину до самостійного виконання повсякденних завдань, що сприяє формуванню відповідальності та організованості. Практичними є доручення щодо підготовки робочого місця, складання шкільного приладдя або виконання нескладних домашніх завдань. Важливо надавати дитині право вибору послідовності виконання завдань, що розвиває відчуття автономії. Позитивне підкріплення за завершення справ без допомоги дорослих зміцнює внутрішню мотивацію. Формування самостійності сприяє розвитку впевненості та готовності до навчальної відповідальності.

12. Рольові ігри та моделювання шкільного середовища. Рольові ігри є ефективним засобом підготовки дитини до нової соціальної ролі учня. Батькам доцільно організовувати ігри, у яких моделюються типові шкільні ситуації, що допомагає дитині зрозуміти правила поведінки та структуру навчального процесу. Виконання ролей учителя й учня сприяє усвідомленню соціальних норм і розвитку самоконтролю. Обговорення ігрових ситуацій дозволяє дитині осмислити власні дії та способи взаємодії. Така діяльність знижує тривожність і формує позитивне ставлення до школи.

13. Фізичний розвиток та координація майбутніх учнів. Фізична активність є важливою умовою гармонійного розвитку та підвищення працездатності дитини. Батькам рекомендується забезпечувати щоденну рухову активність через рухливі ігри, вправи на координацію, баланс і витривалість. Регулярні

фізичні вправи сприяють розвитку моторики, концентрації уваги та емоційної стабільності. Важливо поєднувати фізичну активність із ігровими завданнями, що підтримує інтерес і мотивацію. Систематична рухова активність формує дисципліну та готовність до навчального режиму.

14. Розвиток творчих здібностей та уяви майбутніх учнів. Батькам слід включати творчі заняття у повсякденне життя дитини, зокрема малювання, ліплення, аплікації та складання історій. Розвиток уяви сприяє когнітивній гнучкості та творчому підходу до навчання. Важливо поєднувати творчість із вербальним описом дій, що розвиває мовлення та рефлексію. Методи «малювання емоцій» або створення уявних світів сприяють розвитку емоційного інтелекту. Творча діяльність формує ініціативність, самовираження та позитивне ставлення майбутніх учнів до навчання.

15. Підведення підсумків та розвиток саморефлексії майбутніх учнів. Батькам доцільно щоденно обговорювати з дитиною результати виконаних завдань і пережиті події, що сприяє розвитку саморефлексії. Використання вербальних обговорень, малюнків або символічних позначок допомагає дитині усвідомлювати власні успіхи та труднощі. Важливо заохочувати аналіз помилок і пошук способів їх виправлення, формуючи відповідальне ставлення до діяльності. Підтримка під час висловлення емоцій і думок сприяє розвитку критичного мислення та самооцінки. Систематична рефлексія формує здатність оцінювати власні дії та готує дитину до усвідомленої навчальної діяльності.

Отже, психологічні рекомендації для батьків і педагогів щодо формування готовності майбутніх учнів до навчання у школі мають на меті створення гармонійного, емоційно безпечного та стимулюючого середовища, де дитина поступово опановує нову соціальну роль школяра. Особлива увага приділяється єдності підходів сім'ї та закладу освіти, узгодженню виховних впливів, підтримці позитивної мотивації до навчання, формуванню впевненості у власних здібностях, а також розвитку самостійності, довільності майбутніх учнів та їх пізнавальної активності. Послідовне впровадження цих рекомендацій дозволяє попередити труднощі адаптації, знизити рівень тривожності, зміцнити віру дитини у власний успіх та забезпечити успішний старт у шкільному житті.

Висновок до розділу 3

1. Тренінгова програма «Готуємося до школи» є цілісною системою психолого-педагогічного супроводу, спрямованого на формування в майбутніх учнів психологічної готовності до навчання, спрямованою на поетапний розвиток ключових компонентів готовності – пізнавальних процесів, довільної регуляції поведінки, емоційної стійкості, комунікативних умінь та позитивної навчальної мотивації. Її зміст поєднує інтерактивні ігри, вправи на розвиток мислення, пам'яті й уваги, творчі та рухові завдання, а також засоби формування самостійності й відповідальності, що забезпечує гармонійний розвиток особистості майбутнього учня. Реалізація програми сприяє зниженню тривожності, формуванню впевненості у власних можливостях і позитивного ставлення до школи, а також полегшує адаптацію до нових освітніх умов. Її використання у практиці роботи педагогів і практичних психологів створює сприятливі умови для успішного входження дитини у шкільне життя та подальшого особистісного розвитку.

2. Психологічні рекомендації для батьків і педагогів щодо формування готовності майбутніх учнів до навчання у школі мають на меті створення гармонійного, емоційно безпечного та стимулюючого середовища, де дитина поступово опановує нову соціальну роль школяра. Особлива увага приділяється єдності підходів сім'ї та закладу освіти, узгодженню виховних впливів, підтримці позитивної мотивації до навчання, формуванню впевненості у власних здібностях, а також розвитку самостійності, довільності майбутніх учнів та їх пізнавальної активності. Послідовне впровадження цих рекомендацій дозволяє попередити труднощі адаптації, знизити рівень тривожності, зміцнити віру дитини у власний успіх та забезпечити успішний старт у шкільному житті.

ВИСНОВКИ

Теоретичне обґрунтування й емпіричне дослідження психолого-педагогічних особливостей адаптації першокласників до навчання у школі дало змогу сформулювати такі висновки.

1. Визначено сутність та структурні компоненти адаптації учнів до навчання у школі. Адаптацію першокласників до шкільного навчання розглянуто як складний, динамічний і багатокomпонентний процес входження дитини в нову соціальну ситуацію розвитку, що передбачає прийняття нею ролі школяра, пристосування до вимог освітнього середовища, засвоєння норм навчальної діяльності, встановлення продуктивної взаємодії з учителем та однокласниками, а також формування позитивного ставлення до школи. З'ясовано, що успішність адаптації першокласника залежить від узгодженого розвитку інтелектуального, емоційного, мотиваційного, соціально-комунікативного, вольового компонентів. Інтелектуальний компонент забезпечує готовність дитини до засвоєння нових знань, розвитку мислення, мовлення, пам'яті й уваги; емоційний – визначає здатність адекватно реагувати на шкільні ситуації та регулювати власні переживання; мотиваційний – формує позитивне ставлення до навчання і внутрішнє прийняття позиції школяра; соціально-комунікативний – забезпечує взаємодію з дорослими та ровесниками; вольовий – виявляється у здатності дитини дотримуватися правил, виконувати завдання, контролювати поведінку й долати труднощі. Адаптація першокласника до школи є не тільки процесом пристосування до нових умов, а й важливим показником його психічного, соціального та особистісного розвитку.

2. Розкрито вікові й індивідуально-психологічні передумови успішної адаптації першокласників до навчання у школі. Показано, що адаптаційний період у першому класі значною мірою зумовлений особливостями розвитку дітей 6–7 років, зокрема рівнем сформованості довільної уваги, пам'яті, мислення, мовлення, уяви, пізнавальної активності, емоційної стійкості та здатності до саморегуляції. Особливого значення набувають уміння дитини планувати власні дії, оцінювати їх результати, виконувати інструкції дорослого,

приймати навчальне завдання та зберігати працездатність упродовж уроку. Не менш важливими є розвиток комунікативних навичок, здатність співпрацювати з однокласниками, приймати допомогу вчителя, дотримуватися правил класного колективу та конструктивно реагувати на оцінювання. Встановлено, що поєднання ігрових і навчальних форм діяльності полегшує входження дитини в довкілля, знижує рівень емоційного напруження, підтримує пізнавальний інтерес і сприяє поступовому формуванню навчальної діяльності як провідної.

3. Охарактеризовано основні психолого-педагогічні чинники адаптації першокласників до навчання у школі. Доведено, що успішність адаптації дитини до першого класу залежить від цілеспрямованої організації освітнього процесу, емоційно безпечного шкільного довкілля, доброзичливого стилю педагогічного спілкування, урахування вікових та індивідуальних можливостей дітей, поступового введення навчальних вимог, використання ігрових, інтерактивних і розвивальних форм роботи. Важливими чинниками також є співпраця школи й сім'ї, єдність виховних впливів батьків і педагогів, позитивне ставлення дорослих до шкільного навчання, підтримка дитини в ситуаціях труднощів, формування впевненості у власних можливостях та попередження шкільної тривожності. Показано, що адаптація першокласників має відбуватися на принципах наступності між дошкільною та початковою освітою, що забезпечує цілісність розвитку дитини й полегшує її входження у нові освітні умови.

4. Емпірично досліджено особливості адаптації першокласників до навчання у школі. Результати дослідження засвідчили, що за методикою М. Гінзбурга високий рівень мотиваційної готовності до навчання виявлено у 23% дітей, середній – у 46 %, низький – у 31%, що свідчить про наявність у частини першокласників сформованої навчально-пізнавальної мотивації, водночас вказуючи на потребу її подальшого розвитку. За методикою Керна-Йірсека високий рівень інтелектуальної готовності встановлено у 21 % учнів, середній – у 43 %, низький – у 36 %, що відображає достатній, але ще нестійкий рівень розвитку когнітивних функцій, необхідних для успішного засвоєння навчального матеріалу. За методикою «Гарна, погана дитина і я» високий рівень емоційної готовності виявлено у 33 % дітей, середній – у 47 %, низький – у 20 %,

що підтверджує наявність у них базових навичок емоційної саморегуляції та соціальної взаємодії. Методика «Графічний диктант» засвідчила високий рівень вольової готовності у 13 % першокласників, середній – у 51 %, низький – у 36 %, що демонструє необхідність систематичного розвитку самоконтролю, довільності, наполегливості й уміння діяти за інструкцією. Узагальнений аналіз результатів показав, що 22% дітей мають високий рівень адаптаційної готовності до навчання у школі, 47 % – середній, а 31 % – низький, що підкреслює потребу в цілеспрямованому психолого-педагогічному супроводі першокласників у період входження в шкільне життя.

5. Обґрунтовано психолого-педагогічні умови оптимізації адаптації першокласників до навчання у школі. Встановлено, що ефективний супровід адаптації першокласників має бути спрямований на розвиток пізнавальних процесів, довільної регуляції поведінки, емоційної стійкості, комунікативних умінь, позитивної навчальної мотивації та впевненості у власних можливостях. Запропонована тренінгова програма «Готуємося до школи» може розглядатися як система психолого-педагогічної підтримки дітей, що поєднує інтерактивні ігри, вправи на розвиток мислення, пам'яті й уваги, творчі та рухові завдання, вправи на саморегуляцію, формування відповідальності, самостійності й позитивного ставлення до школи. Її реалізація сприяє зниженню в учнів 1 класу тривожності, розвитку комунікативних якостей, підвищенню навчальної успішності, зміцненню віри дитини у власний успіх.

Розроблено рекомендації для батьків і педагогів щодо підтримки адаптації першокласників до навчання у школі, зміст яких спрямований на створення гармонійного, емоційно безпечного, розвивального середовища, у якому дитина поступово опановує нову соціальну роль школяра. Особливу увагу приділено узгодженню виховних впливів сім'ї та школи, підтримці позитивної навчальної мотивації, розвитку самостійності, формуванню довільної поведінки, зниженню тривожності, зміцненню самооцінки та стимулюванню пізнавальної активності першокласників. Послідовне впровадження таких рекомендацій дає змогу попередити труднощі шкільної дезадаптації, підтримати психологічне

благополуччя дитини, сформувати позитивне ставлення до навчання та забезпечити успішний старт у шкільному житті.

Перспективи подальших досліджень убачаємо в апробації програми психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників до навчання у школі, а також у подальшому вдосконаленні рекомендацій для батьків, учителів початкових класів і практичних психологів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Авдієвський Л.О. Готовність дитини до школи : організаційно-методичний аспект. Київ : Макро-Сервіс, 2009. 56 с.
2. Адаптація дитини до школи : посібник / упоряд. Максименко С.Д., Максименко К.С., Главвик О. П. Київ : Мікрос-СВС, 2013. 76 с.
3. Базовий компонент дошкільної освіти (Державний стандарт дошкільної освіти) : затверджений наказом МОН України від 12.01.2021р. №33. URL: https://mon.gov.ua/storage/app/media/rizne/2021/12.01/Pro_novu_redaktsiyu%20Bazovoho%20komponenta%20doshkilnoyi%20osvity.pdf.
4. Беленька Г.В. Формування професійної компетентності сучасного вихователя дошкільного навчального закладу : монографія. Київ : Слово, 2011. 320 с.
5. Білан О. І., Партико Т. Б., Хома О. Є. Методичні рекомендації для діагностики шкільної зрілості дітей 6-7 років. *Український освітній журнал*. 2017. №1. С. 13-16.
6. Богущ А. Головні аспекти підготовки дітей до школи – педагогічна спадщина В. К. Котирло. *Дошкільне виховання*. 2011. №10. С. 2-5.
7. Богущ А., Шиліна Н. Мовленнєва готовність старших дошкільників до навчання у школі : монографія. Одеса : ПНЦ АПН України, 2003. 335 с.
8. Большакова І. Проблеми психологічної готовності дитини до школи. *Початкова школа*. 2015. №4. С. 4-7.
9. Бондаренко Т.М. Підготовка дитини до навчання в школі : сучасні погляди та перспективи. *Гуманізація навчально-виховного процесу*. Слов'янськ : СДПУ, 2017. Вип. XXXIV. С. 215-222.
10. Бондаренко Т.М. Підготовка дітей до школи як педагогічна проблема в теорії і практиці вітчизняної педагогіки (друга половина ХХ ст.) : дис. ... канд. пед. наук. Луганськ, 2008. 268 с.
11. Борисова Л. Готовність дитини до навчання : на що варто звернути увагу для формування шкільної зрілості дитини. *Психологічна газета*. 2015. №23 (грудень). С. 3-7.

12. Брикунець Л. Готовність дитини до навчання у школі. *Відкритий урок: розробки, технології, досвід*. 2012. № 12. С. 32-34.
13. Бубін А. О. Проблеми наступності дошкільної та початкової освіти в педагогічній спадщині українських педагогів. *Науковий вісник ВНУ ім. Лесі Українки. Серія : Педагогічні науки*. Луцьк, 2010. № 23. С. 131-134.
14. Бугайова І.А. Гра як засіб підготовки дитини до школи. *Журнал для батьків*. 2021. №1. С. 16-18.
15. Буцкіна С.В. Формування мотиваційної готовності дітей 6-7 років до навчання в школі. *Практична психологія та соціальна робота*. 2017. №5. С. 16-19.
16. Виховуємо базові якості особистості старшого дошкільника в умовах ДНЗ: методичний посібник / Г. Беленька, Н. Гавриш, С. Васильєва та ін. ; за ред. Н. Гавриш. Харків : Мадрид, 2015. 220 с.
17. Вікова та педагогічна психологія / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ : Просвіта, 2001. 416с.
18. Гавриш Н.В. Діти і соціум : особливості соціалізації дітей дошкільного і молодшого шкільного віку : монографія. Луганськ : Альма-Матер, 2006. 368 с.
19. Гільбух Ю.З., Коробко С.Л., Кондратенко Л. О. Визначення психологічної готовності дитини до шкільного навчання. *Початкова школа*. 1998. №7. С. 18-21.
20. Головань Н.О. Вікові особливості дітей дошкільного віку та їх діагностика. *Навчання і виховання шестирічних дошкільників / за ред. О.Я. Савченко*. Київ : Освіта, 2006. 348 с.
21. Голота Н. Підготовка дітей до школи: практика зарубіжної дошкільної освіти. *Початкова освіта*. 2021. № 48. С. 7-9.
22. Голота Н. Психологічна готовність старших дошкільників до викликів початкової освіти. *Вихователь-методист дошкільного закладу*. 2012. № 5. С. 50-54.
23. Гончаренко С.А., Богуславська Л. О., Кондратенко Л. О. Оцінка готовності дітей до шкільного навчання. *Психологія : збірник матеріалів Другого*

- міжнародного науково-практичного семінару*. Рівне, 2017. С. 48-51.
24. Готовність дитини до навчання : посібник / упоряд. Максименко С.Д., Максименко К.С, Главник О.П. Київ : Мікрос-СВС, 2013. 112 с.
25. Готовність та адаптація дитини до школи / упоряд. О. Главник. Київ : Главник, 2008. 192 с.
26. Гра дошкільника : теорія і практика / упоряд. Г.І. Григоренко. Запоріжжя : ЛПС, 2007. 196 с.
27. Губенко О. В. Особливості підготовки та адаптації п'яти- та шестирічних дітей до школи. *Обдарована дитина*. 2020. № 9. С. 50-56.
28. Демиденко О. 10 порад батькам майбутніх першокласників. *Педагогічна майстерня*. 2015. № 12. С. 29-30.
29. Державний стандарт початкової освіти : затверджено Постановою КМУ № 87 від 21.02.2018 року. URL : https://osvita.ua/legislation/Ser_osv/59891/
30. Дитячий садок – школа : актуальні проблеми наступності : монографія / авт. кол. : Н. В. Лисенко, І. М. Шоробура, Л. С. Пісоцька та ін. ; за ред. Н. В. Лисенко. Київ : Слово, 2014. 472 с.
31. Діти і соціум : особливості соціалізації дітей дошкільного і молодшого шкільного віку : монографія / А.М. Богуш, Л.О. Варяниця, Н.В. Гавриш, М. Курінна, І.П. Печенко. Луганськ : Альма-матер, 2006. 368 с.
32. Дудник Н. Дошкільна педагогіка : навч.-метод. посіб. Дрогобич : Посвіт, 2016. 276 с.
33. Дудник Н.З. Сучасні технології дошкільного виховання : навч.-метод. посіб. Дрогобич : ДДПУ ім. Івана Франка. Дрогобич, 2013. 208 с.
34. Дудткевич Т. В. Психологія дитяча : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : КПНУ ім. Івана Огієнка, 2016. 348 с.
35. Дусанська Л. Готуйте дитину до школи. *Початкова школа*. 2020. № 4. С. 75-76.
36. Замрозович С. Р. Формування готовності дітей старшого дошкільного віку до навчання в школі : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Одеса, 2019. 21 с.
37. Ільман В. О. Психологічна готовність до шкільного навчання як умова успішності учня. *Обдарована дитина*. 2014. №5. С. 2-8.

- 38.Інтелектуальні здібності дитини : посібник / упоряд. Максименко С.Д., Максименко К.С., Главник О.П. Київ : Мікрос-СВС, 2003. 112 с.
- 39.Істинюк І. Д. Педагогічні умови підготовки дітей до школи в освітньому просторі приватного закладу позашкільної освіти ЦРД «ТриСкА». *Наукові записки Центральноукраїнського державного педагогічного університету імені Володимира Винниченка. Педагогічні науки*. 2022. Вип. 188. С. 84-89.
- 40.Клочко Н. Л. Вступ до школи як загальнопедагогічна проблема в історії розвитку початкового навчання в Україні (XX століття) : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Вінниця, 2021. 20 с.
- 41.Ковшар О.В. Теоретико-методичні засади організації передшкільної освіти дітей п'яти років : дис. ... докт. пед. наук. Одеса, 2016. 652 с.
- 42.Кондратенко Л.О., Богуславська Л.О. Я хочу, можу, буду добре вчитися : діагностика та корекція готовності дитини до школи. *Все для вчителя*. 2019. №13-14. С. 4-8.
- 43.Кондратенко Р. Забезпечення життєвої компетенції старших дошкільників як передумова успішного навчання 6-річних у школі. *Основні складові неперервності дошкільної та початкової ланок освіти* : матер. міської наук.-метод. конф. : зб. наук. пр. Кривий Ріг : Вид. дім, 2016. С. 45-47.
- 44.Кононко О. Виховуємо соціально компетентного дошкільника : навч.-метод. посіб. Київ : Світич, 2009. 208 с.
- 45.Корякіна І. В. Особистісна готовність дітей 6-го року життя до школи як актуальна проблема сьогодення. *Збірник наукових праць Бердянського державного педагогічного університету (Педагогічні науки)*. Бердянськ : БДПУ, 2013. № 3. С. 176-185.
- 46.Косенко Ю.М. Сучасні погляди на проблему наступності дошкільної і початкової освіти. *Актуальні проблеми науки та освіти* : зб. наук.-практ. конф. викладачів МДУ / за ред. К.В. Балабанова. Маріуполь : МДУ, 2016. 308 с. С. 19-23.
- 47.Крутії К.Л. Освітній простір дошкільного навчального закладу : монографія : у 2-х ч. Ч. 1 : Концепції проектування, технології створення. Запоріжжя : ЛПС, 2009. 320 с.

- 48.Левчишена О. Організована підготовка дитини до школи. *Завуч*. 2009. №28. С. 18-19.
- 49.Лісовець О. В. Врахування особливостей кризи семи років у формуванні психологічної готовності дитини до школи. *Наукові записки Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя. Психолого-педагогічні науки*. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2015. № 4. С. 161-165.
- 50.Лопатнюк О.М. Основні завдання підготовки дітей до школи. *Основні складові неперервності дошкільної та початкової ланок освіти* : матер. міської наук.-метод. конф. Кривий Ріг : Вид. дім, 2006. С. 12-14.
- 51.Любарська І. Співпраця дошкільного закладу і родини у контексті підготовки дитини до школи : монографія. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2011. 72 с.
- 52.Мартиненко С. Орієнтовані методики педагогічного діагностування рівнів готовності дитини до навчання в школі. *Початкова школа*. 2018. № 2. С. 39-41.
- 53.Маценко Т. М., Веткова Н. О., Мельникова А. Г., Завірюха Т. С. Система розвивальних ігор для дітей 5-6-ти років : ыгротека вихователя ДНЗ. Старша група. Харків : Ранок, 2011. 144 с.
- 54.Микитейчук Х. І. Підготовка дитини до школи в системі дошкільної освіти Республіки Польща : дис. ... канд. пед. наук. Чернівці, 2020. 217 с.
- 55.Мухацька Б. Стимулювання пізнавальної заходи дітей у дитячому садку : автореф. дис. ... д-ра пед. наук. Київ, 2011. 41 с.
- 56.Нагорна С., Храпова І. Методики визначення готовності дитини до школи. *Психолог. Бібліотека*. 2023. №11. С. 1-120.
- 57.Назаренко Г.І. Організаційно-педагогічні умови забезпечення наступності в навчанні дітей дошкільного та молодшого шкільного віку : автореф. дис. ... канд. пед. наук. Кривий Ріг, 2012. 18 с.
- 58.Наступність дошкільного навчального закладу і початкової школи у вихованні дітей : навч.-метод. посіб. / за ред. Н. Лисенко. Київ : Слово, 2012. 296 с.
- 59.Обов'язкова освіта дітей старшого дошкільного віку : форми здобуття,

- організація і зміст роботи / упоряд.: О.П. Долинна, А.П. Бурова, О.В. Низковська, Т.П. Носачова. Тернопіль : Мандрівець, 2011. 480 с.
60. Організація дитячої ігрової діяльності в контексті наступності дошкільної й початкової освіти / за ред. Г.С. Тарасенко. Київ : Слово, 2010. 320 с.
61. Особливості організації навчально-виховного процесу в різновікових групах дошкільних навчальних закладів / уклад. Нечипорук Н.І., Томей О.П., Корж Т.М. Біла Церква : КОІПОПК, 2009. 152 с.
62. Павелків Р. В., Цигипало О. П. Дитяча психологія : навч. посіб. Київ: Академвидав, 2008. 431 с.
63. Пантюк Т.І. Система підготовки дитини до школи крізь призму педагогічної спадщини В.О. Сухомлинського. *Наукові записки. Серія «Педагогічні та історичні науки»*. Київ : НПУ ім. М. Драгоманова, 2014. Вип. СХV (115). С. 174-180.
64. Пантюк Т. Підготовка дітей до школи в Україні : суспільно-педагогічний контекст : монографія. Дрогобич : ДДПУ імені Івана Франка, 2016. 504 с.
65. Пантюк Т., Хало З. Зарубіжні теорії та концепції дошкільного виховання: навч.-метод. посіб. Дрогобич : ДДПУ імені Івана Франка, 2007. 75 с.
66. Педагогічний словник / за ред. М. Д. Ярмаченка. Київ : Педагогічна думка, 2010. 516 с.
67. Підготовка дітей до школи : наступність і перспективність : збірник / В.І. Войтенко, Л.А. Грицюк, М.І. Каратаєва. Хмельницький, 2012. 140 с.
68. Підготовка вихователів до розвитку особистості дитини в дошкільному віці: монографія / Г. В. Беленька, З. Н. Борисова, М. А. Машовець [та ін.]. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2019. 310 с.
69. Піроженко Т. О. Особистість дошкільника : перспективи розвитку : навчально-методичний посібник. Тернопіль: Мандрівець, 2010. 136 с.
70. Піроженко Т., Карабаєва І., Соловйова Л., Хартман О. Інструментарій оцінювання готовності дитини старшого дошкільного віку до навчання в умовах реформування української школи : методичні рекомендації. Київ : Інститут психології імені Г. Костюка НАПН України, 2023. 36 с.

- 71.Поніманська Т. І. Дошкільна педагогіка : підручник. Київ : Академвидав, 2015. 447 с.
- 72.Поряд і разом : соціалізуємо старшого дошкільника : навч.-метод. посіб. / авт. кол. С. Васильєва, Н. Гавриш, В. Луценко, В. Маршицька, В. Рагозіна, Н. Шкляр; за ред. Н. Гавриш. Кропивницький : Імекс, 2018. 251 с.
- 73.Програми розвитку дітей дошкільного віку. URL : <https://mon.gov.ua/ua/osvita/doshkilna-osvita/programi-rozvitku-ditej>.
- 74.Прокопенко В. І. Підготовка дітей шостого року життя до навчально-пізнавальної діяльності у школі (на матеріалі роботи навчально-виховного комплексу дошкільний заклад – загальноосвітня школа І ступеня – гімназія) : дис. ... канд. пед. наук. Київ, 2012. 246 с.
- 75.Проскура О. В. Як перевірити ступінь готовності вашої дитини до навчання у школі. *Початкова школа*. 2008. №2. С. 26-27.
- 76.Проскура О.В. Психологічна підготовка вчителя до роботи з першокласниками. Київ : Освіта, 1998. 214 с.
- 77.Психолого-педагогічний супровід формування особистості дошкільника: колективна монографія / Т. Кочубей, В. Кузь, Л. Іщенко [та ін.]; за ред. В. Кузя. Умань : Візаві, 2017. 212 с.
- 78.Рогальська І.П. Соціалізація особистості у дошкільному дитинстві : сутність, специфіка, супровід : монографія. Київ : Міленіум, 2008. 400 с.
- 79.Розвиток пізнавальних процесів дитини : посібник / упоряд. Максименко С.Д., Маценко В. Ф., Главник О. П. Київ : Мікрос-СВС, 2003. 112 с.
- 80.Розумне виховання сучасних дошкільнят : методичний посібник / за ред. О. Брежневої. Київ : Слово, 2015. 176 с.
- 81.Савельєва С., Тарапака Н. Наступність у роботі дитсадка і школи. *Початкова школа*. 2008. № 1. С. 35-36.
- 82.Савицька Г. Про підготовку дитини до навчання в школі. *Дошкільне виховання*. 2015. №7. С. 18-24.
- 83.Савченко О.Я. Дидактика початкової освіти : підручник. Київ : Генеза, 2012. 502 с.
- 84.Савчин М.В., Василенко П.П. Вікова психологія : підручник. Київ :

Академвидав, 2021. 360 с.

85. Сироватко О. Визначення готовності дитини до навчання у школі. *Психолог*. 2013. №13(квітень). С. 2-48.
86. Соціалізація дітей старшого дошкільного віку в умовах ДНЗ : монографія / за ред. О. Рейпольської. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2018. 280 с.
87. Станішевська Є. Деякі питання підготовки дітей до школи. *Дошкільне виховання*. 2003. №12. С. 38-41.
88. Степанова Т.М. Еволюція змісту дошкільної освіти у другій половині ХХ століття : монографія. Київ : Слово, 2010. 184 с.
89. Сухомлинський В. О. Як виховати справжню людину. *Вибрані твори: в 5 т.* Київ : Дніпро, 1977. Т. 2. С. 149-418.
90. Таран О. Психологічна готовність дитини до школи: діагностика та формування. Київ : Редакції загальнопедагогічних газет, 2013. 126 с.
91. Улюкаєва І.Г. Хрестоматія з історії дошкільної педагогіки в Україні. Донецьк : Юго-Восток, 2008. 213 с.
92. Фадєєва Т. Готовність дитини до шкільного навчання. *Рідна школа*. 2013. №12. С. 14-17.
93. Фадєєва Т.О. Наступність між дошкільним та початковим навчанням. Кіровоград : РВЦ КДПУ, 2012. 226 с.
94. Федорович Л.О. Підготовка дітей до школи в умовах навчально-виховного комплексу : дис. ... канд. пед. наук. Кривий Ріг, 2013. 242 с.
95. Черепаня Н. І. Підготовка дітей до школи : монографія. Херсон : Айлант, 2017. 168 с.
96. Чуб Н. В. Довідник для батьків дошкільників. Психологія дитини від А до Я. Харків : Веста, 2017. 160 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

**Методики для дослідження психолого-педагогічних особливостей
адаптації першокласників до шкільного навчання**

Методика вивчення мотивації шестирічок

(за М. Р. Гінзбургом)

Інструкція. Психолог. Зараз я прочитаю тобі оповідь. Хлопчики (дівчатка) розмовляли про школу. Перший хлопчик (дівчинка) сказав (сказала): «Я піду до школи тому, що мене мама примушує. А якби не мама, я б до школи не ходив (не ходила)». (Психолог демонструє картинку, що характеризує зовнішній мотив.)



Другий хлопчик (дівчинка) запевнив (запевнила): «Я піду до школи тому, що мені подобається вчитися, готувати домашні завдання. Навіть якби школи не існувало, я б однаково вчився (вчилася)». (Психолог демонструє картинку, що характеризує навчальний мотив.)

Третій хлопчик (дівчинка) зауважив (зауважила): «Я хотів би (хотіла б) піти до школи тому, що там весело й багато школярів, з яким можна гратися». (Психолог демонструє картинку, що характеризує ігровий мотив.)



Четвертий хлопчик (дівчинка) повідомив (повідомила): «Я піду до школи тому, що я дорослий (доросла). У школі я почуватимуся таким (такою), а в садочку я почуваюся дитиною». (Психолог демонструє картинку, що характеризує позиційний мотив.) П'ятий хлопчик (дівчинка) сказав (сказала): «Я прагну піти до школи тому, що потрібно вчитися. Без навчання жодної справи не зробиш, а навчишся – можеш стати будь-ким, здійснити свою мрію». (Психолог демонструє картинку, що характеризує соціальний мотив.)



Шостий хлопчик (дівчинка) запевнив (запевнила): «Я прагну ходити до школи, щоб отримувати відмінні оцінки». (Психолог демонструє картинку, що характеризує мотив оцінки.)

Після прочитання оповіді психолог ставить дитині такі запитання:

- Хто з них правий? Чому?
- З ким із них ти хотів би вчитися? Чому?

Діти послідовно тричі обирають відповіді. Якщо їх зміст дитині недостатньо зрозумілий і прозорий, їй нагадують оповідь, знову показують відповідні картинки.

Обробка результатів. Відповіді дитини (обрання дитиною конкретної картини) експериментатор занотовує у таблицю й оцінює:

- зовнішній мотив – 0 балів;
- навчальний мотив – 5 балів;
- позиційний мотив – 3 бали;
- соціальний мотив – 4 бали;
- мотив оцінки – 2 бали;
- ігровий мотив – 1 бал.

Вибори	Мотиви, №					
	1	2	3	4	5	6
I вибір						
II вибір						
III вибір						
Контрольний вибір						

Необхідно підрахувати, скільки балів отримано окремо за кожним мотивом. Контрольний вибір збільшує кількість балів відповідного вибору.

Мотивацію навчання, що домінує, діагностують за найбільшою кількістю балів. Водночас дитина може керуватися й іншими мотивами. Про несформованість мотивації свідчить відсутність переваг, тобто різне ставлення до навчання в різних ситуаціях.

Методика «Гарна, погана дитина і я».

Мета: виявити особливості особистісного розвитку дітей, тривожності, прогнозу соціально-психологічної адаптації до школи, особливостей сімейних взаємин, можливих невротичних проблем, спрямованості особливості, сприйняття і уявлень (перцептивної зрілості) дрібної моторики, енергетичних характеристик діяльності.

Інструкція для дошкільників: «Діти, зараз ми з вами будимо малювати. Подивіться уважно на свої кольорові олівці і виберіть два найкращих. Покажіть мені, які олівці ви вибрали? (Психологу варто демонструвати дітям необхідну для них дію). А тепер переверніть свій аркуш паперу на чисту сторону і візьміть новий. Намалуйте у верхній частині два кола: одне коло – одним гарним олівцем, інше – іншим гарним олівцем. А тепер намалуйте тільки цими двома олівцями: хлопчики – найкращого хлопчика, дівчата – найкращу дівчинку. Малювати треба тільки двома гарними олівцями. Інші олівці брати не треба!»

Після того, як діти закінчили виконання цього завдання, дітям дають інструкцію наступного етапу.

«Відкладіть ваші гарні олівці. І тепер знову виберіть два олівці. Покажіть мені свій вибір. А тепер намалюйте два кола цими поганими олівцями внизу свого аркуша. Одне коло насмалюйте одним поганим олівцем, а інше – іншим поганим олівцем. Ці кола треба намалювати внизу. А тепер намалюйте цими «поганими» олівцями: хлопчики – найгіршого хлопчика, дівчата – найгіршу дівчинку. Малювати треба тільки двома поганими олівцями».

Після завершення цього етапу починається останній. «Діти, а тепер візьміть два найкрасивіших і два найгірших олівці. Покажіть мені свій вибір. А тепер – тут можна зробити паузу – намалюйте тільки цими чотирма олівцями самого себе».

Деякі діти ще на самому початку відмовлялися від малювання: «Я не вмію!». У цьому випадку необхідно було підтримати таких дітей: «Тобі дуже добре вдається! Малюй, як зможеш!». Нарешті дають остаточну інструкцію: «Поставте хрестик поруч з найкращим хлопчиком (дівчинкою), а поруч зі своїм портретом – «Я». Діти можуть малювати не тільки олівцями, а й фломастерами. Потрібно подбати, щоб у дітей був набір кольорових олівців (фломастерів). Діти малюють так, як вважають за потрібне: так малюнок стає проєктивнішим.

Орієнтовний тест Керна-Йїрасека на визначення функціональної готовності дітей до шкільного навчання

Інструкція: Дитині (групі дітей) пропонують бланк тесту. На першій стороні нелінійованого бланка у верхньому куті містяться дані про дитину і залишене вільне місце для малювання фігури чоловіка. На звороті у верхній лівій частині розміщений зразок письмових літер, а в нижній лівій частині – зразок групи крапок (або ці зразки пропонуються на окремих картках розміром 7–8 на 13–14 см). Права частина сторони аркуша залишена вільною для відтворення дитиною зразків. Олівець перед випробуванням кладуть так, щоб він був на однаковій відстані від обох рук (якщо дитина виявиться лівшею, експериментатор повинен зробити відповідний запис у протоколі).

Перед виконанням першого завдання кожній дитині пропонується зобразити фігуру чоловіка – «дядька» так, як вміє (без подальших пояснень).

Оцінка результатів завдань графічної частини тесту

Завдання 1

1 бал. Намальована фігура повинна мати голову, тулуб і кінцівки. Голова з'єднана з тулубом і не повинна бути більшою за нього на голові повинне бути волосся (можливо, воно під капелюхом чи шапкою) і вуха, на обличчі – очі, ніс і рот. Руки закінчуються п'ятипалою кистю. Ступні внизу відігнуті. Фігура має чоловічий одяг і зображена синтетичним (контурним) способом (малюється відразу як єдине, а не складається з окремих частин), при якому всю фігуру можна обвести одним контуром, не відриваючи олівця від паперу. На малюнку видно, що руки й ноги немовби «ростуть» з тулуба, а не прикріплені до нього.

На відміну від синтетичного більш примітивний аналітичний спосіб малювання припускає зображення окремо кожної зі складових частин фігури. Так, наприклад, спочатку малюється тулуб, а потім до нього «прикріплюються» руки й ноги. Фігура замальовується подвійною лінією (є об'ємною).

2 бали. Усі вимоги (крім використання синтетичного способу малювання) виконуються на одиницю. Відсутність трьох деталей (шия, волосся, один палець руки, але не частина обличчя) можна не враховувати, якщо фігура намальована синтетичним способом.

3 бали. Фігура повинна мати голову, тулуб і кінцівки. Руки і ноги намальовані двома лініями (об'ємні). Допускається відсутність шиї, волосся, вух, пальців і ступнів, одягу.

4 бали. Примітивний малюнок із головою й тулубом. Кінцівки (достатньо однієї пари) намальовані тільки однією лінією кожна.

5 балів. Відсутнє чітке зображення тулуба («головоніжка» чи перевага «головоніжки»), обох чи пари кінцівок. Карлючки.

Завдання 2

1 бал. Зразок цілком скопійований. Літери перевищують розмір літер зразка не більш ніж у два рази. Перша буква по висоті відповідає прописній. Букви чітко зв'язані у два слова. Скопійована фраза відхиляється від горизонтальної лінії не більш ніж на 30°.

2 бали. Зразок скопійований розбірливо. Розмір букв і дотримання горизонтальної лінії не враховуються.

3 бали. Явна розбивка напису на дві частини. Можна зрозуміти хоча б чотири букви зразка.

4 бали. Зі зразком збігаються хоча б дві букви. Відтворений зразок усе ще створює рядок напису.

5 балів. Карлючки.

Завдання 3

1 бал. Майже повне копіювання зразка. Допускається незначне відхилення однієї крапки від рядка чи стовпчика. Зменшення зразка припустимо, а збільшення не повинне бути більш ніж удвічі. Малюнок рівнозначний зразку.

2 бали. Кількість і розташування крапок повинні відповідати зразку, можна не враховувати відхилення не більш ніж трьох крапок на половину ширини зазору між рядком чи стовпчиком.

3 бали. Малюнок у цілому відповідає зразку, не перевищуючи його по ширині і висоті більш, ніж удвічі. Число крапок може не відповідати зразку, але їх не повинно бути більше 20 і менше 7. Допускається будь-яке розвертання – навіть на 180°.

4 бали. Контур малюнка не відповідає зразку, але все ж таки складається з крапок. Розміри зразка й число крапок не враховуються. Інші форми (наприклад, лінії) не припустимі.

5 балів. Карлючки.

Оцінювання результатів тестування

Якщо піддослідний по всіх завданнях тесту Керна–Йірсека набрав 3–6 балів, то, як правило, він є готовим до шкільного навчання.

Діти, що набрали 7–9 балів (якщо ці бали рівномірно розподіляються між усіма завданнями), мають середній рівень розвитку.

Якщо ж у сумарний бал входять дуже низькі оцінки (наприклад, бал 9 складається з оцінок 2 за перше завдання, 3 – за друге і 4 – за третє), краще провести індивідуальне обстеження, щоб точніше уявляти собі особливості розвитку дитини.

І, звичайно ж, треба додатково обстежувати дітей, що одержали 10–15 балів (10–11 балів – нижня межа середнього розвитку, 12–15 балів – розвиток нижче норми).

Можлива і така диференціація:

3–4 бали – високий рівень

5–6 балів – достатній рівень

7–9 балів – середній рівень

10–11 балів – низький рівень

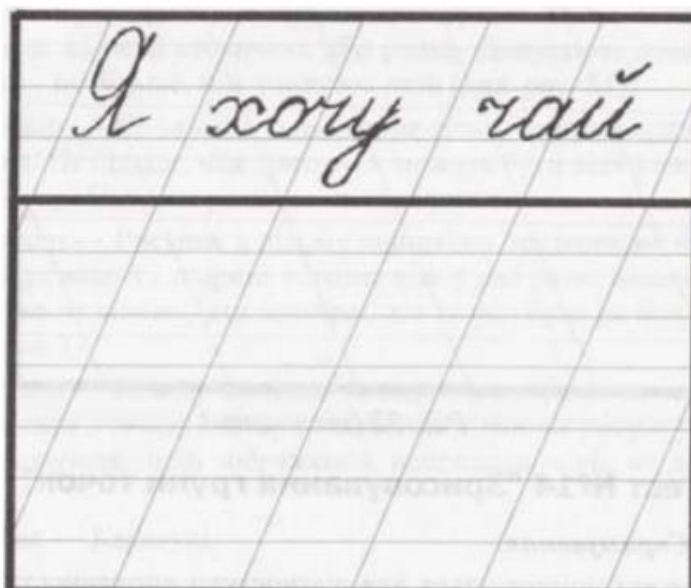
12–15 балів – дуже низький рівень готовності до шкільного навчання.

Після того, як субтести виконані, психолог збирає бланки і проводить аналіз та первинне групування за результатами тестування, відбираючи дітей з дуже слабким, слабким, середнім і сильним рівнем готовності до шкільного навчання.

Бланк (на половину аркуша)

Субтест 1 «Малювання людини»

Субтест 2 «Копіювання письмових літер»



Субтест 3 «Копіювання групи крапок»



Тест «Графічний диктант»

Тест призначений для діагностики вміння діяти докладно за інструкцією.

Матеріал: Ручка або олівець. Аркуш із зошита в клітинку, на якому попередньо проставлені 3 крапки у лівій його частині. Вони знаходяться одна під одною на відстані 4–5 клітинок між ними. Від лівого краю аркуша вони віддалені на 2–3 клітинки (див. рис.8 і 9). Тест має дві форми – А і Б.

Інструкція для дорослого:

Завдання дитини полягає в тому, щоб, починаючи з вказаних крапок, спершу нарисувати узор, який ви повідомите їй під час диктанту, а потім продовжити рисування цього узору самостійно. Для кожної крапки ви диктуєте окремий узор. Тому виходить три диктанти. Під час рисування не можна відривати олівець від паперу.

Перше тестування проведіть за формою А, друге – за формою Б. В подальшому ці форми можна чергувати. Кожне повторне тестування (починаючи з другого) бажано проводити щомісяця. Результати заносьте в таблицю 2 на сторінці 51.

Інструкція для дитини:

Форма А

Диктант №1.

Постав олівець на верхню крапку і не відривай його від аркуша, поки не накреслиш той узор, який я тобі продиктую. Увага! Почали: одна клітинка вгору, одна – вправо (дитина пересуває олівець на одну клітинку вгору, потім повертає

Оцінювання результатів:

Показники для реєстрації: кількість допущених помилок і наявність самостійно зображених ідентичних фігур.

Помилковим вважається лише той елемент (лінія), який не відповідає певному місцю в диктанті (наприклад, в диктанті «одна – вгору», а малюк накреслив «одна – вниз»). Якщо дитина в якомусь місці помилилася, але після помилки далі виконала диктант правильно, то незважаючи на те, що весь узор спотворився, їй зараховується лише одна помилка.

5 балів – в трьох диктантах не зроблено жодної помилки і є хоча б одна ідентична фігура, зображена дитиною самостійно (після диктанту).

4 бали – допущено 1–2 помилки. 3 бали – допущено 3–4 помилки.

2 бали – більше, ніж 4 помилки, але менше, ніж половина усіх елементів.

1 бал – помилок більше, ніж правильно виконаних елементів.

Психолого-педагогічний семінар для батьків старших дошкільників «Формуємо психологічну готовність дитини до школи»

Мета: обговорити з батьками проблему психологічної готовності дитини до навчання в школі; надати практичні рекомендації щодо підготовки дитини до школи, створити обстановку взаємодовіри та взаєморозуміння.

Завдання: актуалізувати знання батьків щодо проблеми психологічної готовності дитини до школи; ознайомити батьків із методами підтримки дитини під час найважливіших моментів її життя; дати змогу батькам перейнятися переживаннями дітей в очікуванні навчання в школі; ознайомити членів родин із методами підтримки дитини в найважливіші моменти її життя; привернути увагу батьків до форми подачі знань дитині дошкільного віку.

Хід зустрічі

Початок шкільного навчання – це час великих надій і великих розчарувань, перших життєвих перемог і перших поразок. Вже зовсім скоро наші діти стануть школярами, та ще є час, щоб звернути увагу на ставлення малюка до майбутнього навчання, допомогти йому підготуватися до такого важливого кроку.

«Сім'я та школа – це берег і море. На березі дитина робить свої перші кроки, а потім відкривається неосяжне море знань, де шлях їй прокладає школа, та це зовсім не означає, що дитина повинна зовсім відірватися від берега»...

Пригадайте, як зазвичай, заходить у море людина: спочатку відчуває дискомфорт. А далі хто одразу пірнає у воду, хто довго та боязко занурюється. Приблизно так входять до шкільного життя діти. Вони ростуть, змінюються і поглиблюються їхні знання та уявлення про школу. Одні сприймають школу як казкове місце, куди потрапляють старші діти, і вже там вони перетворюються на чарівників, котрі все вмюють і все знають. Для інших – це заклад, куди мусить ходити старший брат чи сестра, цілими днями трудяться над уроками (а ще за навчання постійно сварять батьки), їм же, бідним, і погратися ніколи.

Послухайте, що та як про школу розповідають наші малята. (Вмикається аудіозапис розмови психолога з дітьми старших груп.)

Прислухайтесь до суджень про школу наших шестирічок. Те, як швидко дитина порине у вирій шкільного життя, які матиме переживання та емоції залежить від рівня її готовності до нового життя. Як відшукати «золоту середину» й допомогти дитині підійти до навчання максимально підготовленою, але не відбити головного – бажання вчитися? Щоб успішно навчатися, потрібні сили (фізична готовність). Перевантаження першокласника можна порівняти з перевантаженнями космонавта. Чи вистачить у дитини сили щодня нести ранець чи портфель, висидіти 30–35 хвилин на уроці й правильно тримати ручку?

Вправа «Філіппінський тест»

Батькам – учасникам семінару пропонують правою долонею через маківку голови затулити ліве вухо. Опісля практичний психолог пояснює батькам, що успішність виконання дитиною цього завдання вказує на ступінь її моторної зрілості, одним із показників якої є фізіологічний «стрибок» росту кінцівок дитини. Дитина, що не досягла шкільного віку неспроможна виконати таке завдання – її руки закороткі. Успішність виконання дитиною цього завдання вказує на ступінь сформованості її кістяка, нервової системи, здатність головного мозку сприймати і переробляти інформацію.

Вправа «Три ложки»

Практичний психолог презентує учасникам три ложки: маленьку, середню і велику. Вони символізують обсяг подачі знань дитині дошкільного віку. Дорослим хочеться, щоб дитина знала все й одразу.

Інколи ми починаємо виховання і навчання дитини не з дитячих казок, а з енциклопедичних знань. Тому нерідко «беремося за надто велику ложку» (показує столову ложку), але «проковтнути» стільки знань дитині складно. І тому вона засвоює ці знання поверхово або ж у неї взагалі зникає бажання дізнаватися щось нове чи спілкуватися з дорослими.

Пропонувати знання дітям дошкільного віку потрібно спочатку невеликими порціями, символічно ця порція – чайна ложечка. З часом, коли діти підуть у школу, порції подачі знань збільшаться. Отримувати знання школярі будуть десертними та столовими ложками. Але іноді нам, батькам, хочеться, щоб діти знали все й одразу. Тому нерідко ми беремося за здоровенну ложку –

«ополоник» для подачі нових знань дошкільникам, але проковтнути стільки знань дітям проблематично.

Інакше кажучи, розмову з дітьми починаємо не з дитячих казок, а з енциклопедичних знань. Важливо не перевантажувати дитину інформацією, яку вона через свої вікові особливості ще не може повністю сприйняти, знання подавайте відповідно до віку дошкільника. Будьте для малюка мудрим учителем, наставником, найкращим другом. Саме особистісна та соціальна готовність дитини до навчання у школі означає адекватність її поведінки у соціальному середовищі, мати відповідні навички комунікації, бути відповідальною, наполегливою, відстоювати власні позиції, приймати рішення, орієнтуватись у просторі та часі, виявляти толерантність, емпатію.

Емоційна готовність.

Шестирічна дитина дуже емоційна. Почуття панують над усім її життям, додаючи йому особливого забарвлення. Коли близькі дорослі люблять дитину, добре ставляться до неї, визнають її права, вона отримує емоційне задоволення – почуття впевненості, захищеності. Навчайте дитину взаємодії і партнерства. Перші уроки спілкування дитина отримує в сім'ї. Однак спілкування в соціумі відрізняється від звичного для неї. Програвайте з дитиною різні життєві ситуації, в яких вона виконуватиме певну роль. Так дитина навчиться розуміти стан інших, засвоювати соціальні норми поведінки тощо.

Емоційний компонент

- дитина впевнена в собі;
- відчуває задоволення, радість;
- переважають позитивні емоції;
- намагається стримувати негативні емоції.

Дитина повинна розуміти, що в школу вона йде не лише гратися з друзями, а й одержувати нові знання та вміння. У дитини до початку навчання у школі мають бути сформовані:

- адекватна самооцінка;
- потреба у спілкуванні з іншими;
- вміння підкорятися інтересам дитячих груп;

- уміння встановлювати стосунки з ровесниками і дорослими.

Виховуйте у дитині не тільки лідерські якості та навички, але й уміння підкорятися іншим, якщо це необхідно. Дитина повинна бути терплячою стосовно інших.

Вольовий компонент

- уміння керувати своєю поведінкою;
- розвиток емоційної стійкості;
- довільність сприймання (не тільки слухати, але й чути вчителя, однолітків, запам'ятовувати і відтворювати дії);
- робити не лише те, що цікаво, а й те, що потрібно, доводити почату справу до кінця.

Кожній дитині притаманний інстинкт виживання. Оскільки її виживання залежить від батьків, вона намагається робити все, щоб їм подобатися. Тобто дитина стає відображенням ставлення батьків до неї. Якщо дорослі не вірять у здібності своєї дитини, вона це відчуває і поступово стає песимістом. У такому разі їй складно досягнути будь-якої мети чи виконати навіть просте завдання, бо вона заздалегідь упевнена, що в неї нічого не вийде.

Іноді батьки несвідомо сприяють формуванню в дитини комплексу «перемога за будь-яких умов». Під час організованих змагань такі батьки відкрито демонструють, яке важливе значення вони надають перемозі. Відповідно дитина розуміє, що вона не може просто взяти участь у грі, позмагатися, – вона має максимально «викластися», щоб здобути перемогу для батьків. Саме тому поразка перетворюється для дитини на трагедію, яку вона може переживати протягом тривалого часу.

Ставте перед дитиною реальні завдання. Спрямовуйте її, допомагайте, однак у жодному разі не підганяйте. Дитина має право на помилку, на невдачу, і повинна вміти сприймати це адекватно. Не завищуйте і не занижуйте самооцінки дитини, оцінюйте її результати адекватно, доводьте це до її відома.

Тест для батьків «Сформованість вольових навичок
дітей для навчання у школі»

Інструкція. Цей тест дає змогу визначити, наскільки у дитини розвинені вольові навички – способи саморегуляції навчальної діяльності і спілкування. Вони є основою довільного запам'ятовування, уваги, розумових навичок.

1. Чи достатньо сформовані у дитини гігієнічні навички (чистить зуби вранці, миє руки перед їжею)?

- а) Робить завжди сама, без нагадування;
- б) робить завжди, але інколи треба нагадувати;
- в) без спеціального нагадування не робить.

2. Чи допомагає дитина вдома по господарству (миє посуд, прибирає постіль, накриває на стіл)?

- а) Робить постійно;
- б) робить часто;
- в) робить дуже рідко.

3. Чи є в дитини стійкі навички самообслуговування (приготувати бутерброд, одягнутися відповідно до погоди, зав'язати шарф)? :

- а) Є достатньою мірою;
- б) є деякі;
- в) немає.

4. Чи вміє дитина утримувати увагу досить довго (15–20 хвилин) на самоті (під час читання вголос, малювання, гри)?

- а) Дуже часто;
- б) зрідка;
- в) не вміє.

5. Чи здатна дитина керувати своїми бажаннями (не їсть перед їжею цукерок, хоча вони їй доступні; не вередує, коли старші їй щось заборонили)?

- а) Вміє достатньо;
- б) здатна лише зрідка;
- в) не здатна.

6. Чи вміє дитина поводитися за столом (правильно сидить, охайно їсть)?

- а) Як правило, вміє;
- б) уміє, але робить це не завжди;
- в) не вміє.

7. Чи є в дитини більш-менш стійкі інтереси: слухання музики, малювання, заняття мовами, конструювання, ліплення з пластиліну?

- а) Є досить стійкі інтереси;
- б) інтереси є, але весь час змінюються;
- в) наявних інтересів немає.

8. Чи вміє дитина поводитися у товаристві (не перебиває старших, без нагадування вітається, прощається, дякує)?

- а) вміє;
- б) уміє, але інколи їй доводиться нагадувати;
- в) не вміє.

9. Чи дотримується дитина певного режиму дня (часу прогулянки, прийому їжі)?

- а) Як правило, так;
- б) узагалі дотримується, але інколи й порушує;
- в) ні, не дотримується.

10. Якщо дитина запитує, чи завжди вона вислуховує відповіді?

- а) Як правило, з цікавістю вислуховує пояснення;
- б) інколи відповідей на запитання не слухає, відволікається;
- в) інколи запитує просто так, не потребуючи відповіді.

11. Чи прибирає дитина за собою іграшки після гри, альбом після малювання, книжки і зошити після читання, письма?

- а) Завжди прибирає;
- б) прибирає після нагадування;
- в) не прибирає.

Інтерпретація результатів

Перший варіант відповіді (а) в кожному запитанні – 3 бали;

другий (б) – 2 бали;

третій (в) – 1 бал.

Потім підраховують суму балів з усіх 11 запитань.

Рівень сформованості вольових навичок визначається за такими критеріями:

- високий – 33–27 балів;
- достатній – 26–22 бали;
- середній – 21–19 балів;
- низький – 18 балів і менше.

Інтелектуальний компонент

- розвинуте сприймання;
- стійка увага на предметі чи діяльності;
- наявність аналітичного мислення, що проявляється в здатності виділяти і розуміти важливі ознаки та зв'язки між предметами;
- здатність відтворювати зразок, логічно запам'ятовувати;
- оволодіння на слух розмовною мовою;
- розвиток дрібної моторики, зорово-моторної координації;
- розвиток здатності до навчання.

Та слід зазначити що, основа батьківської позиції взагалі полягає в тому, що вдома у жодному випадку не можна дублювати школу. Батько ніколи не повинен ставати другим вчителем. За місяць до школи не потрібно намагатися підтягти всі «хвости», годуючи дитину новою інформацією.

Вправа «Мозковий штурм»

– Як зробити так, щоб дитина із задоволенням пішла в школу? (Відповіді батьків.)

Поради психолога:

- Дати дітям поняття, що таке школа, перерва, урок, дзвінок.
- Грати разом із дитиною в школу.
- Читати малюку літературу про шкільне життя.
- Розповідати дитині про школу, про свій позитивний шкільний досвід.
- Заздалегідь познайомити дитину зі школою, вчителькою та майбутніми однокласниками.
- Не віддавати дитину в школу, поки їй не виповниться шість років.

Готувати дитину до школи означає:

- турбуватися про її фізичне здоров'я;
- збагатити життєвий досвід;
- закріпити побутові навички;
- розвивати правильне мовлення;
- навчити спостерігати, думати, осмислювати побачене і почуте;
- учити поважати думку іншого;
- ознайомитися з результатами психологічного дослідження;

Психолог. Пам'ятайте, що дитина – це дзеркало життя своїх батьків. Як у краплі води відбивається сонце, так і в дітях відображається духовне багатство мами й тата. Робіть усе, щоб дитинство та майбутнє ваших дітей було прекрасним. Любові, взаєморозуміння, успіхів, щастя вам і вашим дітям!