

Адаптация первоклассников к школе



Честнова Татьяна Владимировна
Педагог-психолог МОУ Вощажниковская сош

Адаптация к школе - это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему.

Период адаптации ребенка к школе длится от **2-3 недель до полугода**. Это зависит от многих факторов:

- индивидуальных особенностей ребенка;
- типа учебного заведения;
- уровня сложности образовательных программ;
- степени подготовленности ребенка к школе и т.д.

Очень важна поддержка родных - мамы, папы, бабушек и дедушек.

Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых.

Ему нужно:

- установить контакты со сверстниками и педагогами;
- научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой.

Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение.

Психологи указывают на то, что для многих первоклассников, и особенно шестилеток, трудна социальная адаптация, так как не сформировалась еще личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности.

В ответ на новые повышенные требования к организму первоклассника в первые недели и месяцы обучения:

- могут появиться жалобы детей на усталость, головные боли;
- возникнуть раздражительность, плаксивость, нарушение сна;
- снижаются аппетит детей и масса тела;
- случаются и трудности психологического характера, такие как, например, чувство страха, отрицательное отношение к учебе, учителю, неправильное представление о своих способностях и возможностях.

Процесс адаптации у первоклассников характеризуется следующими основными изменениями:

- Происходит физиологическая подстройка деятельности функциональных систем организма первоклассника в соответствии с изменившимся режимом и нагрузкой
- Формируются и осваиваются способы и приемы новой деятельности – процесса учения
- Эмоциональная сфера первоклассника оценивает изменения в окружающей реальности как субъективно комфортные/дискомфортные и таким образом осуществляет регуляцию его поведения и деятельности

Условно по степени адаптации всех детей можно разделить на три группы:

Первая группа детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. За тот же период проходит и наиболее острая физиологическая адаптация. Эти дети относительно быстро осваиваются в новом коллективе, находят друзей, у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, приветливы, хорошо общаются со сверстниками, с желанием и без видимого напряжения выполняют школьные обязанности. Иногда у них отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, т. к. им еще трудно выполнять все правила поведения; хочется побегать на перемене или поговорить с товарищем, не дожидаясь звонка, но к концу октября трудности, как правило, нивелируются – ребенок становится учеником.

Основные показатели благоприятной социально-психологической адаптации ребенка:

- формирование адекватного поведения;
- установление контактов с обучающимися и учителем;
- овладение навыками учебной деятельности.

Вторая группа детей проходит более длительную адаптацию, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, одноклассниками – они могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируют на замечания учителя или их реакция – слезы, обиды. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия реакции этих учеников становятся адекватными требованиям школы и учителя.

Третья группа – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями: отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Часто они не осваивают учебную программу, для них характерны трудности в обучении письму, чтению, счету и т. п. Именно на таких детей жалуются учителя, одноклассники, родители: они нередко "третируют детей", "мешают работать на уроке", их реакции непредсказуемы. Проблемы, накапливаясь, становятся комплексными.

Школьная дезадаптация, согласно научному определению, – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе, которые проявляются в виде нарушений учебной деятельности, поведения, конфликтных отношений с одноклассниками и взрослыми, повышенного уровня тревожности, нарушений личностного развития и т.д.

Признаки дезадаптации:

- усталый, утомлённый внешний вид ребёнка;
- нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне;
- стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
- нежелания выполнять домашние задания;
- негативные характеристики в адрес школы, учителя, одноклассников;
- жалобы на те или иные события, связанные со школой;
- беспокойный сон;
- трудности утреннего пробуждения, вялость;
- постоянные жалобы на плохое самочувствие.

Причины школьной дезадаптации

Природа школьной неуспеваемости может быть представлена самыми различными факторами:

- Недостатки в подготовке ребенка к школе, социально-педагогическая запущенность.
- Соматическая ослабленность ребенка.
- Нарушение формирования отдельных психических функций и познавательных процессов.
- Двигательные нарушения.
- Эмоциональные расстройства.

Все перечисленные факторы представляют непосредственную угрозу, прежде всего для интеллектуального развития ребенка. Зависимость же школьной успеваемости от интеллекта не нуждается в доказательствах.

Компоненты адаптации:

- **физиологический компонент** (энергетический баланс - способность организма к энергозатратам)
- **эмоциональный компонент** (преобладающее настроение, уровень школьной мотивации, школьной тревожности).
- **деятельностный компонент** (усвоение учащимся программы обучения)

Сопоставление показателей физиологического, деятельностного и эмоционального компонентов позволит квалифицировать уровень адаптации первоклассников как:

 достаточный

 частичный

 недостаточный

Таким образом, на основе полученных данных можно достаточно обоснованно выделить первоклассников, которые нуждаются в индивидуальном внимании психолога и учителя. Представляется целесообразным выделить две группы таких детей:

 первоклассников с недостаточным уровнем адаптации

 первоклассников с частичной адаптацией



Спасибо за внимание!