

Адаптация ребенка к школьному обучению.

(рекомендации для педагога)

Подготовила педагог-психолог МОУ «Средняя школа №3 имени
Олега Васильевича Изотова»: Щеникова А.В.

г. Ярославль, 2017 год

Что такое адаптация первоклассника? Почему вообще мы говорим об этом?

- ▶ Адаптация - это перестройка организма, направленная на приспособление к новым условиям. Процесс адаптации может длиться от пары месяцев до года. Самое трудное время для любого ребенка - это первый месяц в школе.
- ▶ 6-7-летний возраст - один из кризисов жизни человека. Каждый кризис понимается как различного рода изменения физиологические, личностные, которые происходят с любым человеком, разница лишь в интенсивности проявлений. Успешное прохождение (разрешение) кризиса способствует формированию психологически успешной личности с правильно заложенными устоями, нравственными понятиями и категориями, а также адекватными поведенческими реакциями.

Ребенок 6-7 лет, какой он?

- ▶ Развивается опорно-двигательный аппарат.
- ▶ Изменяется гормональный фон.
- ▶ Развиваются структуры головного мозга (лобные доли особенно).
- ▶ Развивается сердечно-сосудистая система.
- ▶ Только!!! формируется произвольное внимание и функции самоконтроля
- ▶ Меняется мотивация, раньше был ведущий мотив игровой, сейчас только!!!формируется познавательный
- ▶ Яркое воображение
- ▶ Расширение словарного запаса и кругозора
- ▶ Смена социальной роли (раньше были самыми старшими в садике, сейчас самые младшие в школе)
- ▶ Смена «среды обитания» ребенка (был в садике, играл и спал, а теперь в школе и все от него что-то хотят)

Виды адаптации

- ▶ Физиологическая (автоматическая перестройка систем организма). Большая трата ресурсов организма (просидеть на уроке фактически 45 минут без движения). Реакция на большие нагрузки «уход в болезнь», давление, капризность, плохой сон, снижение веса, «заедание» стресса.
- ▶ Социальная (появление новой социальной роли). Поиски внимания только к себе, формирование дружественных отношений, распределение социальных ролей в классе. «Сравнение» с более успешными одноклассниками. Переживание от нагрузки со стороны близких «Ты ж теперь школьник, взрослый уже», боязнь потери детства.
- ▶ Психологическая. Формирование Я-концепции. В норме замена ведущей игровой деятельности на познавательную. На первый план должны выходить мотивы учения, узнавания чего-то нового. Испытывание негативных переживаний, связанных со школой, успешностью, формируют и соответствующее негативное отношение к учебной деятельности в целом.

Группы детей по степени адаптации (деление условное)

1. Успешно адаптировались к обучению в школе. Период их адаптации 2-3 месяца (50-60% детей). Понимают и соблюдают требования педагога, успешно осваиваются в коллективе, доброжелательно настроены к одноклассникам и в целом к учебному процессу.
2. «Затянутая» адаптация. Период адаптации до 6 месяцев (30% детей). Трудно усвоения и выполнения требований и норм педагога, на замечания педагога-реакция слезы, обида. На уроках могут заниматься своими делами, играть, отвлекаться, общаться с одноклассниками.
3. «Дезадаптация». Трудная адаптация может длиться до года (10-15%). Ребенок испытывает негативные переживания и эмоции, связанные с ситуацией учения. Проявляет отрицательные переживания, неадекватно реагирует на обращения учителя и одноклассников. Учебную программу не усваивает, трудно поддается обучению чтению, письму, счету и др. навыкам.

Рекомендации для педагогов по работе с первоклассниками:

- ❖ «Перестройте» себя, теперь Вы классный руководитель не 4,3 класса, а 1, и то что умеют дети более старшего возраста, требовать от малышей нельзя, у них попросту еще не сформированы эти навыки.
- ❖ Наилучший способ обучения-игра. Используйте разнообразные игровые методы как для освоения программы, так и для привлечения внимания, улучшения дисциплины («Считаю до...», «А кто самый...», «А кто мне поможет (и быстрее всех построится в столовую)...») Для первоклассника важно быть успешным, чтоб именно его похвалили и заметили.
- ❖ Необходимо использовать физкультминутки, привлекать различных мультипликационных персонажей (Буратино, Фиксик и т.п., персонаж должен быть наглядным, а учитель сам выполнять разминку, можно использовать интерактивную доску)
- ❖ Поиск контактов с родителями. Ученик относится к школе так, как воспринимает ее родитель. Если настроен положительно, толерантно, включен, то и ребенок ведет себя соответственно. Поэтому помогать адаптироваться необходимо и родителю. Например, разработать систему памяток: «Как выполнить проект», «Как учить стихи», «Что нужно на урок технологии» и т.п. Зачастую родитель негативный опыт транслирует ребенку, «опять домашнее задание», «ну и что это за проект». Все действия педагога, его система требований должны быть четко и однозначно понятны всем родителям, чтоб они не «трясли ребенка», что нужно делать, а сами прекрасно понимали это.

- ❖ Обязательно необходим одобрительный контакт с ребенком (выполнил задание-бонусик, поглаживание, одобрительный кивок, вербальная похвала) При чем хвалить необходимо всех, даже у кого плохо получается. Формируем положительную мотивацию.
- ❖ Постарайтесь избежать сравнения детей друг с другом. Если необходимость все таки в этом есть, можно говорить о большом старании, но спросить у самого ребенка, как по его мнению улучшить результат.
- ❖ Анализируйте конфликтные ситуации всем классом, но чтобы была ситуация «прощения». Тому, кто провинился, дали шанс, помогли в следующий раз, не осуждали.
- ❖ Чаще пересаживайте детей.
- ❖ Назначайте дежурных.
- ❖ Больше наглядности и «сказочности» на уроках («а тетрабочка расстроилась»).
- ❖ Для привлечения внимания и установке тишины попробуйте вести себя нестандартным образом: резко замолчите, поднимите руку, «болтуну» положите на плечо руку.
- ❖ Наберитесь терпения. Все методы тренировки дисциплины, осваивания какого-либо навыка требуют для формирования 2-3 недель, и повторять это действия необходимо регулярно, даже если с первых десяти попыток ничего не получилось.