АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

Классный руководитель: Уронич С. М.

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей, как в психологическом, так и физическом плане.

Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление, вхождение в школьную жизнь, происходит на протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать весь период младшего школьного возраста. Все дети, начинающие обучение в школе, сталкиваются с теми или иными трудностями.

        Адаптация –  привыкание, “вписывание” человека в какую – то среду. Противоположностью ей является дезадаптация. Это понятие стало использоваться сравнительно недавно для описания различных проблем и трудностей, возникающих у детей в связи с обучением в школе. Эти проблемы могут быть связаны с затруднениями в учебе, конфликтами с одноклассниками, физическим дискомфортом или недомоганием, тревожностью и страхами. Адаптация может быть психологическая, сенсорная, социальная.

 Социальная адаптация является одним из видов адаптации, под которой понимается постоянный процесс интеграции индивида в общество, процесс активного приспособления индивида к условиям среды социальной, а также результат этого процесса.

В рамках социальной адаптации может быть выделена адаптация ребенка к школе, потому что под школьной адаптацией понимается сложный процесс приспособления ребенка к школе и школы к ребенку.

Приступая к какой-то деятельности, человек адаптируется к новым условиям, постепенно привыкает к ним. В этом ему помогает накопленный опыт, который с возрастом расширяется и обогащается.

  Адаптация к школе – перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению.

При поступлении в школу коренным образом изменяются условия жизни и деятельности ребенка; ведущей становится учебная деятельность. В элементарных формах учебная деятельность осуществлялась и дошкольником, но для него она носила второстепенный характер, т.к ведущей выступала игра; мотивы учебной деятельности дошкольника также были преимущественно игровыми.

 Режим школьных занятий требует гораздо более высокого, чем в дошкольном детстве, уровня произвольности поведения. Необходимость налаживать и поддерживать взаимоотношения с педагогами и сверстниками в ходе совместной деятельности требует развитых навыков общения. В этой связи особую важность приобретает готовность к школьному обучению, которая должна быть сформирована у старших дошкольников. Дети, имеющие достаточный опыт общения, с развитой речью, сформированными

познавательными мотивами и умением произвольно-волевой регуляции поведения, легко адаптируются к школьным условиям.

 Часто в более выигрышных условиях оказываются дети, посещавшие детский сад, поскольку там элементы готовности к школьному обучению целенаправленно формируются педагогическим воздействием. Дети, не посещавшие дошкольные учреждения, пользовались более пристальным и индивидуализированным вниманием родителей.  Они, как правило, обладают определенными преимуществами в познавательной сфере, но часто не имеют достаточного опыта взаимоотношений со сверстниками и «чужими» взрослыми. Затруднения, возникающие вследствие недостаточной готовности к школе, могут быть причиной дезадаптации ребенка. Неспособность к адекватному поведению и неудачи в учебной деятельности, закрепляясь, способствуют возникновению так называемых школьных неврозов. Именно в  первые  учебные недели может закладываться основа для развития в будущем  неуспеваемости.

  В адаптационный период некоторые дети очень шумны, кричат, без удержу носятся по коридору, а когда удается “улизнуть” со своего этажа, то и по лестницам. На уроках часто отвлекаются, с учителями ведут себя довольно развязно. Другие, напротив, зажаты, скованны, излишне робки, стараются держаться незаметно, смущаются, когда к ним обращается учитель, при малейшей неудаче или замечании плачут: у некоторых детей нарушается сон, аппетит , они становятся очень капризны, вдруг возрастает интерес к играм, игрушкам , книжкам для совсем маленьких детей, увеличивается количество заболеваний. Все эти нарушения вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким изменением образа жизни, значительным увеличением и качественным усложнением тех требований, которым ребенок должен отвечать.

  Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными отклонениями, но есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается. Такие дети часто и подолгу болеют, причем болезни носят психосоматический характер, эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза. Некоторые дети к середине дня оказываются уже переутомленными, т.к школа для них является стрессогенным фактором, уже дорога в школу для многих требует повышенного внимания, напряжения. На протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления, как физического, так и умственного, эмоционального. Некоторые дети невеселы уже по утрам, выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх, тревога перед предстоящей работой в классе, из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу.

    Анализируя процесс адаптации первоклассников к школе, можно выделить ее формы:

1. Адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам. В данном случае уровень адаптации будет зависеть от возраста ребенка, который пошел в школу;

от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях;  от степени сформированности морфофункциональных систем организма; уровня развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка; от того, как изменялась ситуация в семье.

2. Адаптация к новым социальным отношениям и связям относится в большей степени к пространственно-временным отношениям (режим дня, особое место для хранения школьных принадлежностей, школьной формы, подготовка уроков, уравнивание ребенка в правах со старшими братьями, сестрами, признание его "взрослости", предоставление самостоятельности и др.); личностно-смысловым отношениям (отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе, к самому себе как учащемуся); к характеристике деятельности и общения ребенка (отношение к ребенку в семье, стиль поведения родителей и учителей, особенности семейного микроклимата, социальная компетентность ребенка.

3. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности зависит от актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учреждении или в домашних условиях; интеллектуального развития; от обучаемости как способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности, любознательности как основы познавательной активности; от сформированности творческого воображения; коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика. Сроки адаптации первоклассников могут быть различными. Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения. Однако установлено, что у 20 - 30% шестилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения.