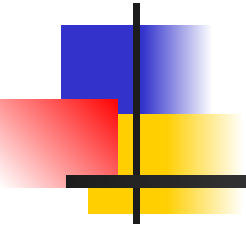
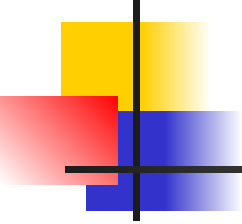



Адаптация первоклассников.
Пути преодоления
дезадаптации.




- 
- Понятие «школьной адаптации» стало использоваться в последние годы для описания различных проблем и трудностей, возникающих у детей различного возраста в связи с обучением в школе.
 - В самом распространенном своем значении **школьная адаптация** понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности.

- Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии.
- Следует отметить, что начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Поступление в школу вносит большие перемены в его жизнь. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости, по поводу всего происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность, напряжение.
- Некоторые первоклассники могут быть очень шумными, они бегают по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованны, робки, стараются держаться незаметно, не слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут.

- 
- У части детей нарушается сон, аппетит, появляется интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей.
-

- У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут повышаться температура, обостряться хронические заболевания.
- Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными отклонениями, но есть и такие, у кого этот процесс сильно затягивается. Наблюдения за первоклассниками показали, что психосоциальная адаптация может проходить по-разному.
- Значительная часть детей (50-60%) адаптируются в течение первых двух-трех месяцев обучения. Другим детям (примерно 30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни.

- 
- Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу соглашаются выполнить требования учителя, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами (дерутся, капризничают, жалуются, плачут). У этих детей могут быть трудности в усвоении учебных программ.
 - В каждом классе есть примерно 15% ребят, у которых к значительным трудностям в учебной работе прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Они отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно эти дети становятся в классе изгоями, что вызывает у них новую реакцию протеста, проявляющуюся в дезадаптивном поведении. Это, в свою очередь, ведет к серьезным последствиям для них, вплоть до невозможности получить полноценное образование и найти свое место в жизни.

- Часто внешне благополучные дети с хорошей успеваемостью трудно проходят процесс адаптации, так как основные причины заключаются в их личностных проблемах, таких как неадекватные самооценка и уровень притязаний, высокий уровень тревожности, которые отодвигаются на второй план, отдавая предпочтение умственной деятельности.

Интеллектуальная активность должна выступать не самоцелью, а средством продвижения к новым духовно-нравственным и человеческим ценностям, так как такие интегративные личностные образования, как самооценка и уровень притязаний, в устойчивых своих формах способны определять характер социального поведения, подчиняя себе более частные его психологические характеристики.

- анализируя процесс адаптации первоклассников к школе, выделяют **формы**, знание которых позволяет реализовать идеи преемственности в работе учителя:

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 функциональных 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 и др.).

- **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)


- Я.Л. Коломинский и Е.А. Панько, определяют **уровни адаптации** следующим образом:

- **Высокий уровень**

- Первоклассник положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко., глубоко и полно овладевает программным материалом, решает усложненные задачи; прилежен, внимательно слушает объяснения учителя; выполняет поручения без внешнего контроля, проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе, готовится ко всем урокам; общественные поручения выполняет охотно и добросовестно; занимает в классе благоприятное статусное положение.

- **Средний уровень**

- Первоклассник положительно относится к школе, посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи, сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле,

- 
- бывает внимателен только тогда, когда занят чем-то для него интересным, готовится к урокам и выполняет почти всегда домашние задания, общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками.

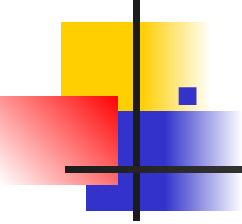
- **Низкий уровень**

- Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на здоровье, доминирует подавленное настроение, наблюдаются нарушения дисциплины; объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебником затруднена, при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса, к урокам готовится нерегулярно.

- Понятие «школьной дезадаптации» стало использоваться в последние годы для описания различных проблем и трудностей, возникающих у детей различного возраста в связи с обучением в школе.

■ С этим понятием связывают отклонения в учебной деятельности – затруднение в учебе, конфликты с одноклассниками и т.д. Эти отклонения могут быть у психически здоровых детей или у детей с разными нервно-психическими расстройствами, а также распространяются на детей, у которых нарушения учебной деятельности вызваны расстройствами различной природы, физическими дефектами.

- **Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.**



Школьная дезадаптация, выраженная в педагогической запущенности, неврозах, различных эмоционально-поведенческих реакциях (отказ, рационализация, перенос, идентификация, уход и т.д.) может наблюдаться на всех ступенях школьного обучения. Но внимание школьного психолога, прежде всего, должны привлекать новички, второгодники, учащиеся первых, четвертых, девярых и выпускных классов, нервные, конфликтные, эмоциональные дети, которые переживают смену школы, коллектива, учителя.

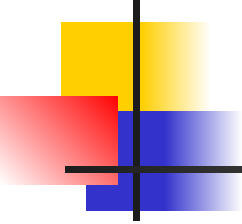
- Понятие школьной дезадаптации является собирательным и включает: **социально-средовые признаки** (характер семейных отношений и влияний, особенности школьной образовательной среды, межличностных неформальных отношений); **психологические признаки** (индивидуально-личностные, акцентуированные особенности, препятствующие нормальному включению в учебный процесс, динамика формирования девиантного, антиобщественного поведения); сюда же следует добавить **медицинские**, а именно, отклонения психофизического развития, уровень общей заболеваемости, проявления часто наблюдаемой **церебрально-органической недостаточности с клинически выраженными симптомами**, затрудняющими обучение .

- В основе этих проблем лежит сложное взаимодействие индивидуальных и социальных факторов, неблагоприятных для гармоничного развития, а пусковым механизмом формирования самих проблем в подавляющем большинстве случаев становится несоответствие предъявляемых к ребенку педагогических требований его возможностям. К числу факторов, отрицательно влияющих на развитие ребенка относят следующие:

- несоответствие школьного режима санитарно-гигиеническим условиям обучения, ориентированным на средневозрастные нормы, психофизиологическим особенностям физически и психически ослабленных детей;

- несоответствие этим особенностям темпа учебной работы в гетерогенном классе;

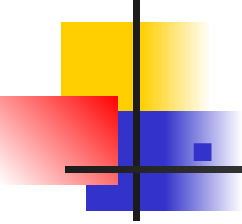
- экстенсивный характер учебных нагрузок;

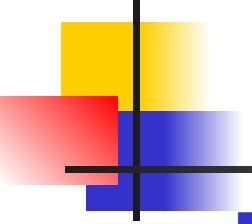
- 
-
- преобладание отрицательной оценочной ситуации и, возникающие на этой почве барьеры в отношениях ребенка и педагогами;
 - повышенный уровень требований родителей в отношении своего ребенка, невозможность ребенка оправдать их ожидания и надежды и, в связи с этим возникающая психотравмирующая ситуация в семье.

- 
- **Для успешного преодоления дезадаптации младших школьников к учебно-воспитательному процессу необходимо создать ряд условий не только в первый год обучения в школе, а на протяжении всего времени обучения в начальной школе:**
-

- — проводить поэтапную диагностику интеллектуального и личностного развития младших школьников;
- — на основе ее результатов осуществлять целенаправленную профилактическую и коррекционную работу с детьми;
- — использовать результаты диагностики учителем с целью оказания помощи ребенку по преодолению выявленных проблем;
- — установить оптимальный стиль взаимоотношений с воспитанниками через использование корректных оценочных действий;

-

- 
- — осуществлять коллективную, групповую работы с детьми;
 - — реализовать принцип системности и последовательности в обучении и организации жизнедеятельности детей младшего школьного возраста;
 - — учителю необходимо выступать источником психолого-педагогических знаний для родителей;
 - — осуществлять поиск компенсаторных возможностей ребенка посредством совместных воспитательных воздействий семьи и школы.

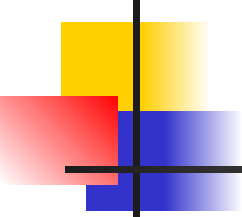
- 
- По результатам исследований Я.Л. Коломинского и Е.А. Панько **позитивную роль в преодолении дезадаптации к школе играют следующие факторы:**
-

- — благоприятная семейная микросреда, для которой характерно отсутствие конфликтных ситуаций;
- — правильные методы воспитания в семье;
- — полноценное общение с ребенком, заинтересованность в подготовке ребенка к школе;
- — тесный контакт родителей с учителем;
- — выполнение ребенком требований школьного режима

Санитарно-гигиенические условия обучения первоклассников.

- В 1 классе проводится по 4 урока ежедневно по 40 минут каждый. На каждом уроке в первых классах проводится по две физкультминутки. Кроме физкультминуток учителя проводят гимнастику для глаз, кистей рук, пальцев. После третьего урока организуется динамическая пауза.

Также в оздоровительных целях и для облегчения процесса адаптации детей к школьной жизни составляется расписание уроков с учётом того, что умственная работоспособность детей в разные дни недели неодинакова. Наибольший объём учебной нагрузки приходится на вторник и среду. В эти дни в расписание включены наиболее трудные предметы. Понедельник и пятница – облегчённые дни в связи с низкой работоспособностью первоклассников. Кроме этого, уроки, требующие большого умственного напряжения (математика, обучение грамоте), согласно расписанию проводятся первыми и вторыми. Уроки по искусству, окружающему миру, трудовому обучению по счёту проводятся последними.

- 
-
- Обучение первоклассников проходит без балльного оценивания знаний. Учителя первых классов используют знаковую символику и словесную объяснительную оценку лишь при положительных ответах и активной работе учеников. Домашнее задание носит рекомендательный характер. Никакому оцениванию не подлежат: темп работы ученика, личностные качества школьника, своеобразие психических процессов ребёнка (памяти, внимания, мышления и др.).

- Для первоклассников после уроков организуют работу группы продлённого дня, с детьми работает воспитатель ГПД. Кроме прогулок на свежем воздухе, дети заняты настольными развивающими и подвижными играми в классе и спортивном зале, просмотром мультфильмов, прослушиванием сказок и других литературных произведений. Во время посещения группы продлённого дня ученики получают обед.
- Во всех кабинетах, в которых занимаются 1-е классы и ГПД 1-х классов, санитарно-гигиенические требования : это режим проветривания кабинета, освещённость классной комнаты, аккуратность оформления классной доски, наличие гигиенических средств (мыло, бумажные салфетки, полотенца), после занятий проводится влажная уборка классов, также соблюдается и питьевой режим