

Трудности периода адаптации детей к школе

Ключевые слова: школьное обучение, адаптация, готовность к школьному обучению.

Адаптация первоклассников к школьной жизни является одной из актуальных проблем, изучаемых психологами и педагогами. Многие исследователи большое значение придают вопросам школьной готовности, а также адаптации первоклассника к новым условиям систематического обучения в коллективе сверстников (М.М. Безруких, Л.И. Божович, А. Л. Венгер, Л.А. Венгер, И.В. Дубровина, С.П. Ефимова, И.А. Коробейников, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова, Д.Б. Эльконин). Первый год обучения в школе – очень сложный, переломный момент в жизни ребенка. Изменяется его место в системе общественных отношений, меняется его привычный образ жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка.

Адаптация – приспособление психологических особенностей, а так же поведения человека к социальным условиям, социальной ситуации, в которой он в данный момент времени оказывается. [5]

Адаптация к школе – это многоплановый процесс. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, внимания, сосредоточенности, поддержания правильной рабочей позы, что для ребенка сложно. Снижается, необходимая для здоровья ребенка, двигательная активность. В первое время у ребенка могут появиться жалобы на усталость, головные боли, возникнуть раздражительность, плаксивость, расстройство сна. Случаются проблемы и психологического плана, например, чувство страха, отрицательное отношение к одноклассникам и учителю, учебе, неправильное представление о своих способностях и возможностях. [2]

Составляющими школьной адаптации являются физиологическая и социально-психологическая адаптация.

Физиологическую адаптацию можно разделить на 3 основных этапа:

- 1) Организм ребенка отвечает бурной реакцией и напряжением на начальный этап обучения.
- 2) Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.
- 3) Организм ребенка реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Продолжительность всех трех периодов приблизительно 5-6 недель. Особенно сложными являются первые 4 недели обучения. [3]

Социально-психологическая адаптация связана с кризисом 7(6) лет. В период 6-7 лет происходят сильные колебания в эмоциональной сфере ребенка. Так же очень выражено ухудшение нервно-психического состояния у детей. Специальные исследования показали, что во время адаптации детей имеющих нервно-психические отклонения к концу года становится больше на 20%. Самые тяжелые для ребенка первые 7-9 недель.

А. Л. Венгером было выявлено 3 уровня адаптации детей к школьному обучению:

1. Высокий уровень адаптации. Ребенок положительно относится к школе, воспринимает требования учителя адекватно, легко усваивает учебный материал, решает сложные задачи, ведет себя прилежно, внимательно слушает объяснения учителя, проявляет большой интерес к самостоятельной работе, делает все домашние задания, занимает в классе хорошее статусное состояние.

2. Средний уровень адаптации. Ребенок положительно относится к школе, понимает материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебной программы, самостоятельно решает

задачи к которым уже есть пример решения, хорошо сосредоточен тогда, когда ему интересно, дружит с одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации. Ребенок отрицательно относится к школе, часто жалуется на здоровье, прибывает в подавленном настроении, нарушает дисциплину, материал, объясняемый учителем, усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебниками вызывает у ребенка затруднения, к занятиям готовится нерегулярно, близких друзей не имеет, ребенку необходим постоянный контроль со стороны родителей и учителя. [6]

Неправильные методы воспитания, неудовлетворенность в общении, неадекватное осознание своего места в группе сверстников, конфликты в семье, отрицательный образ отношения учителя, конфликты между родителями и учителем – все это затрудняет адаптацию ребенка.

Успешность адаптации ребенка к школе зависит от эмоциональной поддержки учителя и родителей. Для ребенка важна поддержка родителей, положительная оценка его стараний. Ребенок должен чувствовать интерес к учебному процессу. Ему важен интерес со стороны одноклассников, ведь почти каждый ребенок хочет завоевать авторитет и доверие. Хорошее общение со сверстниками, формирует его поведение, облегчает привыкание к школе. И конечно очень велика роль учителя, ведь отношение учителя к ребенку определяет отношение остальных ребят к нему.

Известно, что адаптацию к школе облегчает предварительное пребывание ребенка в детском саду. М. Н. Ильина отмечает, что на развитие и течение адаптационного процесса влияет характер воспитания в дошкольном возрасте. Дети посещавшие детский сад адаптируются быстрее, чем те, что воспитывались дома.[4] Хотелось бы отметить, что нередко встречаются споры между родителями и педагогами на тему того, как и чему надо учить ребенка до поступления в школу. Ученые, проведя ряд психофизиологических исследований, под руководством М. М. Безруких,

сделали несколько выводов по поводу того, чему учить детей до школы, чтобы облегчить протекание адаптационного процесса: важнее не учить ребенка читать, а развивать речь, формировать произношение; не учить писать, а создавать условия для развития тонко координированных движений руки и пальцев; слушать, слышать прочитанное, умение понимать смысл и умение пересказывать; важен не объем знаний, а качество его мышления. [3]

В ходе многократных исследований были выявлены признаки успешной адаптации ребенка к школе:

Первый признак - это удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов. Так же важно то, насколько легко ребенок справляется с программой. Если ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддерживать его, не критиковать за медлительность и не сравнивать с другими детьми, а помогать и направлять его. Все дети разные.

Следующий признак – это степень самостоятельности ребенка при выполнении домашних заданий. Так же нормально, когда ребенок после многих попыток выполнения задания обращается к родителям за помощью. Часто родители чересчур «усердно» помогают детям, что приводит к плохому результату. Ребенок привыкает к тому, что ему помогают родители и отказывается делать уроки сам.

Однако наиболее важный признак того, что ребенок освоился в школьной среде – это его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем. [1]

Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод о том, что школьная адаптация – это процесс приспособления ребенка к новым условиям жизнедеятельности, к новому виду деятельности, к новым нагрузкам. Важно готовить ребенка к школе еще в дошкольном возрасте, так как именно в этот период происходит формирование личности ребенка и его

психоэмоциональной сферы. Основным показателем психологической адаптации ребенка к школе являются: установление контакта с одноклассниками и учителем, формирование адекватного поведения, овладение навыками учебной деятельности. Объединенные усилия учителей и родителей способны уменьшить риск возникновения у ребенка трудностей в обучении.

Список литературы

- 1) Адаптация учащихся: Методическая копилка// Школьный психолог. – 2005. -№18 – с. 27-38.
- 2) Артюхова И. С. В первом классе – без проблем/ И. С. Артюхова. – М.: Чистые пруды, 2008. – 32с.
- 3) Безруких М. М. Ребенок идет в школу: учеб. Пособие/ М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – 4-е изд., перераб. – М.: Академия, 2000. – 247с.
- 4) Ильина М. Н. Подготовка к школе/ М. Н. Ильина – Спб., 2003. – 205с.
- 5) Немов Р. С. Психологический словарь/ Р. С. Немов. – М.: Гуманитар. изд. центр ВЛАДОС, 2007. – 560с.
- 6) Популярная психология для родителей./ Под ред. А. А. Бодалева. М.: Педагогика, 1989. – 151с.

