

Иванова Дарья Александровна,  
студентка 3 курса 31 группы  
Институт педагогического образования ТвГУ

### **Проблемы адаптации первоклассников к школе**

**Ключевые слова:** адаптация ребенка, психологическая готовность ребенка, физическая готовность, дезадаптация.

Проблема трудностей адаптации детей к условиям начальной школы в настоящее время имеет высокую актуальность. По оценкам исследователей, в зависимости от типа школы, от 20 до 60 % младших школьников имеют серьезные трудности в адаптации к условиям школьного обучения. В массовой школе учится значительное число детей, которые уже в начальных классах не справляются с программой обучения и имеют трудности в общении [1].

Процесс приспособления ребенка к школе, к новым условиям существования, новому виду деятельности и новым нагрузкам называется адаптацией. Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех сил организма. Не день и не неделя потребуется для того, чтобы ребенок освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, ко всему новому, что несет в себе статус школьника, мобилизуются его адаптационные ресурсы.

По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы.

Первая группа детей адаптируется в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, учителя.

Третья группа - дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы

поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы [2,3].

Анализируя психолого-педагогическую литературу, можно обратиться к работам известных психологов Я.Л. Коломинского и Е.А. Панько, которые выделили основные трудности периода адаптации при поступлении ребенка в школу.

Одной из трудностей периода адаптации ребенка к школе является его возраст. Адаптация 6-летних детей к школе длится дольше – у них наблюдаются повышенное напряжение всех систем организма, более низкая и неустойчивая работоспособность. Тем не менее, год, отделяющий 6-летнего ребенка от 7-летнего, очень важен для физического, функционального и психического развития. С физиологической точки зрения младший школьный возраст – это время бурного физического роста, когда дети быстро тянутся в вверх, когда особенно очевидна дисгармония в физическом развитии, когда она явно опережает нервно-психическое развитие ребенка. Это сказывается в ослаблении нервной системы, что проявляется в повышенной утомляемости, беспокойстве, повышенной потребности в движениях. Все это усугубляет ситуацию для ребенка, истощает его силы, снижает возможности в опоре на ранее приобретенные психические образования.

Следующей трудностью, с которой может столкнуться ребенок в период адаптации является состояние его здоровья. Физическая готовность к обучению – один из основных факторов, влияющих не только на длительность и успешность адаптации к школе, но и на весь процесс дальнейшего обучения. Легче всего адаптируются здоровые дети, намного тяжелее – часто болеющие дети и дети с хроническими заболеваниями в компенсированном состоянии. У большей части из них в начале школьного обучения отмечается ухудшение состояния здоровья, сопровождающееся возникновением нервно-психических отклонений.

Готовность ребенка к началу систематического обучения является следующей не менее важной проблемой периода адаптации. Психологическая готовность ребенка к школьному обучению – это один из важнейших итогов психического развития в период дошкольного детства. Готовность ребенка к школе определяется уровнем развития личности в интеллектуальном, мотивационном, коммуникативном и физическом отношениях [6].

Рассмотрев отечественную психологию можно обратиться к идее Л.С. Выготского о том, что готовность к школьному обучению заключается не столько в количественном запасе знаний и умений, сколько в уровне развития познавательных процессов. Готовность к школе, связывалась им прежде всего, со способностью обобщать, дифференцировать в соответствующих категориях предметы и явления окружающего мира, устанавливать причинно-следственные связи, делать самостоятельные выводы. Так же следует сказать, что высокие показатели психологической готовности, как правило,

обеспечивают успешность адаптации ребенка к школе, однако не гарантируют, что в начальной школе у ребенка не возникнет проблем [6,7].

Содержание обучения и методика преподавания может являться одной из трудностей адаптации ребенка к школе. Рациональная организация учебных занятий и режима дня существенно облегчает процесс адаптации детей к школе. При этом важно учитывать, что расписание учебных занятий, методы преподавания, содержание и насыщенность учебных программ, а также условия школьной среды должны соответствовать возрастным функциональным возможностям первоклассников. В известной степени облегчает адаптацию к школе предварительное пребывание детей в детском саду. Например, в работах А.Г. Глушенко указывается, что на развитие и течение адаптационного процесса влияет характер воспитания в дошкольном возрасте. Быстрее адаптируются дети, посещавшие до школы детский сад, а у тех, кто воспитывался дома, чаще наблюдались двигательная расторможенность, нежелательные изменения в характере общения со сверстниками.

Немало важным является и позиция самого педагога и от выбранного им стиля общения с учениками. В настоящее время выделяются три основных стиля педагогического общения: демократический, авторитарный и попустительский. В исследовании М.Е. Зеленовой было показано, что адаптация детей к школе более благоприятно протекает в классе у учителя, придерживающегося демократического типа педагогического взаимодействия. У ребят к концу года снижается выраженность таких симптомов комплексов, как незащищенность, недоверие к себе, враждебность, депрессивность, чувство неполноценности и конфликтность. Личностно ориентированный учитель создает в классе атмосферу, благоприятную для совпадения индивидуальных потребностей детей с требованиями школы.

Трудности периода адаптации могут возникнуть если не создан положительный микроклимат в коллективе. Задача учителя – поддерживать дружбу ребят по интересам, формировать эти интересы. Важно, чтобы ребенок понял, что класс, школа – это доброжелательный, чуткий коллектив сверстников, младших и старших товарищей. Важно отметить, что ребенок должен почувствовать, что ему интересно и радостно среди одноклассников: ведь ему необходима их оценка, их отношение. Положительные эмоции, которые он испытывает при общении со сверстниками, во многом формируют его поведение, облегчают адаптацию к школе [5].

Важно отметить, что семейные отношения влияют на процесс адаптации первоклассников. Так психологи Я.Л. Коломинский и А.А. Панько считают, что для того чтобы период адаптации к школе прошел относительно легко, очень важно, чтобы взаимоотношения в семье были хорошими, отсутствовали конфликтные ситуации и к тому же у самого ребенка должен быть

благоприятный статус в группе сверстников, если этого не будет, то это может привести к трудностям периода адаптации [5].

Если у ребенка возникают трудности периода адаптации, то это может привести к дезадаптации. Школьная дезадаптация проявляется в нарушениях успеваемости, поведения и межличностных воздействий. Уже в начальных классах выявляются дети с подобными проблемами и, несвоевременное распознавание их характера и природы, отсутствие специальных корректирующих программ приводят не только к хроническому отставанию в усвоении школьных знаний, к снижению учебной мотивации, но к различным формам отклоняющегося поведения [7].

В ходе исследования Ковалевой Л. М., Ю. и А. Александровской обнаружилось, что существует пять подгрупп детей, у которых по – разному протекает процесс адаптации.

Подгруппа I – «норма». На основании психологической диагностики наблюдений, характеристик, в нее можно включить детей, которые:

- хорошо справляются с учебной нагрузкой и не испытывают значительных сложностей в обучении;
- успешно взаимодействуют с преподавателями, со сверстниками, т.е. не имеют проблем в сфере межличностных отношений;
- не жалуются на ухудшение состояния здоровья – психического и соматического;
- не проявляют асоциальных норм поведения.

Процесс школьной адаптации у детей этой подгруппы в целом проходит достаточно успешно. У них высокая мотивация обучения и высокая познавательная активность.

Подгруппа II – «группа риска». Возможно возникновение школьной дезадаптации, требующая психологической поддержки. Дети обычно плохо справляются с учебной нагрузкой, не проявляют видимых признаков нарушений социального поведения. Часто сфера неблагополучия у таких детей достаточно скрытого личностного плана, у учащегося возрастает уровень тревожности и напряженности как показатель неблагополучия развития. Важным сигналом о начинающемся неблагополучии может служить неадекватный показатель самооценки ребенка при высоком уровне школьной мотивации, возможны нарушения в сфере межличностных отношений. Если при этом увеличивается число заболеваний, это свидетельствует о том, что организм начинает реагировать на возникновение сложностей в школьной жизни из-за снижения защитных реакций.

Подгруппа III – «неустойчивая школьная дезадаптация». Дети этой подгруппы отличаются тем, что не могут успешно справляться с учебной нагрузкой, нарушен процесс социализации, наблюдаются существенные изменения психосоматического здоровья.

Подгруппа IV- «Устойчивая школьная дезадаптация».

Помимо признаков школьной не успешности эти дети имеют еще один важный и характерный признак - асоциальное поведение: грубость, хулиганские выходки, демонстративное поведение, побеги из дома, прогулы уроков, агрессия и т.д. В самой общей форме отклоняющегося поведения школьника – всегда результат нарушения усвоения социального опыта ребенка, искажения мотивационных факторов, расстройство адаптированного поведения.

Подгруппа V- «Патологические нарушения».

Дети имеют явное или патологическое отклонение в развитии, незамеченное, проявившееся в результате обучения или умышленно скрываемое родителями ребенка при поступлении его в школу, а также приобретенное в результате тяжелого осложненного заболевания.

К таким проявлениям патологических состояний можно отнести:

- психические (задержки психического развития различной степени эмоционально – волевой сферы, невротоподобные и психопатические расстройства);

- соматические (наличие стойких физических недугов: нарушение сердечно – сосудистой, эндокринной, пищеварительной систем, зрения и т.д.) [4].

Обобщая все вышесказанное, можно подвести следующие итоги: адаптация первоклассника – особый и сложный период в жизни ребенка: он усваивает новую социальную роль ученика, новый вид деятельности - учебную, изменяется социальное окружение – появляются одноклассники, учителя, школа, как большая социальная группа, в которую включается ребенок. Ребенок не готовый к обучению в том, или ином аспекте школьной зрелости, испытывает трудности в адаптации к школе и может быть дезадаптирован. Ребенок, поступающий в школу должен быть зрелым и в физическом, и в социальном отношении.

#### **Список литературы**

1. Божович Л.И. Избранные психологические труды: Проблемы формирования личности. - М.; Воронеж, 1995.
2. Ефимова С.П. Как помочь первокласснику хорошо учиться. – М.: «АСТ», 2003
3. Журавлев Д. Адаптация учащихся на переходных периодах. Народное образование. -2008.
4. Ковалева Л.М., Тарасенко Н.Н. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе. // Начальная школа, № 7, 1996.
5. Коломинский Я.Л., Панько Е.А. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста. – М., 1988
6. Костяк Т.В. Психологическая адаптация к школе. - М.: «Академия», 2008.

7. Ускова С.А. Психологическая готовность ребенка к школе. – М.: «СФЕРА»,1998