

В. В. Валетов, ректор университета,  
доктор биологических наук, профессор;

Б. А. Крук, декан факультета дошкольного  
и начального образования, кандидат  
филологических наук, доцент

## **ДАШКОЛЬНАЯ АДУКАЦЫЯ: ВОПЫТ, ПРАБЛЕМЫ, ТЭХНАЛОГІІ**

**А.Н. Асташова (Мозырь, Мозырский государственный педагогический  
университет имени И.П. Шамякина)**

### **ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА К ШКОЛЕ**

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни: надо систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя и т.д. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников.

Общеизвестно, что в самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности. Ребенка, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, и принято считать адаптированным. Адаптация – процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. Трудность или легкость адаптации зависит от особенности нервной системы, темперамента, черт характера, адаптационных способностей, адекватного опыта.

Независимо от того, сколько усилий и времени в дошкольном возрасте потрачено на обеспечение готовности детей к школе, практически все они в начальный период обучения сталкиваются с определенными трудностями. От того, как они адаптируются к новым условиям (школе), во многом зависит их эмоциональное состояние, работоспособность, здоровье, успешность обучения. Организм ребенка приспособливается к новым условиям как физиологически, так и психологически. Можно выделить особо значимые моменты в период адаптации ребенка к школе:

- адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам. Уровень адаптации зависит от возраста ребенка, посещения учреждения дошкольного образования, степени сформированности морфофункциональных систем организма;

- адаптация к новым социальным отношениям и связям относится к пространственно-временным и личностно-смысловым отношениям, к характеристике деятельности и общения ребенка;

- адаптация к новым условиям познавательной деятельности зависит от интеллектуального развития, обучаемости, любознательности, коммуникативных способностей.

Безусловно, создание благоприятных условий для адаптации ребенка к школе является важнейшим фактором обеспечения его разностороннего развития. Здесь многое зависит, прежде всего, от поддержки и помощи взрослых (педагогов, родителей).

Для успешной адаптации детей к обучению в школе необходимо соблюдать следующие принципы: индивидуализации, принцип личностно-ориентированного подхода, принцип рефлексии, принцип уважения личности ребёнка с разумной требовательностью. Использовать современные педагогические технологии: здоровьесберегающие технологии и технологию ненасильственного обучения.

Очень важно, чтобы ребенок пошел в школу психологически и физически подготовленным. Основными компонентами психологической готовности к школе учёные считают: личностную, волевую и интеллектуальную.

1. Личностная готовность выражается в отношении ребёнка к школе, учебной деятельности, педагогам, самому себе. Умение ребенка общаться со сверстниками, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться по необходимости – качества, которые обеспечивают ему безболезненную адаптацию к новой социальной среде, что способствует созданию благоприятных условий для дальнейшего обучения в школе.

2. Волевая готовность связана с формированием произвольности познавательных процессов. Без неё невозможно учение, так как первоклассника ждет напряженный труд. Укрепить волевое знание о себе поможет игра. Также важным аспектом можно назвать формирование у ребенка познавательной деятельности, которая заключается в формировании не боязни трудностей, стремлении разрешать их самостоятельно или с небольшой поддержкой взрослых. Это поможет ребенку управлять своим поведением в школе.

3. Интеллектуальная готовность – одна из предпосылок успешного обучения, основным содержанием которой является развитие умственных способностей. Ребенок должен научиться сравнивать, обобщать, делать самостоятельные выводы, анализировать. К сожалению, родители часто отмахиваются от надоевших вопросов – это и является основой интеллектуальной пассивности. Также к этому ведет и «пичкание» ребенка готовыми знаниями. Поэтому необходимо вместе с ребенком приобретать знания об окружающем мире и формировать его мыслительные навыки. Пусть он научится ориентироваться в окружающей среде и осмысливать полученные сведения.

В школу поступают дети с разным уровнем развития, разным паспортным возрастом, каждый имеет разный уровень здоровья. А успешность обучения во многом зависит от того, с каким здоровьем пришёл ребенок в первый класс.

К сожалению, в наше время «здоровыми» начинают обучение примерно 20% детей.

Условно мы делим детей на 3 группы здоровья: I группа – редко болеющие дети, имеющие нормальное физическое развитие, нормальное психическое развитие; II группа – дети, имеющие функциональные отклонения на грани здоровья и болезни); III группа – дети, имеющие хронические заболевания.

Важно знать, что адаптация – это длительный процесс, связанный с напряжением всех систем организма. Охарактеризуем особенности адаптации первоклассников к школьной жизни. Для успешного обучения школьников необходимо учитывать особенности их адаптации (привыкания, приспособления) к школьной жизни.

Можно выделить три уровня адаптации детей к школе, содержание которых поможет определить, как проходит период привыкания к школьной жизни у ребенка (таблица 1).

Таблица 1. – Уровни адаптации ребёнка к школе

| <b>Уровни адаптации</b> | <b>Содержание</b>   |
|-------------------------|---|
| <b>Высокий уровень</b>  | Первоклассник положительно относится к школе. Предъявляемые требования воспринимает адекватно. Учебный материал усваивает легко, глубоко и полно, успешно решает усложненные задачи. Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя. Выполняет поручения без внешнего контроля. Проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе, поручения выполняет охотно и добросовестно. Занимает в классе благоприятное статусное положение.   |
| <b>Средний уровень</b>  | Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний. Понимает учебный материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно. Усваивает основное содержание учебных программ, самостоятельно решает типовые задачи. Внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при условии контроля с его стороны. Общественные поручения выполняет добросовестно. Дружит со многими одноклассниками.  |
| <b>Низкий уровень</b>   | Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе. Нередко жалуется на здоровье, у него доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины. Материал усваивает фрагментарно. Самостоятельная работа с учебником затруднена. При выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса. К урокам готовится нерегулярно. Необходим постоянный контроль: систематические напоминания, побуждения со стороны учителя и родителей. Общественные поручения выполняет без особого желания. Пассивен, близких друзей не имеет. |

Для того чтобы период адаптации к школе прошёл у ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников.

Необходимым условием успешной адаптации ребенка в школе является степень участия родителей в его школьной жизни, в организации приготовления уроков, особенно в первый год обучения.

Поддержите в ребенке его стремление стать учащимся. Искренняя заинтересованность родителей в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

Беспокоиться нужно за ребенка во время адаптации тогда, когда нежелание учиться является устойчивым, выражается активно, отражает основное отношение ребенка к школе (таблица 2).

Таблица 2. – Анализ отношения ребенка к школе в период адаптации

| Обычно  | Опасно  |
|---|---|
| Снижается первоначально непосредственный интерес к школе, занятиям.   | Полное отсутствие интереса к учебе, вялость и безынициативность.  |
| Начинает время от времени говорить, что учиться надоело (особенно в конце недели и четверти), но активно интересуется всем остальным. | Ничего не интересно, безразличие ко всему, даже к играм, если они требуют хоть какого-то напряжения.  |
| Радует, когда не надо делать домашнее задание.  | Делает уроки только «из-под палки».   |
| Время от времени хочет остаться дома, пропустить уроки.   | Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней, которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома. |
| Иногда выражает недовольство учителем или опасения по его поводу.   | Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию.   |

Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация может проходить по-разному. Значительная часть примерно 50–60% детей адаптируется в течение первых двух-трех месяцев обучения. Это проявляется в том, что ребенок привыкает к коллективу, ближе узнает своих одноклассников, приобретает друзей. У этой категории детей преобладает хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу, добросовестно выполнять требования учителя.

Другим детям (их примерно 30%) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия не сразу выполнять требования учителя, часто выяснять отношения со сверстниками неадекватными методами (даться, капризничать, жаловаться, плакать). У этих детей встречаются трудности и в усвоении учебных программ.

В каждом классе есть примерно 14% детей, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Они отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно с этими детьми не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста: они ведут себя вызывающе, задираются, мешают проводить урок.

Наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы. Активный период обучения должен начинаться после «острого» периода адаптации.

Учитель должен строить свою деятельность с учетом степени и длительности адаптации шестилетних детей к школе. Необходимо быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Нецелесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей, неуверенных в себе, стеснительных, демонстрировать перед всеми недостатки и ошибки отдельных детей. Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах.

Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребенка и нарушению его психического здоровья.

**Нами раскрыты некоторые типичные сложности, которые могут возникнуть**

у первоклассников в период адаптации его к школе. Совместные усилия внимательных родителей и педагогов – профессионалов способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения, предвидеть и избежать проблем школьной адаптации. Однако для этого необходимо быть уверенным, что Ваш ребенок обладает достаточной психологической и физиологической зрелостью для того, чтобы учиться в школе.

**Литература** 1. Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы. Письмо МО РФ № 2024/1113 от 25.09.2000 г. // Начальная школа: плюс – минус. – № 12. – 2000. – С. 36–42.

2. Первokлассник – новый этап в жизни вашего ребенка... и вашей семьи: «Школа счастливой семьи» // Детский фонд ООН UNICEF / Гомельское городское общественное объединение «Социальные проекты». – 12 с.