Горюнова Алла Владимировна,

учитель начальных классов,

МБОУ СОШ с УИОП № 8 г. Воронеж

**Адаптация первоклассников к школе.**

Успешность адаптации первоклассника к школе зависит от слаженности усилий учителя, психолога, администрации и родителей. Это довольно сложный процесс, который у каждого ребенка протекает по-разному.   Что такое адаптация?

Адаптация — это механизм социализации личности, включение ее в систему новых отношений и общественных связей. При поступлении первоклассника в школу он попадает в абсолютно иные условия существования и новый круг общения.Начало формыКонец формы

Начало формы

Конец формы

Первый класс считается самым важным годом в жизни школьника. Правильная адаптация положительно влияет на учебный процесс, мотивирует к получению новых знаний, позволяет легко влиться в новый коллектив и завести друзей. Первокласснику не всегда удается быстро привыкнуть к новому образу жизни. Новый режим дня, необходимость сидеть на уроках спокойно, сохраняя правильную рабочую позу - все это доставляет ребенку некоторый дискомфорт.

Особенностями адаптации первоклассников нередко к школе являются повышенная капризность, раздражительность, склонность к быстрой утомляемости. Неудивительно — с началом обучения возлагается немало ответственности, к которой малыш не привык.

Другими трудностями адаптации первоклассников может быть вливание в коллектив и сложности в принятии учительницы как новой фигуры в жизни ребёнка. Адаптация первоклассника может длиться от двух недель до полугода. Продолжительность периода адаптации зависит от таких факторов: индивидуальных особенностей ребенка; [уровня готовности к школе](https://pedsovet.su/publ/164-1-0-4534); степени развития социальных навыков. Целью адаптационного процесса является адекватное включение первоклассника в новую социальную ситуацию.

Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процесс адаптации так или иначе идет. Вопрос только в том, сколько времени уйдет у ребенка и учителя на него и насколько этот процесс будет эффективен. По статистике половина детей в классе адаптируется за первое полугодие, для второй половины требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Многое зависит от индивидуальных особенностей ребенка, был ли он психологически готов к школьному обучению, так же это зависит от состояния здоровья ребенка и уровня его физиологического развития.

Первым признаком успешной адаптации является удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.   
Второй признак - насколько легко ребенок справляется с программой. Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех. В связи с тем, что темпы адаптации индивидуальны, ребенку требуется внимание и посильная помощь от взрослых. Неудача может привести к развитию комплексов и страхов в детском возрасте, низким отметкам и другим негативным последствиям. Необходимо понимать всю ответствен-ность периода адаптации, который важен для психического развития ребенка. Третий признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому. Очень важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем. Хоть в младшем школьном возрасте на первом месте и стоит учеба, общение со сверстниками и учителем также является очень важным.

**Адаптации первоклассников по ФГОС**

Традиционно адаптацией считается процесс привыкания ребенка к условиям школьной жизни. Главное внимание обращается на его социальную составляющую, т.е. первоклассник должен «вжиться в роль ученика»: установлен контакт с учителем;

ребенок осознает круг своих обязанностей и подчиняется школьным требованиям;

налажены отношения с одноклассниками; ребенок не создает конфликтные ситуации в классе; владеет необходимыми учебными умениями и навыками.

В связи с введением в начальной школе ФГОС подходы к сути адаптации изменились, значительно расширился перечень критериев успешной адаптации. Согласно новым образовательным стандартам в ходе организации учебно-воспитательного процесса в начальной школе необходимо делать акценты на личностно-ориентированном, системно-деятельностном и здоровьесберегающем подходе. Важно ориентироваться на индивидуальные особенности школьника и перейти от методики «уравнивания» всех детей в классе к методике раскрытия «Я — концепции» каждого ребенка.

Следуя этим требованиям, процесс адаптации первоклассников в условиях ФГОС должен быть переориентирован и учитывать также две другие составляющие.

**Физическая адаптация** — оценивается по таким параметрам, как ежедневное самочувствие, уровень работоспособности, сон, аппетит, наличие заболеваний, обострение хронических болезней.

**Психологическая адаптация** первоклассников к школе — оценивается по таким параметрам, как мотивация к школе и учебе, уровень развития психологических процессов, настроение, готовность и способность к самооцениванию.

Адаптационный процесс охватывает все стороны жизни ребенка, которые подвергаются серьезным изменениям при поступлении в школу. Общая характеристика уровней адаптации первоклассников к школе выглядит следующим образом.

**Высокий уровень** характеризуется быстрым привыканием ребенка к школе (в течение 2-6 недель). Он имеет положительную мотивацию к школе, быстро и легко усваивает программный материал. Может решать задания повышенной сложности. Обладает навыками самообразовательной деятельности. Ответственно относится к выполнению поручений учителя. Имеет друзей в классе. Нет проблем со здоровьем.

**Средний уровень** — ребенок довольно долго привыкает к школе (2-3 месяца), но не испытывает отрицательных переживаний от ее посещения. Бывают незначительные перепады настроения, усталость. Понимает наглядное пояснение учителя, усваивает основной материал учебных программ. Решает типовые задания, усидчив и внимателен. Добросовестно выполняет указания учителя, но под его контролем. Поддерживает дружеские отношения со многими одноклассниками.

**Низкий уровень** — ребенок испытывает значительные трудности в привыкании к школе, относится к ней отрицательно. Может нарушать дисциплину. Учебный материал усваивает фрагментарно, не проявляет интереса к занятиям. Часто имеет подавленное настроение, жалуется на самочувствие. Мало общается с одноклассниками, не всех знает по имени.

При отсутствии специально организованного учителем учебного процесса и без психологической поддержки большинство первоклассников достигают только среднего уровня адаптации к школе. В соответствии с ФГОС в образовательном учреждении должны быть созданы такие психолого-педагогические условия, которые направлены на создание благоприятной среды для здоровья ребенка и будут способствовать всестороннему гармоничному развитию личности.

Для успешной адаптации первоклассников к школе необходимо обеспечить соблюдение таких условий: организация учебно-познавательной деятельности в соответствии с возрастными особенностями; проведение оздоровительно-профилактической работы; организация щадящего режима школьных занятий с постепенным переходом к обычному распорядку; соблюдение санитарно-гигиенических требований; организация активного досуга во внеурочное время; формирование положительного отношения семьи к новому статусу ученика; проведение постоянного мониторинга уровня адаптации. Важную роль в эффективной реализации всех указанных условий играет профессиональный уровень педагогов.

Проблемы адаптации первоклассников к школе являются актуальными для всей системы образования. Каждый ребенок, попадая первый раз в школу, волнуется, переживает и ждет поддержки от взрослых — родителей и учителя. Главная задача, которая должна быть решена в этот период— сохранение, поддержка  и развитие индивидуальности ребенка. Работа с родителями в адаптационный период должна быть направлена на повышение их педагогической образованности. С этой целью необходимо проводить тематические родительские собрания, разработать [советы родителям по преодолению трудностей в адаптации ребенка](https://pedsovet.su/ns/6295_sovety_roditelyam_pervoklassnikov_v_period_adaptacii), организовать индивидуальные консультации.

Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии. Кроме того, не сразу усваиваются новые правила поведения со взрослыми, не сразу признаётся позиция учителя и устанавливается дистанция в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

Адаптация первоклассников к школьной жизни является одной из актуальных проблем, стоящих перед педагогической наукой и практикой.

Адаптация к школе - многоплановый процесс. Его составляющими являются физиологическая адаптация и социально-психологическая адаптация (к учителям и их требованиям, к одноклассникам). Все составляющие взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения, самочувствии и состоянии здоровья первоклассника, его работоспособности, умении взаимодействовать с педагогом, одноклассниками и выполнять школьные правила.

Список литературы

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе / Э.М. Александровская.- М., 2008.- 153 с.
2. Артюхова И.С. В первом классе - без проблем / И.С. Артюхова. - М.: Чистые пруды, 2008. – 32 с.
3. Божович Л.М. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.М. Божович. - М., 2008. – 267 с.
4. Общая психология: учеб. пособие для вузов / под ред. А.В. Петровского. - М.,2007.- 480 с.
5. Чиникайло С.И. Психолого - педагогическое сопровождение адаптации младших школьников / С.И. Чиникайло. - Мн., БГМУ, 2005. - 56с.