

3 Спилбергер, Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги / Ч. Спилбергер. – Москва // Тревога и тревожность: хрестоматия / сост. В. М. Астапов. – СПб. : Пер Сэ, 2008. – С. 85–99.

Н. В. Малашенко

Научный руководитель: Н. Г. Новак, канд. психол. наук, доцент
Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины,
г. Гомель, Республика Беларусь

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЬНОМУ ОБУЧЕНИЮ

В статье рассматриваются проблемы особенностей адаптации первоклассников к школьному обучению. Приводятся данные проведенного эмпирического исследования по вопросу адаптации первоклассников к обучению в школе и анализ результатов проведенного исследования.

Ключевые слова: адаптация, школьная адаптация, школьная дезадаптация, критерии процесса адаптации, психолого-педагогические факторы адаптационного процесса, готовность к школьному обучению.

В психологии адаптация – это одно из основополагающих качеств человека, это все виды врожденной, приобретенной и приспособительной деятельности, которые обеспечиваются определенными физиологическими реакциями. Под адаптацией понимается приспособление к постоянно меняющимся социальным и психологическим условиям с применением разнообразных знаний и умений.

Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление, вхождение в школьную жизнь, происходит на всем протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать весь период младшего школьного возраста.

Начало школьного обучения практически совпадает с периодом второго физиологического кризиса, приходящегося на возраст 7 лет. В период кризиса происходит существенное изменение всего психологического облика ребенка, коренная перестройка его отношений с социальным окружением. Согласно Л. С. Выготскому, основой этих изменений является утрата детской непосредственности. Ребенок, вступивший в полосу кризиса, теряет детскую наивность; во всех своих проявлениях: в поведении, в отношениях с окружающими, он становится не таким понятным как раньше [1].

Выделяют три основных этапа адаптации: ориентировочный, неустойчивое приспособление и период относительно устойчивого приспособления. На каждый этап приходится от 1 до 3 недель.

По данным Н. В. Литвиненко, большинство детей адаптирует в елокш в течение первых двух месяцев обучения (56 %). Меньшая группа (30 %) отвечает школьным требованиям лишь к концу первого полугодия. Третья группа детей (14 %) испытывает сложности адаптации в течение всего года [2, с. 21].

Критериями благополучной физиологической адаптации к школе могут служить хороший сон и аппетит, отсутствие жалоб на головные боли, а также выраженных неблагоприятных изменений в состоянии здоровья ребенка.

Психологические особенности адаптации первоклассника зависят от принятия им новой жизненной позиции и переключением на новый вид деятельности – учебной, в ходе которой происходит основное психологическое становление младшего школьника. Учебная деятельность определяет дальнейшее психическое и личностное развитие ребенка.

Черты опосредованности, произвольности приобретает и вся психическая жизнь ребенка. Наряду с этим происходят и существенные изменения в эмоционально-мотивационной сфере. Впервые возникает обобщение переживаний. Черёда успехов или неудач, каждый раз переживаемых ребенком в каких-либо ситуациях (учеба, общение), приводят к формированию устойчивых аффективных комплексов чувства неполноценности, ущемленного самолюбия или, напротив, чувства собственной значимости, умелости, компетентности.

Физическое развитие ребенка становится влияющим не только на личностное развитие, но и на школьную адаптацию в целом. Одной из особенностей первоклассников является значительное увеличение массы мышц и прирост мышечной силы. Важное значение имеют особенности психического развития и развитие познавательной деятельности у младших школьников. Существенным фактором в этом отношении является связанное с развитием мозга совершенствование их нервной системы. Развитие головного мозга у младших школьников проявляется в увеличении его веса и в изменении структурных связей между нейронами (нервными клетками).

В этом возрасте нервные процессы становятся более подвижными. Постепенно уравниваются процессы возбуждения и торможения, ребенок начинает регулировать свою деятельность сам. Доминирующей функцией у ребенка становится мышление, которое определяет работу всех функций сознания, они становятся контролируемы. Хотя формируется словесно-логическое мышление, но все же важную роль играет наглядно-образное мышление, поэтому для успешного усвоения материала важно, чтобы он был представлен в наглядной форме (картинка, таблица).

В младшем школьном возрасте закладывается фундамент нравственного поведения, происходит усвоение моральных норм и правил поведения, начинает формироваться общественная направленность личности.

Изменение окружающей обстановки, привычных условий, сферы общения и ритма жизни, повышение требований к самостоятельности, интенсивные умственные и физические нагрузки вызывают хроническую эмоциональную напряженность и тревожное состояние, провоцируя развитие синдрома так называемой школьной дезадаптации [3, с. 153].

Атмосфера воспитания в семье и дошкольных учреждениях значительно отличается от школьного обучения и во многих отношениях представляет собой стрессовую ситуацию для ребенка, так как это ведет к кардинальным изменениям его жизни. Дети, которые испытывают трудности во время школьного обучения составляют так называемую «группу риска» возникновения школьной дезадаптации.

В основе проблемы дезадаптации лежит сложное взаимодействие индивидуальных и социальных факторов, неблагоприятных для гармоничного развития. Так, например, несоответствие школьного режима психо-физиологическим особенностям физически и психически ослабленных детей; несоответствие этим особенностям темпа учебной работы в классе; экстенсивный характер учебных нагрузок; преобладание отрицательной оценочной ситуации и, возникающие на этой почве «барьеры» в отношениях ребенка и педагогов; 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. Не менее важным фактором, влияющим на формирование школьной дезадаптации, особенно на первом году обучения является психологический климат в семье.

Психолого-педагогическое сопровождение адаптационного процесса младших школьников состоит из нескольких факторов, которые помогают оптимизировать процесс адаптации к школе. Факторы можно разделить на следующие группы:

Психофизиологические факторы – здесь имеет значение возраст поступления ребенка в школу. Шестилетки дольше адаптируются, чем дети семилетнего возраста, у них наблюдается повышенное напряжение всех систем организма и быстрое снижение работоспособности.

Начальная готовность к системному обучению в школе – не менее важный фактор, который отражает психологическую адаптацию учащегося к обучению. Психологическая готовность несет в себе структуру элементов, связанных между собой: мотивационный (собственная позиция школьника), волевой (умение подчинять свои действия правилу), интеллектуальный (наличие внутреннего плана действий).

Правильно построенная работа учебного учреждения – многое в процессе адаптации зависит от учителя и его стиля общения с детьми. Учитель с демократическим типом педагогического взаимодействия больше располагает к себе детей и это ведет к более быстрой и успешной адаптации учеников. Личностно ориентированный учитель создает в классе благоприятную атмосферу для совпадения индивидуальных потребностей детей с требованиями школьного учреждения. Очень важно, чтобы ребенок почувствовал, что его класс, школа – это доброжелательный коллектив сверстников готовых помочь в любой ситуации. Ребенок с интересом общается с одноклассниками, учителями, ему радостно и комфортно в коллективе – это важный индикатор успешной адаптации.

Своевременное диагностирование причин школьной дезадаптации первоклассников, послужит основой для дальнейшей разработки программы профилактики, включающий определенный комплекс мероприятий направленный на развитие у обучающихся учебной мотивации, снижение школьной тревожности и на снятие эмоционального напряжения.

Ссылаясь на теоретический анализ проблемы адаптации первоклассников к обучению в школе, было проведено эмпирическое исследование на базе ГУО «Средняя школа № 49 г. Гомеля».

Цель исследования: изучить особенности адаптации к вокинссалковрѣп иицаб-му обучению. В исследовании принимали участие 62 школьника, обучающихся в 1 «А», 1 «Б», 1 «В» классах.

В качестве психодиагностического инструментария была использована методика «Психолого-педагогическая оценка готовности к началу школьного обучения», Н. Семаго, М. Семаго. Результаты диагностики по данной методике приведены на рисунке 1.

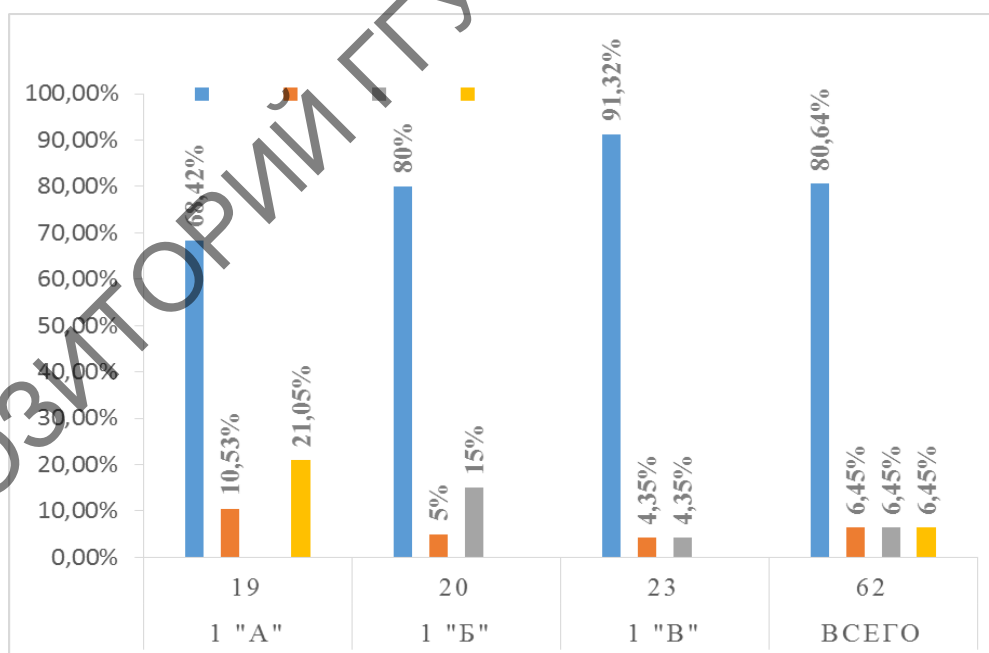


Рисунок 1 – Уровень готовности к школьному обучению

В ходе анализа проведенной диагностики были получены следующие данные: высокую готовность к началу регулярного обучения показали 80,64 % обучающихся – у этих

учащихся может быть достаточно высокий уровень адаптации к школе и образовательному процессу в целом, эти дети не нуждаются в каком-либо дополнительном обследовании или помощи со стороны взрослых.

Условную готовность показали 6,45 % обучающихся – у этих детей отмечен средний уровень готовности, можно отчасти спрогнозировать трудности при начале регулярного обучения. Но эти дети могут адаптироваться к обучению без дополнительной помощи специалистов, за счет грамотно организованного педагогического воздействия.

Условную неготовность показали 6,45 % обучающихся – данная группа детей с низким уровнем готовности к обучению, будет испытывать трудности в адаптации и социализации к школе и учебному процессу. Эти дети нуждаются в дополнительной помощи специалистов (логопед, психолог, педагог). Им рекомендована коррекционно-развивающая работа.

Неготовность показали 6,45 % обучающихся – эти дети пришли в школу не подготовленные к обучению, им в обязательном порядке необходимо углубленное обследование психолога, а при необходимости – логопеда или дефектолога, коррекционная помощь, дополнительные занятия с педагогом, консультации родителей.

Таким образом, в ходе эмпирического исследования было выявлено, что у большинства детей, поступивших в школу отмечен достаточно высокий уровень подготовки к началу обучения. Эти дети достаточно легко адаптируются к новым условиям учебной деятельности, они не будут испытывать трудностей в обучении.

Следовательно, своевременное диагностирование уровня адаптации и готовности детей к обучению в школе позволит произвести грамотную коррекцию, и дать рекомендации по оптимизации данной проблемы.

Для профилактики дезадаптации необходимо обеспечить соблюдение таких условий, как организация учебно-познавательной деятельности в соответствии с возрастными особенностями первоклассников, создание комфортных условий для общения, проведение оздоровительно-профилактической работ, организация шадящего 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.

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, организовать индивидуальные консультации.

Список использованных источников

1 Глаголева, К.С. Л.С. Выготский о роли игры в психическом развитии ребенка / К.С. Глаголева // Молодой ученый. – 2017. – № 4 (138). – С. 324–326.

2 Литвиненко, Н.В. Социально-психологическая адаптация школьников в критические периоды развития (индивидуально-типологический подход): монография / Н.В. Литвиненко. – М. : Сфера, 2014. – С. 21–26.

3 Леутин, В.П. Инверсия «эффекта правого уха» при запоминании сигнальной информации в процессе адаптации / В.П. Леутин, Н.И. Дубровина // Журн. высш. нерв. деятельности им. И.П. Павлова. – 2013. – № 1. – С. 153–156.