

Адаптация первоклассников школьным условиям

Возрастные особенности детей шести-семи лет.

Кризис семи лет

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Очень сложным для первоклассников является период адаптации в школе. Обычно он составляет от 1 до 2 месяцев. Семилетний ребенок – это уже не малыш, требующий постоянного внимания и заботы взрослых. И в то же время у этого ребенка еще не выработаны навыки организованной деятельности. Особенность этого возраста состоит в том, что в этот период жизни ребенка происходит выраженная перестройка в психофизиологическом развитии. Вот почему есть основания рассматривать этот возраст как особый, переломный. Ю. Змановский выделяет следующие основания для данного утверждения:

1. Общее физическое развитие ребенка становится более гармоничным. Интенсивно развиваются все физиологические системы организма – сердечно-сосудистая, дыхательная, опорно-двигательный аппарат, эндокринные железы и т.д.

2. Заканчивается первый период в развитии черепа с формированием затылочных, теменных и лицевых костей, черепных швов. Вес мозга достигает 90 процентов веса мозга взрослого человека. Размеры поверхности коры головного мозга, так же составляют 90 процентов размеров поверхности коры взрослого человека. Наиболее сложные лобные области окончательно созревают. В этих отделах мозга наблюдается бурное развитие так называемых ассоциативных зон, в которых формируются мозговые процессы, определяющие проявления сложнейших интеллектуальных действий. Происходит становление системной организации зрительного восприятия ребенка.

3. Происходят изменения во всех сферах психического развития ребенка: мотивационно-потребностной, эмоционально-волевой и познавательной. Возникают новые мотивы поведения, связанные с растущей направленностью на учение, стремлением к серьезной и трудовой деятельности. Происходят качественные изменения отношений со взрослыми и сверстниками. Возникает и развивается осознание собственной личности, будущая учеба выступает как серьезный и интересный вид деятельности, поощряемый и положительно оцениваемый родителями и другими взрослыми.

4. Новый характер приобретают и познавательные интересы – они становятся более стойкими и углубленными. Большинство детей сознательно и с должными волевыми усилиями относятся к усвоению знаний на занятиях.

5. Восприятие по своим психологическим характеристикам (целенаправленности, сосредоточенности, точности и обобщению) начинает соответствовать уровню взрослого человека. Систематическое ознакомление

с предметами живой и неживой природы на занятиях и прогулках развивает наблюдательность, внимание, умение подчинять свои действия определенной задаче.

6. Формируются и новые и важные сенсорные способности – определение параметров величины предметов (длины, ширины, высоты, толщины), умение правильно оценивать абсолютные и относительные размеры предметов, их объем, вес и пропорции, владение ориентировкой в пространстве и во временных отношениях, видение перспективных отношений в рисунках.

7. Совершенствуются и поднимаются на качественно более высокий уровень и нравственные мотивы поведения. Теперь уже возможна оценка своих поступков и действий окружающих людей с позиции общепринятых моральных принципов. Дети начинают осознавать особенности собственного поведения, сами их оценивают и придают большое значение тем оценкам, которые дают их поведению взрослые и сверстники. Так складывается самооценка. Дети выбирают среди сверстников образцы для подражания и сравнения. Учитель становится самой значимой фигурой, его похвала или порицание часто более важны, чем родительские.

Возрастающая произвольность поведения детей проявляется не только во внешних действиях, но и во внутренних психических процессах – восприятии, внимании, памяти, мышлении, воображении.

Адаптация учащегося к новым школьным условиям

Известно, что в самом распространенном своем значении школьная **адаптация** понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности и т.д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным. Иногда наиболее гуманистически настроенные педагоги добавляют еще один критерий — важно, говорят они, чтобы это приспособление было осуществлено ребенком без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, настроения, самооценки.

Адаптированный ребенок — это ребенок, приспособленный к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в данной ему педагогической среде.

Признаки успешной адаптации

Как можно понять, что ребенок хорошо адаптировался? По нескольким признакам:

- хороший аппетит;
- спокойный сон;
- охотное общение с родителями, другими детьми;
- адекватная реакция на любое предложение учителя, родителя;
- нормальное эмоциональное состояние;
- успех в овладении программным материалом.

Признаки дизадаптации

Но если вы стали замечать:

- Усталый, утомленный внешний вид ребенка.
- Нежелание ребенка делиться своими впечатлениями о проведенном дне.
- Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы.
- Нежелание выполнять домашние задания.
- Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.
- Жалобы на те или иные события, связанные со школой.
- Беспокойный сон.
- Трудности утреннего пробуждения, вялость.
- Постоянные жалобы на плохое самочувствие.
- Плохой аппетит.

Возможно, это признаки дезадаптации.

Как оказать ребенку помощь в адаптации к школе

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.

➤ Будьте ребёнком спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.

➤ Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.

➤ Не прощайтесь, предупреждая и направляя: **«Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было отметок!»**. Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.

➤ Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.

- Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.
- Интересуйтесь успеваемостью своего ребенка постоянно, а не в конце четверти, когда уже поздно исправлять двойку на тройку.
- Никогда не говорите плохо об учителе в присутствии ребенка. Тем более не выносите поспешных приговоров. Лучше отправиться в школу и самостоятельно разобраться с проблемной ситуацией. Помните, моральные нормы в ребенке закладывает не столько школа, сколько семья. Неуважительное отношение к старшим (будь то незнакомый человек или учитель в школе) – плохая черта. От неё лучше избавиться уже в детстве.
- Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
- После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами **бесполезны**.
- Не заставляйте делать все упражнения сразу: **20 минут занятий – 10 минут перерыв**.
- Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.
- В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...».
- Найдите в течение дня хотя бы **полчаса**, когда будете принадлежать **только ребёнку**.
- Выбирайте **единую тактику** общения с ребёнком **всех** взрослых в семье. Все **разногласия** по поводу педагогической тактики решайте **без него**.
- Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели **переутомления**.
- Учтите, что даже «**большие дети**» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

Литература:

1. Змановский Ю. Психофизиологические и психологические особенности шестилетних-семилетних детей;
2. Основные показатели готовности детей шестилетнего возраста к школьному обучению / Под ред. Л.А. Венгера, Г.Г. Кравцова. Киев. «Радянська школа». 1989;
3. Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли Вы своего ученика? М. Просвещение. 1991.