

Адаптация первоклассников к школьным условиям

Выступление на РМО
учитель начальных классов МОУ СЖ СОШ №23
Маргулис Инна Иосифовна



***Как редко ребенок бывает
таким, как нам хочется...***

Я. Корчак



Психофизиологические особенности детей 6-7 лет

- Между 6 и 8 годами происходит стремительный рост мозга. К концу этого периода мозг ребенка составляет 90% от величины мозга взрослого. Активно развиваются лобные доли, ответственные за мышление и сознание. В этом возрасте более явным становится доминирование одного из полушарий. Эти физиологические изменения влекут за собой постепенные изменения и в когнитивной сфере (восприятии, мыслении, воображении).



8 причин трудностей и тревог у первоклассников

(Н.Семаго)

1. Ребенок попадает в малознакомое место, где он физически должен тратить свой ресурс на своеобразное «ориентирование».
2. Новые формальные отношения: директор, учитель, дежурный, охранник, гардеробщица и т.д.
3. Наличие большого количества просто незнакомых людей, с которыми надо взаимодействовать, необходимость ориентироваться в пространстве неформальных отношений.
4. Недостаточная структурированность школьных правил и прав самого ребенка, т.е. «нерасписанность» всех возможных проблем и путей их решения – может стать источником истинного стресса для ребенка, ведь ему неоткуда брать новые модели поведения, их просто нет в арсенале ребенка, а взрослые часто просто запугивают детей, считая, что чем жестче они расскажут ребенку о том, как надо вести себя в школе, что там нельзя делать, тем послушнее и правильнее будет его поведение.



5.Повышение своего внутреннего статуса, что также часто не позволяет ребенку обратиться к родителям с простым вопросом, своеобразное неудобство перед близкими - «ведь я уже взрослый!». Подобное повышение собственного статуса, традиционно называемого в педагогике «становлением позиции школьника», именно в начале школьной жизни часто является тормозящим адаптацию ребенка фактором.

6.Значительно возрастающие уже к третьей декаде сентября, а тем более к началу октября образовательные нагрузки, хоть формально и без домашнего задания.

7.Несовпадение ожиданий, то есть того, что ребенок в своем внутреннем плане представлял как ШКОЛУ, и того, на что он на самом деле «напоролся».

8.Нарастание педагогических и родительских претензий к ребенку, вполне объяснимых, поскольку все семь вышеперечисленных пунктов приводят к тому, что ребенок оказывается в ситуации настоящего стресса, усугубляющего его эмоциональное и физическое неблагополучие.



Что такое адаптация?

Термин "адаптация" имеет латинское происхождение и обозначает приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды.



Виды адаптации



Физиологическая



Социально-психологическая



Социально- психологическая адаптация

Коренным образом меняется социальная ситуация, формируется новый для ребенка вид деятельности – учебная.



Физиологическая адаптация

- Организм должен привыкнуть работать в новом режиме.
- Первые 2-3 недели обучения получили название "физиологической бури". В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, то есть дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Продолжительность всего периода адаптации варьируется от 2 до 6 месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей ученика.



Скорость и устойчивость процесса адаптации

- В работах Э.М. Александровской и М.М. Безруких выделяют три группы детей, отличающихся *скоростью и устойчивостью процесса адаптации* (выделяются группы детей, дающих легкую адаптацию, средней тяжести и



Первая группа

- Большинство детей адаптируется в течение двух первых месяцев обучения. Эти дети быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе, у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют требования учителя. Иногда у детей отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителями, так как им еще трудно выполнять все требования. Но к концу октября трудности, как правило, нивелируются, отношения нормализуются, ребенок полностью осваивается с новым статусом ученика, с новым режимом.



Вторая группа

- Дети имеют более длительный период адаптации. Период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не умеют принять ситуацию обучения, общения с учителем и другими детьми, они могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищами, не реагируя на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия их реакции становятся адекватными требованиям школы, учителя.



Третья группа

- Дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. Кроме того, они не осваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. И хотя период острой физической адаптации организма к учебным нагрузкам заканчивается до 10-15 октября, весь первый год считается периодом неустойчивой и напряженной регуляции всех систем организма.



Дезадаптация

- **Дезадаптация** - характеризуется нарушением процесса приспособления к окружающей среде.
- **Школьная дезадаптация** – это образование неадекватных механизмов приспособления ребёнка к школе в форме нарушений учёбы и поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.



Причины дезадаптации

- Характер семейного воспитания.
- Несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».
- Недостаточный уровень интеллектуального развития, неумение общаться с окружающими, неудовлетворительное состояние здоровья.



три формы проявления дезадаптации.

- 1) невротической (невроз);
- 2) агрессивно- протестной;
- 3) капитулятивно- депрессивной
(психосоматические заболевания и
нарушения поведения).



Признаки дезадаптации

- 1.Отвлекаемость.
2. Двигательная расторможенность.
- 3.Непослушание.
4. Пассивность на уроке.
5. Скованность при ответах.
6. Растерянность при малейших замечаниях.
7. Печальное, тревожное настроение.
8. Легкая смена окраски лица, плаксивость, переход на крик.
- 9.Раздражительность.
- 10.Застенчивость.
- 11.Страх перед ответом или письменным заданием.
- 12.Занятие посторонними делами.
- 13.Ответы тихим голосом.
- 14.Жалобы на головные боли, боли в животе.
- 15.Одиночество на переменах, нежелание выходить из класса.
- 16.Снижение работоспособности и эмоциональное неблагополучие.



Меры, облегчающие процесс адаптации



- Оказание помощи первоклассникам в осознании и принятии правил школьной жизни и себя в роли ученика;
- Приучение к режиму дня и соблюдению санитарно-гигиенических норм.
- Для того чтобы процесс вхождения детей в новую жизнь прошел плавно и безболезненно, необходимо:
 - Начать формирование коллектива, путем создания доброжелательной атмосферы в классе, организовав взаимодействие между детьми. Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, несомненно, принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками;
 - Дать возможность детям проявить себя, самоутвердиться;
 - Обеспечить каждому ребенку сферу успеха, самореализации;
 - Использовать максимально щадящий оценочный режим в сферах неуспеха.



Несколько коротких правил

- Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
- Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
- Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
- Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
- Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
- Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
- Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
- Не добивайтесь успеха силой. Принуждение - есть худший вариант нравственного воспитания.
- Признавайте права ребенка на ошибки.
- Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.
- Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.



Советы

Если:

- Ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть;
- Ребенка высмеивают, он становится замкнутым;
- Ребенка хвалят, он учится быть благородным;
- Ребенка поддерживают, он учится ценить себя;
- Ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины;
- Ребенок растет в терпимости, он учится понимать других;
- Ребенок растет в честности, он учится быть справедливым;
- Ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей;
- Ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным;
- Ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.



- В работе с родителями делать упор на том, что первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии. Много на этом пути зависит от родителей первоклассника, насколько они поддержат, помогут и поймут своего



**Совместные усилия учителей,
родителей, служб сопровождения
способны снизить риск
возникновения у ребенка школьной
дезадаптации и трудностей
обучения.**

Все будет хорошо!



**Будем учиться с
удовольствием!!!**

