

Rahima A. Teymurova,
teacher of Shabrancity school №4 n.a. M. Nazirov,
Republic of Azerbaijan

School Adaptation of a Child - Multi-Faceted Process

Key words: *school adaptation, adaptation of first-graders, school maladjustment, rapport with the teacher.*

Annotation: *the article considers the main problems and the child's adaptation to school, adaptation levels, so as solving these problems on the basis of professional experience of the author. The article is presented as an essay and is published in the form of a grant.*

"Игрушкам детства - свой черед, а зрелый опыт - поздний плод"
У. Блейк

На современном этапе обучения перед учителем начальных классов ставится ответственной задачей – обучать и воспитывать шестилетних детей.

Возрастной период от 6 до 7 лет характеризуется повышенной эмоциональностью, подражательностью, направленностью на познание окружающего мира чувствительностью к воздействию со стороны взрослого и сверстников.

А.И.Запорожец отмечал, что готовность к обучению в школе «представляет собой целостную систему взаимосвязанных качеств детской личности, включая особенности ее мотивации, уровня развития познавательной, аналитико-синтетической деятельности, степень сформированности механизмом волевой регуляции действий и т.д.» (1).

В этот период психика ребенка проходит различные «расстояния», претерпевает качественные преобразования в зависимости от того, развивается ребенок в условиях игры или учения, в зависимости от индивидуальных особенностей и социальных условий воспитания. Приспособления ребенка к школе к новым условиям существования, новому виду деятельности и новым нагрузкам называется адаптацией. Не день, не неделя требуются для того, чтобы освоиться в школе по – настоящему. Его составляющими являются физиологическая адаптация и социально – психологическая адаптация (к учителям, их требованиям, к одноклассникам) Проблема школьной адаптации в настоящее время очень актуальна. Необходимость ее изучения становится все более очевидной в связи с нарушением психического здоровья детей, ростом нервно-психических заболеваний и функциональных расстройств у детей.

Адаптация к школе – многоплановый процесс и многогранный, захватывающий все стороны жизни ребенка, а потому и решать проблемы, связанные с ней, необходимо комплексно, а не односторонне. Маркович Д.Н. в своей статье «Адаптация первоклассников к обучению в школе» представила вниманию критерии готовности ребёнка к обучению в школе, причины школьной адаптации, предоставила общие рекомендации по адаптации первоклассников. Также подвела к тому, что адаптация во

многим зависит от его индивидуальных особенностей от имеющихся у него предпосылок к овладению учебной деятельностью (2).

Я учительница начальных классов с 30-и летним стажем. Преподаю во втором классе 32 ученикам. 32 разных воспитания, характера, психических особенностей. Трудно все: режим учебных занятий с перерывом не «когда хочешь», а через 45 мин., обилие новых впечатлений, которыми нельзя тут же поделиться, и эмоции, которые приходится сдерживать. Мы учителя, должны понять своего ученика с первого дня. Ясно что, ребенок попадает в новую среду, где сталкивается огромным количеством новых людей: учеников и учителей ему трудно. И со всеми ему нужно сложить отношения. И если со сверстниками все более или менее ясно, хотя тоже не просто, то взаимоотношение с учителем – это что-то принципиально новое. К тому же на уроках малыш вынужден соблюдать массу незнакомых ему правил, многие из которых выполнить физически сложно.

Адаптация первоклассников к школе может происходить по-разному. В течение первого класса изучается все то же самое, что ребенок должен был узнать еще в старшей группе детского сада. Поэтому все силы учителей должны быть направлены на то, чтобы приучить детей к новому виду обучения, новому распорядку дня и его новой жизни в целом.

Кроме того, дети не сразу усваивают новые правила поведения со взрослыми, не сразу признают позицию учителя и устанавливают дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

Я заметила, процесс адаптации к школе во многом зависит от здоровья детей. Привыкая к новым условиям и требованиям, организм ребенка проходит через несколько этапов:

1) *Физиологическая буря* - в этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает напряжением практически всех своих систем, то есть дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.

2) *Неустойчивое приспособление* - организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

3) *Относительно устойчивое приспособление* – организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Но проблемы чаще всего появляются там, где их не ждут. Чем же характерны первые недели обучения? Прежде всего – достаточно низким уровнем и многие родители и учителя склонны недооценивать сложность периода физиологической адаптации первоклассников.

Так, по наблюдениям медиков, многие дети худеют к концу 1 четверти, у некоторых снижается артериальное давление (признак утомления), а некоторых – значительно повышается (признак переутомления). Именно поэтому многие первоклассники жалуются на головные боли, усталость, сонливость и другие недомогания. Чем же характерны первые недели обучения? Прежде всего – достаточно низким уровнем и многие родители и учителя склонны недооценивать сложность периода физиологической адаптации первоклассников.

Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, он проходит через особый этап своего развития – кризис 7 (6) лет. Изменяется социальный статус бывшего

малыша – появляется новая социальная роль «ученик». Это можно считать рождением социального «Я» ребенка. Такие изменения происходят в психике ребенка при благоприятном развитии событий, при успешной адаптации к школьному обучению. О «внутренней позиции школьника» можно говорить только тогда, когда ребенок действительно хочет учиться, а не только ходить в школу. По моим наблюдениям, половины детей, поступающих в школу, эта позиция еще не сформирована. При столкновении с такими трудностями нужно помочь ребенку принять «позицию школьника»: чаще ненавязчиво беседовать о том, зачем нужно учиться, почему в школе именно такие правила, что будет, если никто не станет их выполнять. Можно поиграть дома с будущими первоклассниками в школу, существующую только по правилам, которые нравятся только ему самому, или совсем без правил.

В любом случае необходимо проявлять уважение и понимание чувств ребенка, так как его эмоциональная жизнь отличается ранимостью, незащищенностью.

В период 6-7 лет происходят серьезные изменения в эмоциональной сфере ребенка. В дошкольном детстве, столкнувшись с неудачами или получив нелестные отзывы о своей внешности, ребенок, конечно, испытывал обиду или досаду, но это не влияло так кардинально на становление его личности в целом. Особое внимание следует обратить на соседа по парте. Не каждый, придя из школы, будет говорить родителям о том, что ему не нравится соседка по парте. А ребенку очень сложно от того, что он вынужден целый день сидеть за одной партой с ребенком, который ему не понравился!

Практика показывает, что дети не умеют разрешать конфликты. Для скидки остроты подобных явлений и более продуктивного решения межличностных конфликтов необходимо социально-педагогическое сопровождение. Успешность взаимодействия с подростками социального педагога зависит от знания возрастной специфики конфликтности и выбора адекватных способов и средств работы с ними (3).

Неприятным для родителей кризисным проявлением разделения внешней и внутренней жизни детей часто становятся кривляние, манерность, неестественность поведения, склонность к капризам и конфликтам.

Все эти внешние особенности начинают исчезать, когда первоклассник выходит из кризиса и вступает непосредственно в младший школьный возраст. Говоря о социально – психологической адаптации детей к школе, нельзя не остановиться на вопросе адаптации к детскому коллективу.

Практика показывает, если у ребенка нет взаимопонимания с педагогом, это очень тяжелая проблема как для самого ребенка, его родителей, так и для самого педагога. Как же помочь ребенку приспособиться к новым условиям? Иногда кажется, что помочь нельзя ничем, однако это совсем не так. Самое важное в этот период – это **режим дня**. Конечно, распорядок дня в это время сильно меняется, но это не значит, что от режима можно отказаться. Считаю, основные предпосылки успешной адаптации к школе является работа с родителями будущих первоклассников и создание подготовительных классов при школе. Учителя начальных классов работая с детьми в процессе формирования адаптации должен уметь:

- ✓ Создание в классе благоприятной атмосферы, чтобы ребенок чувствовал себя безопасно, комфортно во время уроков и в ситуациях взаимодействия с учителем и одноклассниками.

✓ Использовать игровые психологические игровые методики и психотехнические упражнения, позволяющие ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с другом, подружиться.

Проблема трудностей адаптации детей к условиям начальной школы в настоящее время имеет высокую актуальность. В массовой школе учится значительное число детей, которые уже в начальных классах не справляются с программой обучения и имеют трудности в общении. Любые затруднения, возникающие у ребенка в процессе школьного обучения, называют термином «школьная дезадаптация».

Выделяют 4 основные причины, ведущие к школьной дезадаптации: 1) Физическое и умственное переутомление. 2) Плохой контакт ребенка с педагогом. 3) Трудности в общении со сверстниками. 4) Страх перед школой.

Работая с учениками, я выполняю эти основные причины и через месяц 1-2 вижу результаты. Знаю, любой ребенок зависит от хорошего отношения взрослого человека к нему. Ребенку нужно видеть и чувствовать любовь и заботу взрослого человека, обращенные к нему. Тогда он считает себя в безопасности, с радостью идет на контакт и с удовольствием, интересом учиться. Если у ребенка нет взаимопонимания с педагогом, это очень тяжелая проблема как для самого ребенка, его родителей, так и для самого педагога. Адаптация ребенка к школе - это своего рода экзамен родителям, когда они четко могут увидеть все свои недоработки, неумение понять своего ребенка и помочь ему.

Станет ли она для него вторым домом, куда он с радостью будет бежать по утрам с портфелем? Во многом это зависит не только от самого ребенка, но и от тех условий, которые создадут ему родители дома и учитель в классе. Ш.А.Амоношвили писал: "Учение - это лишь один из лепестков того цветка, который называется воспитанием в широком смысле этого понятия. В воспитании нет главного и второстепенного, как нет главного среди многих лепестков, создающих красоту цветка. В воспитании все главное: и урок, и развитие разносторонних интересов детей вне урока" (4).

И так, грамотно построенная система обучения и воспитания поможет ребенку справиться со всеми трудностями и сформировать положительное отношение к новым условиям жизни. От того, как пройдет адаптация к школе, во многом определит дальнейшее отношение маленького человечка к школе.

References:

1. Zaporozhets AI. *School adaptation: neuropsychiatric and neuropsychological research. Moscow, 1999.*
2. Markovich DN. *Adaptation of first-graders to school. Moscow, 2009.*
3. Sulimova TS. *Practical psychology. Moscow, 2009.*
4. Amonoshvilli ShA. *Hello school. Moscow 2013.*