

## Трудности школьной адаптации

*Н.И. Петрова*

В последнее время в педагогике и психологии детства особую актуальность приобретает вопрос о выделении категории детей, не готовых к школьному обучению и имеющих трудности школьной адаптации в первом классе.

1. Начало систематического обучения в школе, связанное с изменением социального статуса и ведущей деятельности, требует определенной психологической готовности ребенка. Способность понимать особую роль ученика является одним из показателей возможности принять вместо игры новый вид деятельности – учебу, подчиниться ее требованиям и условиям. Однако не все дети обладают этой способностью – именно они, несмотря на достаточный объем знаний и хорошую память, с трудом адаптируются к школе.

2. Нормальная адаптация в новых условиях во многом определяется уровнем волевого развития. У разных детей этот уровень оказывается различным, но для успешной учебы необходимо, чтобы ученик сумел безболезненно принять новые правила и нормы поведения, понять и усвоить специфику учебной ситуации, требования учителя, наконец, относительную условность общения, чтобы отличить учительницу от бабушки, с которой можно капризничать.

Если уровень волевого развития мал, то ребенок с трудом адаптируется к школе.

3. Малышу необходимо будет включиться в новые отношения со сверстниками, научиться работать коллективно и в определенном темпе. Коллективная деятельность в классе предполагает интенсивное общение и совместную работу, как с другими учениками, так и с учителем. Не все дети готовы к такой работе. Это также вызывает существенные трудности в период адаптации.

4. Умение сосредотачиваться, удерживать свое внимание на том или ином виде деятельности, слушать учителя не отвлекаясь у разных детей также различно. Одни не могут и пяти минут работать сосредоточенно, другие на протяжении всего урока внимательны и работоспособны. Важно помнить, что причиной такого невнимания может быть как быстрая утомляемость из-за плохого состояния здоровья, так и собственно психологическая неготовность – слабое развитие произвольного внимания, недостаточный уровень волевой готовности. Бывает, что ребенок интеллектуально очень хорошо развит, а работать в классе не может.

5. Многие родители считают, что главное условие готовности к школе – объем знаний ребенка. В своих стараниях родители нередко теряют чувство меры, поскольку возможности детей, их возрастные особенности в расчет не берутся. В результате дети читают стихи, но не понимают их смысла, потому что не знают значения многих слов, или могут назвать созвездия нашей галактики, но не знают, на какой улице живут, цити-

ругую энциклопедический словарь, но совершенно не умеют общаться со сверстниками, боятся их, неспособны даже в течение нескольких минут сосредоточиться на самой простой задаче. Бывают случаи, когда высокое интеллектуальное развитие ребенка, еще не достигшего шестилетнего возраста, вводит в заблуждение и родителей и учителя, и малыша принимают в школу. А дальше у ребенка возникают физиологические и психологические трудности: жалобы на головную боль, усталость, раздражительность, слезы без всякой на то причины.

Готовность к школе определяется не только уровнем развития интеллекта. Важен не столько объем тех сведений и знаний, которые имеет ребенок, сколько их качество, степень осознанности, четкость представлений.

6. Чаще всего с трудностями в период адаптации сталкиваются дети, которых учили читать, но не развили речь и способность различать звуки; которых учили писать, но не создавали условия для развития моторики, и особенно движений пальцев руки; у которых не развита способность слушать, понимать смысл прочитанного, нет умения пересказывать, проводить зрительное сопоставление, мыслить.

7. Несомненно, что успешность обучения в школе определяется в основном тем уровнем состояния здоровья, с которым ребенок пришел в 1-й класс.

К сожалению, в настоящее время здоровыми начинают обучение всего лишь 25% детей. За последние 30 лет число практически здоровых первоклассников снизилось с 61 до 46%. Кроме того, среди детей, начинающих обучение с 6 лет, около 16% не готовы к школьному обучению, а у 30–50% выявляется функциональная незрелость.

8. Специальные обследования показывают, что в течение последних лет около 15–20% детей, поступающих в школу, имеют различные нарушения нервно-психического здоровья. Уже с первых дней стано-

вится ясно, что этим детям трудно. Беспокойные, плаксивые, они не понимают, что такое урок, на котором в основном играют, очень быстро устают, ложатся на парту или ходят по классу, мешая другим и не обращая никакого внимания на учителя, не могут овладеть навыками счета, письма, чтения. Им явно не по силам школьный режим и школьная нагрузка\*.

### **Факторы, затрудняющие адаптацию ребенка к школе**

1. Неготовность ребенка к обучению.

Доказано, что у детей, не готовых к систематическому обучению, труднее и длительнее проходит период адаптации, приспособления к школе; у них чаще проявляются различные трудности обучения; среди них больше неуспевающих, и не только в 1-м классе, но и в дальнейшем, и именно у них в большем числе случаев отмечается нарушение состояния здоровья.

2. Нарушения в состоянии здоровья.

Любое неблагополучие в состоянии здоровья, и особенно хронические заболевания, ухудшая состояние центральной нервной системы, являются одной из основных причин высокой утомляемости, низкой умственной работоспособности.

3. Характер семейного воспитания.

Если ребенок приходит в школу из семьи, где он не чувствовал переживание «Мы», он и в новую социальную общность – школу – входит с трудом. Если в семье родителей отделяет от детей стена отвержения, безразличия, это не способствует успешности адаптации к школе, а создает определенные трудности.

4. Раннее начало систематического обучения.

5. Жесткость требований педагога и родителей.

6. Ситуации постоянных неудач и другие психотравмирующие факторы.

7. Несоответствие условий обучения гигиеническим требованиям.

8. Нарушения в организации внешкольного режима дня.

\* Безруких, М.М. Ребенок идет в школу / М.М. Безруких, С.П. Ефимова. – М., 2000. – 248 с.

Большинство детей ежедневно не досыпают 1–1,5 часа, многие недостаточно гуляют (1–1,5 часа, вместо трех), по 2–3 часа, а то и более проводят у телевизора.

### Условия успешности адаптации первоклассника

1. Одним из главных условий успешности адаптации – это создание положительного микроклимата. «Дети – активные существа... А если это так, то следует создать им организованную среду, только не такую, которая грозит пальцем, напоминает о последствиях, читает морали, а такую, которая организывает и направляет их деятельность» (Ш.А. Амонашвили).

Задача учителя – поддерживать дружбу ребят по интересам, формировать эти интересы. Важно, чтобы ребенок понял, что класс, школа – это доброжелательный, чуткий коллектив сверстников, младших и старших товарищей.

Ребенок должен почувствовать, что ему интересно и радостно среди одноклассников: ведь ему необходима их оценка, их отношение. Каждому ребенку очень хочется завоевать авторитет и доверие товарищей. Положительные эмоции, которые он испытывает при общении со сверстниками, во многом формируют его поведение, облегчают адаптацию к школе. Отношение учителя к ребенку – индикатор отношений к нему и его одноклассников. От негативного отношения учителя ребенок страдает вдвойне: учитель относится к нему «плохо», и так же старается к нему дети, поэтому лучше стараться избегать отрицательных оценок поведения ученика и его школьных успехов.

2. Учет возрастных и индивидуальных особенностей ребенка.

Несоответствие требований и возможностей ребенка ведет к неблагоприятным изменениям функционального состояния его центральной нервной системы, резкому падению учебной активности, снижению работоспособности, резко выраженной утомляемости.

3. Дифференцированное обучение.

Согласно педагогическому словарю «дифференциация в обуче-

нии и образовании – это организация учебной деятельности школьников, при которой с помощью отбора содержания, форм, методов, темпов, объемов образования создаются оптимальные условия для усвоения знаний каждым ребенком».

4. Создание условий для полноценного отдыха.

К сожалению, взрослые мало об этом думают, нагружая ребенка занятиями в разных секциях и кружках, не создавая условий для его полноценного отдыха и стараясь не замечать тревожных изменений в состоянии здоровья. Родители и педагоги долго не обращают внимания на учебную, психическую и эмоциональную перегрузку, которая создает ситуацию стресса, срывает процесс адаптации.

5. Помощь педагогов и родителей в подготовке ребенка к школе. Определение степени его готовности.

Выделяют три основные линии, по которым должна вестись подготовка к школе:

- 1) общее развитие (в первую очередь памяти, внимания и интеллекта);
- 2) воспитание умения произвольно управлять собой (делать не только то, что тебе хочется, но и то, что надо, даже если совсем не хочется);
- 3) формирование мотивов, побуждающих к учению.

Все эти три линии одинаково важны, и ни одну из них нельзя упускать из виду.

6. Установление тесной связи учителя с родителями ученика. Учитель должен:

- согласовать с родителями систему требований к ребенку и отношение к его поведению, чтобы избежать, с одной стороны, вседозволенности, а с другой – непосильных для него повышенных требований;
- организовать встречи родителей со школьным психологом для индивидуальных бесед, коррекционной работы с родителями, обсуждения проблем воспитания;
- организовать встречи родителей со школьным врачом.

В своей работе по адаптации первоклассников я использую курс Г.А. Цукерман и К.Н. Поливановой «Введение в школьную жизнь».

## Тематическое планирование уроков по курсу

### «Введение в школьную жизнь»

#### 1-й день

Задачи: познакомиться с детьми, познакомить их друг с другом; учить фиксировать желание что-то сказать, выразить собственное мнение (введение знака № 1); противопоставлять школьные и нешкольные формы поведения (новые формы общения не заменяют старые, а дополняют их); формировать умение пользоваться схемой класса.

1-й урок. Знакомство (учитель, другие).

2-й урок. Режим дня школьника.

3-й урок. Схема класса.

#### 2-й день

Задачи: показать разные формы приветствия; продолжить работу по схеме класса; учить оценивать работу с помощью линеечек.

1-й урок. Знакомство (урок).

2-й урок. Введение знака № 2 (хорошей ответ).

3-й урок. Оценка.

#### 3-й день

Задачи: введение групповой работы; организация детского сотрудничества; добиваться того, чтобы дети во время работы учились слушать и обращаться к одноклассникам, ждать их реакции на свои ответы; оценка ребенком своей работы и соотношения ее с оценкой учителя.

1-й урок. Деление на группы. Знак № 3 (работа в паре).

2-й урок. Реакция на реплику. Введение знаков «+», «-».

3-й урок. Самооценка, критерии, оценка.

#### 4-й день

Задачи: отработка уже знакомых знаков, введение знака № 5 «?» (выявить детей, испытывающих трудности, медлительных или слишком импульсивных); учить понимать суть противоречия и пытаться найти конструктивное решение; отрабатывать разные критерии оценок.

1-й урок. Отработка введенных ранее знаков. Введение знака № 5.

2-й урок. Линия учебной дискуссии.

3-й урок. Диагностика и отработка разных критериев оценки.

#### 5-й день

Задачи: в центре содержания урока – говорящий; учить точно формулировать вопрос; учить видеть результат общей работы при условии, что все приложили максимум усилий.

1-й урок. Отработка средств организации дискуссии.

2-й урок. Ситуация недоопределенного правила. Групповые задания.

3-й урок. Оценка; общая работа как сумма индивидуальных усилий.

#### 6-й день

Задачи: отрабатывать требования к высказыванию, сообщению, реплике; учить спорить, возражать, не соглашаться, когда это нужно, и, когда нужно, следовать за учителем; «сбить» стереотип единственности идеала.

1-й урок. Адресованность действия при групповом взаимодействии.

2-й урок. «Ловушка» – важнейший элемент учительской диагностики.

3-й урок. Развитие линии оценки: противопоставление правильности и оригинальности.

#### 7-й день

Задачи: учить доказывать свои мысли, выводы, обращаться за помощью к другим; учить договариваться, вести содержательную дискуссию.

1-й урок. Разминка. Упражнение в умении аргументировать, доказывать свои выводы.

2-й урок. Отработка умения аргументировать свои мысли. Обращение за помощью.

3-й урок. Актуализация всех навыков содержательного взаимодействия, полученных на предыдущих уроках.

#### 8-й день

Задачи: отработка введенных ранее знаков и умений.

1-й урок. Разминка. Отработка введенных ранее знаков.

2-й урок. Отработка умения обращаться к другому.

3-й урок. Отработка умения работать в группах, парах.

#### 9-й день

Задачи: отработка полученных ранее умений аргументировать свои мысли, оценивать друг друга.

1-й урок. Упражнение в умении аргументировать свои мысли.

2-й урок. Отработка умения оценивать друг друга.

### 10-й день

Задачи: подтверждение того, что дети стали учениками.

Праздник «Посвящение в ученики».

### Анкетирование

Оценивать уровень школьной мотивации можно с помощью анкеты (автор Н.Г. Лусканова):

1. Тебе нравится в школе или не очень?

2. Утром, когда ты просыпаешься, ты всегда с радостью идешь в школу или тебе хочется остаться дома?

3. Если бы учитель сказал, что завтра в школу необязательно приходить всем ученикам, ты бы пошел в школу или остался дома?

4. Тебе нравится, когда у вас отменяют какие-нибудь уроки?

5. Ты хотел бы, чтобы не задавали домашних заданий?

6. Ты хотел бы, чтобы в школе остался один предмет?

7. Ты часто рассказываешь родителям о школе?

8. Ты бы хотел, чтобы у тебя был менее строгий учитель?

9. У тебя в классе много друзей?

10. Тебе нравятся твои одноклассники?

Оцениваются ответы так: отрицательный ответ – 0 баллов, нейтральный – 1 балл, положительный – 3 балла.

Учащиеся, набравшие 25–30 баллов, характеризуются высоким уровнем школьной адаптации; 20–24 балла характерны для средней нормы; 15–19 баллов указывают на внешнюю мотивацию; 10–14 баллов свидетельствуют о низкой школьной мотивации и ниже 10 баллов – о негативном отношении к школе, школьной дезадаптации. С учетом результатов анкетирования учитель строит свою дальнейшую работу с первоклассниками.

*Н.И. Петрова – учитель начальных классов «МОУ СОШ № 2», г. Чернушка, Пермский край.*