

УДК 159.9.075

ОСОБЕННОСТИ ПРОТЕКАНИЯ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

Котова К. В.

Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н.Толстого Тула, Россия

В статье представлен опыт работы с первоклассниками, в период адаптации к школьному обучению. Достигнув 6-7-летнего возраста, ребенок из комфортных условий детского сада попадает в жесткий режим школьной жизни, что отрицательно сказывается на его эмоциональном и психологическом состоянии. Проблема адаптации детей к условиям обучения в начальной школе в настоящее время приобретает все большую актуальность. На основе анализа литературы установлено, что в зависимости от типа школы, от 20 до 60% младших школьников имеют серьезные трудности в адаптации к условиям школьного обучения. Результаты констатирующего этапа показали, что первоклассники испытывают большие затруднения со школьной адаптацией. Нарушение адаптации зависит от нескольких факторов: недостаточность подготовки ребенка к школе; длительная депривация; соматическая слабость ребенка; нарушение формирования отдельных психических функций; нарушение познавательных процессов; нарушение формирования школьных навыков; двигательные нарушения; эмоциональные расстройства; общительность и социализация. С этой целью разработана программа по коррекции процесса адаптации у первоклассников.

Ключевые слова: адаптация, коррекция, исследование.

FEATURES OF ADAPTATION OF FIRST – GRADERS TO SCHOOL

Kotova K. V.

Tula state pedagogical University. L. N. Tolstoy

Tula, Russia

The article presents experience with the first graders, in the period of adaptation to school. Reaching 6-7 years of age, a child from the comfortable environment of the kindergarten falls into the strict regime of school life that affects his emotional and psychological state. The problem of adaptation of children to conditions of learning in primary school is now becoming increasingly important. Based on the analysis of literature demonstrated that depending on the type of school, from 20 to 60% of younger students have serious difficulties in adapting to the conditions of schooling. The results of the ascertaining stage showed that the first graders have great difficulty with school adaptation. Violation of adaptation depends on several factors: the lack of preparation of the child for school; prolonged deprivation; physical weakness of the child; the disruption of the formation of individual mental functions; disturbance of cognitive processes; disruption of the formation of school skills; movement disorders; emotional disorders; sociability and socialization. For this purpose we developed the program for the correction of the adaptation process in first grade.

The key words: adaptation, correction, investigation.

Одной из трудностей теоретического обеспечения разработки проблемы адаптации является разнообразие применяемых понятий и терминологии, обусловленное их разноплановостью. Понятие адаптации, впервые появившееся в биологии, быстро вышло за ее пределы и приобрело статус общенаучного, поскольку включало в свое содержание существенные характеристики явлений и процессов, наблюдавшихся и в других областях действительности и, соответственно, изучавшихся различными отраслями знания.

Младший школьный возраст – это особый период в жизни ребенка, который выделился исторически сравнительно недавно. Появление этого возраста связано с введением системы всеобщего и обязательного неполного и полного среднего образования. Достигнув 6-7-летнего возраста, ребенок из комфортных условий детского сада попадает в жесткий режим школьной жизни, что отрицательно сказывается на его эмоциональном и психологическом состоянии[1].

Проблема адаптации детей к условиям обучения в начальной школе в настоящее время приобретает все большую актуальность.

По данным разных исследователей (Э.М.Александровская, Г.Ф.Кумарина и др.), в зависимости от типа школы, от 20 до 60% младших школьников имеют серьезные трудности в адаптации к условиям школьного обучения. В массовой школе учится значительное число детей, которые уже в начальных классах не справляются с программой обучения и имеют различные нарушения здоровья, поведения, связанные или с взаимоотношениями с одноклассниками или учителями, или с невыполнением школьных норм и правил поведения [3].

Принято считать, что адаптация первоклассника длится от первых 10-15 дней до нескольких месяцев. На это влияют многие факторы, такие как специфика школы, характер ребёнка и его уровень подготовленности к школе, объём загруженности и уровень сложности учебного процесса и другие. И здесь не обойтись без помощи учителя и родственников: родителей и бабушек с дедушками.

Исследование протекания адаптации первоклассников к школе проводилось на базе МБОУ ЦО №27 г. Тулы. В исследовании приняли участие учащиеся первого класса, в количестве - 20 человек.

Для изучения протекания адаптации первоклассников нами были использованы следующие психодиагностические методики:

1. Определение сформированности «внутренней позиции школьника» (Т.А. Нежнова, А.Л. Венгер, Д.Б. Эльконин)
2. Определение мотивов учения (М.Р. Гинзбург)
3. Цветовой тест Люшера (М. Люшер)

4. Методика «Домик» (Н.И. Гуткина)
5. Рисуночная методика «Я в школе» (Н.Г. Лусканова)

Анализ результатов констатирующего этапа исследования позволил сделать следующие выводы[1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8].:

1. У большинства первоклассников (75 %) преобладает полная несформированность внутренней позиции школьника, что нашло отражение в предпочтении игровой деятельности и отношений дошкольного типа, отсутствии желания ходить в школу, негативных установках в отношении школы и учебы. Непринятие нового социального статуса и роли ученика, незрелость школьной мотивации, двойственное, а в некоторых случаях негативное отношение ребенка к школе значительно осложняет ход нормативного возрастного развития в младшем школьном возрасте и адаптацию к школе. У 25 % первоклассников позиция школьника сформирована средне. В случае частичной сформированности внутренней позиции школьника эмоционально положительное отношение к школе, своему новому социальному статусу сочеталось с ориентацией на внеучебные стороны школьной жизни — новые знакомства и контакты, игры, прогулки, возможность посещения школьных кружков и пр.
2. У большинства первоклассников (45%) сниженный уровень (нейтральное отношение к учению, неустойчивый интерес) мотивов учения, у 30% - низкий (отрицательное отношение к учителю, преобладание мотивов избегания, ученик объясняет свои неудачи внешними причинами, неуверенность в себе) , у 20 % - в норме (положительное отношение с проявлением познавательных мотивов и интересов), только 5% учащихся имеют высокий уровень мотивации учения (активное творческое отношение к учению, преобладают мотивы самообразования).
3. У 20 % первоклассников выявлено отрицательное отношение к школе. Такие дети испытывают серьезные трудности в обучении: они не справляются с учебной деятельностью, испытывают проблемы в общении с одноклассниками, во взаимоотношениях с учителем. Школа нередко воспринимается ими как враждебная среда, пребывание в которой для них невыносимо. В таких случаях ученики проявляют агрессию, отказываются выполнять задания, следовать тем или иным нормам и правилам. Часто у подобных школьников отмечаются нервно-психические нарушения. Первоклассники с нейтральным отношением к школе (50 %) посещают школу неохотно, предпочитают пропускать занятия. На

уроках такие дети занимаются, как правило, посторонними делами, играми. Испытывают серьёзные затруднения в учебной деятельности. Находятся в состоянии неустойчивой адаптации к школе. Учебный процесс их мало привлекает. Положительное отношение у испытуемых детей (30 %) ребенок весел, счастлив, настроен оптимистично, пребывает в состоянии эйфории. Охотно посещает занятия в школе, учебный процесс дается ребенку легко.

4. При низком уровне адаптации (70 %) ребенок отрицательно отзывается о школе и учителях, жалуется на здоровье, часто меняет настроение, наблюдается нарушение дисциплины, не усваивает учебный материал, отвлекается на уроках, не регулярно выполняет домашние задания, при выполнении типовых упражнений требуется помощь учителя, не ладит с одноклассниками, общественные поручения выполняет под руководством, пассивен. Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе. Нередко жалуется на здоровье, у него доминирует подавленное настроение. Наблюдаются нарушения дисциплины. Объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно. Самостоятельная работа с учебником затруднена. При выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса. К урокам готовится нерегулярно. для того чтобы он начал заниматься, необходимы постоянный контроль: систематические напоминания, побуждения со стороны учителя и родителей. Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания. Пассивен, близких друзей не имеет. Знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников. Средний уровень адаптации (30 %) - ребенок положительно относится к школе, понимает учебный материал, выполняет самостоятельно типовые упражнения, внимателен при выполнении заданий, сосредотачивается только тогда, когда ему интересно, выполняет добросовестно общественные поручения, дружит со многими одноклассниками.
5. У первоклассников с высоким уровнем школьной тревожности (40%) на первом месте страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний и низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, также, это проблемы и страх в отношениях с учителями и страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Такая тревожность может порождаться либо реальным неблагополучием школьника в наиболее значимых областях деятельности и общения, либо существовать как бы вопреки объективно благополучному положению, являясь следствием определенных личностных конфликтов, нарушений в развитии самооценки и т.п. Подобную тревожность часто испытывают школьники,

которые хорошо и даже отлично учатся, ответственно относятся к учебе, общественной жизни, школьной дисциплине, однако это видимое благополучие достается им неоправданно большой ценой и чревато срывами, особенно при резком усложнении деятельности. У таких школьников отмечаются выраженные вегетативные реакции, невротоподобные и психосоматические нарушения. Средний уровень школьной тревожности первоклассников (45 %) - «скрытая тревожность» - защитное поведение часто говорят, что они не испытывают тревоги, но постоянно терпят неудачи из-за своего невезения, несостоятельности, отношения других людей. Многие ситуации успеха оцениваются как неуспешные (обесценивание). Также идет и обесценивание неудач – подобная чувствительность к неблагоприятию носит, как правило, компенсаторный, защитный характер и препятствует полноценному формированию личности. Школьник как бы не допускает неприятный опыт в сознание. Эмоциональное благополучие в этом случае сохраняется ценой неадекватного отношения к действительности, отрицательно сказываясь и на продуктивности деятельности. Не получается анализ полученного опыта. Выбирает для выполнения чаще простые задачи, чтобы всячески избежать волнующих ситуаций (т.к. уверен, что успешно справиться с проблемой). Низкий уровень (15 %) у ребенка низкая школьная тревожность, сложилось эмоционально благополучное отношение к школе и учению, он готов к принятию учебных задач и взаимодействию с учителем.

Таким образом, в результате исследования выяснено, что первоклассники испытывают большие затруднения со школьной адаптацией. Нарушение адаптации зависит от нескольких факторов: недостаточность подготовки ребенка к школе; длительная депривация; соматическая слабость ребенка; нарушение формирования отдельных психических функций; нарушение познавательных процессов; нарушение формирования школьных навыков; двигательные нарушения; эмоциональные расстройства; общительность и социализация.

В целях коррекции прохождения процесса адаптации первоклассников к школе была разработана специальная программа из нескольких занятий.

Цель программы: развитие учебной адаптации, мотивации и учебно-познавательных мотивов у первоклассников.

Задачи программы:

1. формирование у учащихся определенного уровня понятий, правил, знаний;

2. расширение знаний, позволяющее увидеть общее и частное в предметах, явлениях, действиях;

3. знакомство учащихся со знаниями о прогнозировании, о соответствии причины и следствия, о возможных решениях одной и той же задачи;

4. формирование знаний о различных знаковых системах;

5. формирование умения ставить перед собой цель или удерживать предложенную учителем;

6. формирование умения прогнозировать результат деятельности.

Условия организации занятий: программа состоит из 10 занятий, занятия проводятся один раз в неделю, продолжительность одного занятия 30 минут.

В качестве основных методов и приемов на занятиях в различной последовательности использовались: игры, беседы на различные темы, разыгрывание и решение ситуаций.

В таблице 1 представлена программа по коррекции процесса адаптации младших школьников .

Таблица 1

Программа по коррекции процесса адаптации первоклассников

№	Тема	Цель	Задачи	Содержание
1	Знаки и символы	Развитие коммуникативных навыков, умения работать в группе	- Развитие способности сосредоточиться и работать в группе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; - Развитие способности выражать свое эмоциональное состояние	- Игра «Настроение в цвете» - Игра «Игра художников» - Игра «Четыре стихии» - Игра «Шкала роста»
2	Зашифрованная информация	Развитие группового внимания и концентрации на учебе	- Развития умения концентрироваться на учебе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств;	- Игра «Найди отличие» - Игра «Настроение в цвете» - Игра «Разведчики» - Игра «Опорные

			<ul style="list-style-type: none"> - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; - Развитие внимания и усидчивости 	сигналы»
3	Противоположности	Формирование группового сотрудничества в учебе	<ul style="list-style-type: none"> - Обучение навыкам релаксации и самоконтроля; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения 	<ul style="list-style-type: none"> - Игра «Настроение» - Игра «Рисование на заданную тему» - Беседа о рисунках - Упражнение «Четвертый лишний»
4	Ассоциации	Формирование положительных эмоций от процесса обучения	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие мимики и жестов; - Развитие внимания; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого 	<ul style="list-style-type: none"> - Игра «Ассоциации» - Игра «Дорисуй предмет» - Игра «Шкала роста»
5	Читаем. Думаем. Говорим	Формирование умения воспринимать школьную информацию	<ul style="list-style-type: none"> - Развитие навыков получения информации; - Развитие осознания своей школьной индивидуальности 	<ul style="list-style-type: none"> - Игра «Настроение» - Упражнение «Рассказ по картинке» - Игра «Самый - самый»
6	Умное предложение	Развитие умения работать в группе	<ul style="list-style-type: none"> - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого 	<ul style="list-style-type: none"> - Упражнение «Составь предложение» - Игра «Настроение в цвете». - Игра «Неоконченное предложение» - Обсуждение на тему «Что было легко, а что сложно?»
7	Математический урок	Снятие негативных тенденций обучения	<ul style="list-style-type: none"> - Снижение эмоционального напряжения; 	<ul style="list-style-type: none"> - Упражнение «Задачи на движение»

			- Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	- Упражнение «Заполни пропуски в равенствах» - Рисование на тему «Кто чего боится»
8	Что меня окружает	Развитие умения отстаивать свое мнение в учебном процессе	- Развития умения концентрироваться на учебе; - Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; - Развитие внимания и усидчивости	- Упражнение «Что меня окружает» - Игра «Найди общее»
9	Мир профессий	Развитие умения ориентироваться в учебном пространстве	- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Снижение эмоционального напряжения; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого; - Развитие внимания и усидчивости	- Игра «Мир профессий» - Игра «Кем я хочу быть»
10	Обобщение. Подведение итогов	Закрепление полученных адаптационных навыков	- Обучение детей вербализации своих мыслей и чувств; - Создание положительного эмоционального настроения и атмосферы принятия каждого	- Игра «Что я умею, чего не умею, чему хочу научиться» - Рисование на тему «Наш дружный класс» - Игра «Шкала роста»

Литература

1. Выготский Л.С. Детская психология / Л.С. Выготский. – М.: ВЛАДОС, 2014. – 287 с.
2. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2013. – 319 с.
3. Немов Р.С. Психология: Учебник для студентов вузов. В 3 кн. Кн. 1 / Р.С. Немов. – М.: Просвещение: Владос, 2015. – 654.
4. Петрунec В.П. Младший школьник / В.П. Петрунec, Л.Н. Таран. – М.: Знание, 2012. – 184 с.
5. Поливанова К.Н. Психология возрастных кризисов / К.Н. Поливанова. – М.: Академия, 2014. – 184 с.
6. Эриксон Э.Г. Детство и общество / Э.Г. Эриксон. – СПб.: Ленато, 2015. – 592 с.
7. Эстетическое воспитание: книга для учителя: из опыта работы / Под ред. П. В. Халабузарь. – М.: Просвещение, 2014. – 144 с.
8. Ямбург Е.А. Педагогика, психология, дефектология и медицина в модели адаптивной школы / Е.А. Ямбург // Народное образование. –2012. – № 1. – С. 79 – 84.