

# **Проблема адаптации ребёнка в школе**

**Работу выполнила: Куликова Марина Владимировна –  
учитель начальных классов  
город Клин**

# **Адаптация в 1 классе -**

особый и сложный период в жизни ребенка: он осваивает новую социальную роль ученика, новый вид деятельности – учебную, изменяется социальное окружение – появляются одноклассники, учителя и школа как большая социальная группа, в которую включается ребенок, изменяется уклад его жизни.

Ребенок, поступающий в школу, должен быть зрелым в физиологическом и социальном отношении, достичь определенного уровня умственного и эмоционально-волевого развития. Учебная деятельность требует определенного запаса знаний об окружающем мире, сформированности элементарных понятий. Ребенок должен владеть мыслительными операциями, уметь обобщать и дифференцировать предметы и явления окружающего мира, уметь планировать свою деятельность и осуществлять самоконтроль.



# Особенности психофизиологической адаптации ребенка в школе



Напряженность этого периода определяется, прежде всего, тем, что школа с первых дней ставит перед учеником целый ряд задач, несвязанных непосредственно с предшествующим опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных, эмоциональных, физических резервов.

Специальные исследования показали, что самые обычные виды деятельности школьника вызывают серьезное напряжение ряда физиологических систем. Например, при чтении вслух обмен веществ возрастает на 48%, а ответ у доски, контрольные работы приводят к учащению пульса на 15-30 ударов, к увеличению систолического давления на 15-30 мм рт.ст., к изменению биохимических показателей крови и т.п.



**Например, изучение реакции организма первоклассников на уроках по показателям сердечнососудистой системы показало, что напряжение деятельности сердца ребенка можно сравнить с напряжением космонавта в состоянии невесомости.**



**Этот пример убедительно показывает, насколько труден для ребенка процесс физиологической адаптации к школе.**

# Значение психологической подготовки к школе



Возрастные психологические особенности - есть результат в первую очередь условий жизни и целенаправленного воспитания. От того, как родители воспитывали ребенка до школы, как готовили к новому жизненному этапу, зависит и его всестороннее развитие. Положительное отношение к школе, учению, а также успехи ребенка в школьном труде, его взаимоотношения со взрослыми и сверстниками также зависят от предшествующей подготовки.

В детском саду воспитание и обучение ребят, подготовка к школе ведутся по специальной программе. На занятиях они овладевают математическими знаниями и умениями, учатся рисовать, лепить. Ребенка на занятиях учат и родному языку, обогащают его словарь, совершенствуют грамматическую правильность речи, формируют умение говорить связно, выразительно, владеть интонацией. Во многих детских садах страны детей обучают и началам грамоты. После организованных занятий дети играют и трудятся.



Дети, не посещающие детский сад, дома также не только играют. Они слушают по радио познавательные передачи, смотрят детские программы телевидения, родители читают им книги, беседуют с ними, учат читать, считать, решать несложные задачки.

При подготовке детей к школе надо уделить серьезное внимание ознакомлению с окружающей общественной жизнью и природой. Это должны быть не только стихийные наблюдения. Чтение книг (а также, радио - и телепередачи), как они ни важны, не могут заменить непосредственных впечатлений.



# Значение учителей и родителей в адаптации детей в школе

Надо понимать, что с приходом из детского сада или из дома в школу меняется коллектив сверстников, на фоне которых ребенок может выглядеть менее или, наоборот, более способным; меняется педагог, а следовательно, меняются требования к детям, да и характер отношений между учителем и учеником принципиально иной; меняется, наконец, вид деятельности: на первое место выходит учеба, где ребенку важно проявить свои умственные способности, а не личностные качества. Именно этими изменениями и обусловлена проблема адаптации ребенка к школе, и понять, насколько комфортно ему там будет по сравнению с детским садом или домом, и являются ли его учебные успехи случайными или закономерными, можно будет как минимум через полгода.





Родительское терпение и интуиция, знание возрастных и индивидуальных особенностей, желаний, потребностей своего ребенка, вера в его способности и учет рекомендаций учителя являются теми необходимыми условиями, которые помогут маленькому ученику успешно адаптироваться к новой жизни, будут способствовать сохранению его здоровья и нормальной учебе. Главное - не сдаваться и не стоять на месте, а постоянно искать подход к своему ребенку. Путем проб, ошибок и побед в его воспитании родители развивают и свои способности, становясь мудрее.

# Основные показатели благоприятной адаптации ребенка:

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- установление контакта с учащимися, с учителем;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности.