***Успешность адаптации обучающихся к школьной жизни.***

Из опыта работы учителя начальных классов

МБОУ Стодолищенская СОШ

Романенко Л. В.

 Начало систематического обучения в школе является стрессовой ситуацией в жизни ребенка, так как связано с необходимостью адаптироваться к новым микросоциальным условиям. Этот процесс сопровождается разнообразными сдвигами в функциональном состоянии и в значительной мере затрагивает психоэмоциональную сферу. От благополучия адаптационного периода при поступлении в школу в значительной мере зависит успешность дальнейшей социальной деятельности ребенка. Школьная дезадаптация приводит к снижению учебной мотивации, деформации межличностных отношений, развитию невротических состояний, формированию девиантных форм поведения. Неблагоприятное течение адаптации свидетельствует о снижении функциональных резервов организма и перенапряжении регуляторных систем, что сопровождается возникновением соматических заболеваний.

 **Актуальность выбранной темы по самообразованию** определяется тем, что интенсификация учебной деятельности, наблюдаемая в последние годы, а также преобразования в социально-экономической сфере изменили условия жизни детей и определили необходимость повторного углубленного анализа приспособительной деятельности ребенка при поступлении в школу и социально-психологической практики, связанной со школьной адаптацией.

 **Система работы по адаптации первоклассников включает следующие направления педагогической деятельности:**

- диагностическую;

- аналитическую;

- развивающую;

- коррекционную;

- консультативную.

 **Реализация системы** начинается уже в мае месяце (консультативная

деятельность), когда проходит самое первое родительское собрание на тему:

«Готов ли Ваш ребѐнок к школе?» Знакомлю родителей с советами

психолога и педагога, раздаю карточки-советы. Устраиваю для родителей выставку книг

под рубрикой «Подготовка ребѐнка к школе». Каждой книге даю короткую

аннотацию, указываю на положительные стороны данной литературы,

советую приобрести еѐ в сети магазинов. Я рекомендую родителям

следующие книги – пособия:

1. И.Е.Светлова «Логика».

2. Ю.Соколова «Тесты на готовность к школе ребѐнка 6 -7 лет».

3. Ю.Соколова «Тесты на интеллектуальное развитие ребѐнка 5-6 лет».

4. Л.Я.Береславский «Азбука логики».

5. Серия пособий «Это должен знать ваш ребѐнок»:

6. В подарок первокласснику «Здравствуй, школа!» - сборник

стихов и песен.

7. В подарок первокласснику «Праздник букваря» - сборник стихов.

***Это первый этап системы.***

***Второй этап (развивающий)*** - знакомство с будущими первоклассниками

путѐм реализации программы «Школа будущего первоклассника». Занятия провожу в

игровой форме в первых числах июня. В основу отбора содержания занятий легли

следующие принципы:

- учѐт возрастных и индивидуальных особенностей;

- практическая направленность;

- занимательность;

- наглядность и пр

Проводимая работа позволила мне составить таблицу результатов

психолого-педагогических исследований готовности к школе учащихся

 класса уже в июне месяце и наметить дальнейшую работу по

адаптационному периоду. Так реализуется ***третий этап системы –***

***диагностический.***

В первых числах сентября провожу родительское собрание «В первый класс

– с удовольствием». ***Это четвѐртый этап (консультативный)***

намеченной работы. Своѐ выступление я начинаю словами: « Дорога наша жизнь, но

дороже детей нет ничего. Так давайте остановимся на некоторых важных

аспектах воспитания. Ваш малыш теперь школьник. Как помочь ему

преодолеть страх и быстрее привыкнуть к новой обстановке?»

Анкетирование родителей ***(пятый этап)*** провожу следом за собранием в

сентябре месяце.

Той информации, которую уже получила относительно детей, недостаточно,

поэтому я попросила родителей письменно ответить на некоторые вопросы.

Причѐм сделать это они должны дома, хорошо обдумав свои ответы.

Это поможет мне лучше узнать ребѐнка, постараться предугадать, где ученик

может «споткнуться». Я не просто раздаю анкеты, а объясняю важность

своей просьбы.Чтобы убедить родителей в необходимости этого, я к заранее

отпечатанному вопроснику обязательно прилагаю короткое обращение. В нѐм я

убеждаю родителей, что все вопросы задаю не из любопытства, а исключительно в

интересах ребѐнка, и обязательно уверяю их, что вся информация, которую

они мне сообщат, будет строго конфиденциальна.

Родители в ответ на такое доверительное обращение сделали шаг навстречу и

помогли глубже узнать детей: их привычки, интересы, друзей, заболевания,

проблемы, которые могут возникнуть в овладении чтением и письмом. Для

себя я сделала следующие выводы:

 Все родители добросовестно выполнили задание и составили

подробные характеристики своих детей.

 Они знают характер, интересы, друзей своего ребѐнка.

 Особо выделили вопрос о здоровье детей и указали, на что следует

обратить внимание учителя как классного руководителя.

 Во всех семьях стараются давать детям посильные для их возраста

задания (убрать свои игрушки, полить цветы и т. д.). У детей есть

обязанности.

 Большинство семей содержат домашних животных.

 Почти все родители указали на тот факт, что их дети много времени

проводят у экранов телевизора или компьютера. Тревожный факт –

тема для родительского собрания.

 Если родители хорошо знают своих детей, заинтересованы в их

дальнейшем воспитании, развитии умственных и творческих

способностей – значит, взрослые и дети находят общий язык, в семьях

царит доброжелательная атмосфера, большинство родителей не

испытывают трудностей в воспитании своих детей.

Пятый этап плавно переходит ***в шестой – развивающий***, он является наиболее

важным.

Согласно п. 2.9.5. Санитарных правил 2.4.2 782-99 «Гигиенические

требования к условиям обучения школьников в различных видах

современных общеобразовательных учреждений», введѐнных приказом

Минздрава России, в первом классе в сентябре и октябре проводится по 3

урока по 35 минут каждый. В письме «Об организации обучения в первом

классе четырѐхлетней начальной школы» сказано - « … Остальное время

заполнять целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями,

развивающими играми». Чтобы выполнить задачу снятия статического

напряжения школьников предлагается на четвѐртых уроках использовать не

классно-урочную, а иные формы организации учебного процесса.

В течение восьми недель (сентябрь и октябрь) я проводила последними

часами уроки физкультуры, а также уроки по другим предметам в форме игр,

экскурсий и т.д. Вот некоторые темы, используемые мной:

 Экскурсия по школьному двору и на спортивную площадку. Игра «Как

найти свой класс?», « Кто первый?», «Кто дальше, кто выше, кто

больше?»- прогулка.

 Дорога из дома в школу и из школы домой. Правила дорожного движения –

прогулка.

 Прогулка на пришкольный участок. «Золотые краски осени».

 Игра «В художника и зрителя » - урок изобразительного искусства и

художественного труда.

 «Разновидности деревьев», экскурсия- урок ознакомления с

окружающим миром.

***Седьмой этап работы*** – тестирование детей – диагностика по оценке

уровня адаптации учащихся. Отслеживается продвижение ребѐнка по

отношению к самому себе. Выявляются неадаптированные учащиеся.

В конце первого учебного месяца я беседую с каждым учеником и

выясняю его желание учиться или насколько ему комфортно в школе.

Тест называется - «В школу как на праздник или на пытку?»

Прошу ответить на вопросы «да» или «нет».

За ответ «да» начисляю по 2 балла (кроме вопроса №7, здесь баллы

начисляю за ответ «нет»). За «нет» - 0.

1. Любишь ли ты ходить в школу?

2. Хвалит ли тебя учитель?

3. У тебя есть в классе друг (подруга)?

4. Тебе нравится твой портфель?

5. Ты любишь отвечать у доски?

6. На переменах тебе весело?

7. Бывает ли, что тебе хочется домой?

8. Тебе нравятся твои одноклассники?

9. Пошѐл бы ты в школу простуженным, если бы мама разрешила?

10.Тебе звонят твои одноклассники?

Подсчитываю набранные баллы. Если их больше 12 – ребѐнок хорошо

адаптирован и нормально вживлѐн в коллектив. Если меньше 12 – возможно,

у него существуют проблемы общения. Моя задача попытаться узнать

подробнее, часто плохие отношения с одноклассниками могут стать

причиной неуспеваемости. Воспользовавшись тестом, можно поговорить с

ребѐнком о его школьных и личных проблемах. Все учащиеся моего класса набрали

более12 баллов.

***Восьмым этапом системы является*** -изучение самочувствия и

эмоционального состояния первоклассников к концу первой четверти, опрос родителей.

На основании проводимых приѐмов можно сделать вывод: проходит ли

процесс адаптации успешно или нет. Я считаю, что в 1 а классе

адаптационный период проходит успешно.

Мои дети живут в школе « здесь и теперь», поэтому мне надо сделать так,

чтобы каждый день приносил им радость. Чтобы они приобретали знания и

умения. На уроке, мне нужно создать обстановку доверия, уверенности в

успехе, организовать деятельность детей, а не их поведение. 18 ноября 2013 года я дала

открытый урок на район по обучению грамоте (литературное чтение), где попыталась

показать наглядно свою систему работы по адаптации учащихся.

Система работы в период адаптации позволяет мне использовать на уроках

различные упражнения ***(это девятый этап - развивающий),*** которые ведут к :

 Развитию концентрации внимания:

1. Дети на слух заучивают за учителем стихи, выполняя движения -

жесты руками (уроки чтения, окружающего мира).

2. Дети получают газетную или журнальную вырезку с напечатанным

текстом и по заданию учителя зачѐркивают букву (например – д).

Затем делают более сложные упражнения:

 букву а - подчеркни, букву н - зачеркни;

 гласные подчеркни одной чертой, согласные – двумя;

 звонкие согласные подчеркни - синим цветом, глухие – зелѐным

(уроки чтения и письма).

4. Дети списывают (без ошибок): Еналстаде, енадслат, етальтаррс

(уроки письма).

5. Дети выбирают и подчѐркивают слог се: ст ее со се ее со се се ос

ее ис ( уроки письма). Усложнение - по команде учителя «Треугольник!» - дети должны

удерживать в поле зрения только треугольник (тренируется

переключение внимания), (уроки математики и конструирования).

 Развитию умения работать по образцу.

Предлагаю зрительные графические диктанты (уроки математики и

конструирования).

 Развить фонематический слух и артикуляцию помогают

специальные упражнения и задания, используемые на уроках

чтения и письма.

Упражнение «Спортсмен».

Спортсмен бежит по стадиону. Рот закрыт. В течение 30 секунд

язычок бежит по внутренней стороне губ по часовой стрелке, 30

секунд – против часовой стрелки.

Упражнение «Уколы».

Рот закрыт, язык колет внутренние стороны щѐк.

Упражнение «Гусѐнок».

Рот приоткрыт, язык двигается в быстром темпе вправо и влево.

Какой ребѐнок не любит представления, шоу, праздники? Конечно же, все

дети их обожают! Они ждут всегда чего-то: необычного, сказочного,

волшебного и обязательно призов, и подарков.

Поэтому ***следующим этапом, десятым*** - я выбираю подготовку и проведение

утренника «Посвящение в первоклассники». Его проведение приходится на

конец сентября или начало октября. Раздаю детям стихи, разучиваю с ними

песни, рассказываю о конкурсах. Стараюсь включить в работу всех

первоклассников без исключения. В помощь себе подключаю родителей. А сама

обязательно готовлю для детей скромные сувениры. Обычно это сертификаты. Надеюсь,

что праздник сплотит детский коллектив, поселит в душах детей радость, а заодно и

сплотит родительский коллектив.

Продолжаю - утренником «Прощание с Азбукой». Он проходит по

завершению периода обучения грамоте.

Индивидуальные беседы с родителями, немаловажный этап системы работы

– это консультативная педагогическая деятельность, которая ведѐтся на

протяжении всего учебного года, поэтому конкретные сроки не указываю.

Родители первоклассников должны стать моими единомышленниками,

поэтому помимо родительских собраний я провожу в конце каждой четверти

и по необходимости индивидуальные беседы. Я убедилась в том, что

родители в беседе со мной (один на один) более раскованы, более

разговорчивы – ведь мы говорим только об их ребѐнке, о его удачах и

неудачах, помогаем друг другу в преодолении трудностей.

***Итогом всей системы работы по успешной адаптации детей в***

***школе***, я считаю выступление на методическом объединении учителей начальных

классов школы, как обмен опытом и объявление результатов диагностики детей.

 Реализация этой системы и анализ фактов позволяют с твѐрдой

уверенностью говорить о том, что уровень тревожности первоклассников –

невысок, адаптационный период у них протекал более ровно и занял

короткий промежуток времени, они успешно и безболезненно освоились в

школе.

Всѐ, о чѐм я рассказала, лишь схема организации жизни детей в классе.

Творчество детей, родителей и учителя раскрашивают эту работу в

разнообразные тона. И тогда повседневные дела становятся осмысленными,

интересными, нужными для всех.

**Список литературы.**

Баданина Л. П. Адаптация к отметке в начальной школе: размышления психолога // Начальная шк. – 2007. - N 7. - С. 18-21.

2. Баданина Л. П. Адаптация первоклассника: комплексный подход // Начальная шк. плюс до и после. - 2007. - N 12. - С. 59-62.

3. Бадьина Н. П. Динамика показателей школьной адаптации часто болеющих учащихся начальных классов // Вопр. психологии. – 2007. - N 1. - С. 53-61.

4. Бадьина Н. П. Динамика показателей школьной адаптации часто болеющих учащихся начальных классов: дайджест // Психология обучения. – 2007. - N 6. - С. 122-124.

 5. Блинова Н. Г. Развитие и роль асимметрии мозга в адаптации и дезадаптации школьников профильных классов и перспективы ее коррекции // Валеология. – 2005. - N 4. - С. 20-24.

6. Буш Э. С. Неприятие и виктимизация со стороны сверстников: процессы, опосредствующие связь между отторжением группой сверстников и учебной деятельностью: дайджест // Психология обучения. – 2006. - N 8. - С. 14-16.

7. Гольцова Л. Н. Особенности познавательного развития "домашних" детей и детей, посещающих детский сад: дайджест // Там же. – 2006. - N 12. - С. 68-70.

8. Гончарова Г. А. Формирование социально-психологической адаптации школьников и учащихся профессиональных училищ // Гигиена и санитария. - 2009. - N 2. - С. 30-33.

9. Горбунов Н. П. Функциональное состояние школьников в процессе адаптации к учебной деятельности // Педагогика. – 2003. - N 8. - С. 9-13.

 10. Григорьева М. В. К разработке концептуальной модели взаимодействия личности и среды // Мир психологии. - 2008. - N 1. - С. 93-101.

11. Григорьева М. В. Метасистемный анализ школьной адаптации // Изв. Саратовского ун-та. - 2008. - С. 76-81.

12. Григорьева М. В. Психологическая репрезентация среды школьной адаптации у старшеклассников // Там же. - 2009. - С. 66-71.

13. Григорьева М. В. Структура мотивов учения младших школьников и ее роль в процессе школьной адаптации // Начальная шк. - 2009. - N 1. - С. 8-9.