![D:\Documents and Settings\Admin\Local Settings\Temporary Internet Files\Content.IE5\AC5UH9RX\MC900435841[1].wmf]()Адаптация первоклассников в школе

Мамасуева Нина Ивановна

 ГБОУ школа № 102

 г.Санкт-Петербург

 Маленький человек идет в школу. Каким будет его путь, трудным и тернистым или легким и радостным? Поддержат ли его на этой дороге, протянут ладони, согреют ли теплом или заставят выживать, изворачиваться и страдать? Во многом это зависит от нас учителей, как пройдет у ребенка адаптация к школе.

 Что такое адаптация? Адаптация – это перестройка организма на работу в изменившихся условиях. Адаптация к школе имеет две стороны: психологическую и физиологическую. Организм ребенка должен привыкнуть работать в новом режиме – это и есть физиологическая адаптация.

 Первые две недели самые сложные в жизни первоклассника (острая адаптация или «физиологическая буря»).

 Для учителя важно проанализировать состав своего класса: сколько девочек, мальчиков, из каких семей, какие детские сады посещали, знакомы ли дети между собой, имеют ли хронические заболевания, рекомендации логопеда. Для полной характеристики всегда изучаю личные дела, медицинские карты учеников; контактирую с воспитателями детских садов, работающих в подготовительных группах. Также важно было и первое родительское собрание: настроить родителей на правильный подход к обучению их ребенка и в целом к школе, чтобы учитель и родители стали единомышленниками.

 В шесть (семь) лет жизнь сегодняшнего ребенка круто меняется. Все меняет в его жизни приход в школу:

- отношения с людьми и сверстниками;

- виды деятельности;

- общение.

 В первые две недели первоклассники учились быть организованными, дисциплинированными, учились строиться парами, по росту, слушать и слышать. Учителю очень важно понаблюдать за своими учениками более внимательно, видеть каждого ученика, как он выглядит, каково его настроение, как он общается с одноклассниками, родителями. Часто у 50% учеников бывает рассеянное внимание, слабо развита ориентировка в пространстве, недостаточно развиты речевые умения (мои наблюдения совпали с исследованием логопеда-психолога). Это было учтено при организации учебного процесса и работе с родителями.

 Следующий этап адаптации – неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным, варианты реакции на новые условия. На этом этапе эффективны беседы учитель – ученик, небольшие поручения, доброе слово учителя. В этом могут помочь и бывшие выпускники начальной школы. Привлеките их к активной деятельности – и вы увидите, как это здорово.

 После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

 Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника.

 Ведущей деятельностью первоклассника становится учение, изменяется уклад жизни, появляются новые обязанности, которые требуют неукоснительного выполнения, по-иному воспринимают ребенка родные и близкие люди.

 Важно с первых дней учебы сам процесс учения организовать системно и целенаправленно, без спешки, интересно, чтобы дети могли и хотели достаточно длительное время сохранять повышенное внимание, усидчивость, способность воспринимать и хорошо запоминать учебный материал.

 Для этого необходимы условия:

- учебный материал должен быть ребенку интересен и понятен;

- ребенок должен быть мотивирован на его изучение;

- ребенок должен владеть умением по его изучению.

 Как оказать ребенку помощь в адаптации к школе? Самый важный результат такой помощи – это восстановить у ребенка положительное отношение к жизни, в том числе и к повседневной школьной деятельности, ко всем лицам, участвующим в учебном процессе (ребенок – родители – учителя). Ребенку необходима моральная и эмоциональная поддержка. Когда учеба приносит детям радость или хотя бы не вызывает негативных переживаний, связанных с осознанием себя неполноценным, недостаточным любви, тогда школа не является проблемой.

Приложение.

**Опросник «Адаптация в начальной школе»**

(Рекомендуется провести опрос психологом в конце 1 четверти)

1.Тебе нравится в школе?

 а) да

 б) не очень

 в) нет

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

 а) с радостью

 б) по-разному

 в) чаще не хочется

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

 а) пошел бы

 б) не знаю

 в) остался бы дома

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

 а) не нравится

 б) бывает по-разному

 в) нравится

5.Ты хотел бы, чтобы тебе не задавали домашнее задание?

 а) не хотел бы

 б) не знаю

 в) хотел бы

6.Ты хотел бы, чтобы в школе остались одни перемены?

 а) нет

 б) не знаю

 в) хотел бы

7.Ты часто рассказываешь о школе своим друзьям и родителям?

 а) редко

 б) часто

 в) не рассказываю

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

 а) мне нравится наш учитель

 б) точно не знаю

 в) хотел бы

9.У тебя в классе много друзей?

 а) много

 б) мало

 в) нет

10.Тебе нравятся твои одноклассники?

 а) нравятся

 б) не очень

 в) нет

11.Ты устаешь после занятий в школе?

 а) очень устаю

 б) не очень

 в) не устаю