***Адаптация первоклассников к новому виду деятельности.***

 Адаптация (приспособление) детей пришедших в школу это очень серьезная тема для исследования и огромный пласт для изучения прошлом, настоящем и будущем не только для педагогической науке, но и в детской психологии и физиологии. Поэтому в данной статье существует возможность лишь для обозначения тезисов как проблем, так и их решения.

 Для начала немного статистики. Примерно 60% детей успешно проходит процесс адаптации в течение первых двух месяцев обучения. Около 30% завершают процесс к концу первого полугодия, а примерно 15% составляют третью группу – детей, сталкивающихся с серьезными проблемами, требующими профессиональной помощи для успешного завершения процесса.

 На первую четверть приходится самая значительная нагрузка в ходе процесса. Именно этот период характеризуется также специфическими физиологическими проявлениями стрессового характера, которые в дальнейшем могут или сойти к минимуму (при благоприятном развитии событий) либо (что хуже) принять скрытую форму. Так что имеет смысл начать осознание сложности адаптации первоклассников именно с физиологического аспекта.

*Проблемы физиологического характера:*

 Некоторые дети к концу первой четверти худеют, у многих отмечается снижение артериального давления, а у некоторых - значительное его повышение. У многих первоклассников родители наблюдают головные боли, усталость, плохой сон, снижение аппетита, врачи отмечают появление шумов в сердце, нарушения нервно-психического здоровья и другие недомогания. Из менее значительных изменений можно упомянуть снижение концентрации внимания, возрастание признаков гиперактивности, понижение порога утомляемости ребенка.

 В решении физиологических аспектов адаптации детей необходима совместная и четко скоординированная деятельность учителя и родителей. Со стороны родителей это, во-первых, соблюдение четкого суточного режима жизнедеятельности ребенка, а также выполнение всех рекомендаций по домашнему обучению, полученных от учителя в школе. А во-вторых, находиться в постоянном контакте с учителем для того, чтобы хорошо представлять себе все изменения по ходу процесса адаптации ребенка. Со стороны учителя – это правильная организация учебного процесса, что включает в себя: дробную деятельность во время обучения, организация периодов двигательной активности первоклассников, а также внимательное наблюдение за изменениями

*Проблемы социальной адаптации*

Развитие у детей умения слушать, реагировать на действия учителя, планировать свою работу, анализировать полученный результат - то есть умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе. Следующий момент - становление умения налаживать контакт с другими детьми, выстраивать отношения со взрослыми, быть общительным и интересным для окружающих - то есть умений, позволяющих устанавливать межличностные отношения со сверстниками и педагогами. Нельзя обойтись и без формирования умения правильно оценивать свои действия и действия одноклассников, пользоваться простейшими критериями оценки и самооценки (такими критериями выступают полнота знаний, их объем, глубина; возможность использовать знания в различных ситуациях, то есть практически, и т д.) - то есть устойчивой учебной мотивации на фоне позитивных представлений ребенка о себе и низкого уровня школьной тревожности.

*Проблемы психологической адаптации.*

Самый обширный фронт задач педагога – это поле психологической адаптации ребенка. Разумеется, что при отсутствии формирования положительного настроя к процессу обучения у первоклассников невозможно добиться хоть сколько-нибудь значительных результатов. Поэтому задача учителя (особенно в период первого полугодия) это не только правильная организация учебного процесса, но и создание психологически комфортной обстановки в классе.

Решение этой проблемы в значительной степени облегчается методическими возможностями современного обучения, которые подразумевают отсутствие домашних заданий, а также отсутствие у первоклассников дополнительного стресс-фактора в виде выставления оценок за их работу. Но сколько бы значимой не была эта поддержка, роль учителя в процессе адаптации не становится менее важной. Комфортной обстановкой в классе можно с уверенностью назвать атмосферу доверия, внимания к каждому ученику, а также эффект постоянного присутствия поддержки взрослого человека. Отсутствие резкой критики, градированная система поощрений и постоянное поддержание интереса к процессу обучения будет являться не только преимуществом в результатах обучения но непосредственно их залогом.