**Проблемы адаптации к поступлению в школу**

1. **Возрастные особенности младших школьников**

Поступление в школу знаменует собой начало нового возрастного периода в жизни ребенка - начало младшего школьного возраста, ведущей деятельностью которого становится учебная деятельность.

К 6 - 7 годам повышается подвижность нервных процессов, отмечается большее, чем у дошкольников, равновесие процессов возбуждения и торможения.

Возросшая физическая выносливость, повышение работоспособности носят относительный характер, но в целом большинство детей испытывают высокую утомляемость, вызванную еще и дополнительным, не свойственным для данного возраста, школьными нагрузками (приходится много сидеть при жизненной потребности в движении). Работоспособность ребенка резко падает через 25-30 минут после начала урока и может резко снизиться на 2-м уроке.

С поступлением в школу в жизни ребенка происходят существенные изменения, коренным образом меняется социальная ситуация развития, формируется новый для ребенка вид деятельности - учебная деятельность.

На основе этой новой деятельности развиваются основные психологические новообразования: в центр сознания выдвигается мышление. Таким образом, мышление становится доминирующей психической функцией и начинает определять постепенно и работу всех других психических функций (памяти, внимания, восприятия). С развитием мышления другие функции тоже интеллектуализируются и становятся произвольными.

Развитие мышления способствует появлению нового свойства личности ребенка - рефлексии, то есть осознания себя, своего положения в семье, классе, оценка себя как ученика: хороший - плохой. Эту оценку «себя» ребенок черпает из того, как относятся к нему окружающие, близкие люди. Согласно концепции известного американского психолога Э.Эриксона, в этот период у ребенка формируется такое важное личностное образование как чувство социальной и психологической компетентности или при неблагоприятных условиях - социальной и психологической неполноценности.

Л.С. Выготский отмечал интенсивное развитие интеллекта в младшем школьном возрасте. Развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы. Ребенок 7-8 лет обычно мыслит конкретными категориями. Затем происходит переход к стадии формальных операций, которая связана с определенным уровнем развития способности к обобщению и абстрагированию. К моменту перехода в среднее звено школьники должны научиться самостоятельно рассуждать, делать выводы, сопоставлять, анализировать, находить частное и общее, устанавливать простые закономерности.

Если учащиеся 1-2-го класса выделяют прежде всего внешние признаки, характеризующие действие объекта (что он делает) или его назначение (для чего он), то 3-4-у классу школьники уже начинают опираться на знания, представления, сложившиеся в процессе обучения.

Младший школьник в своем развитии идет от анализа отдельного предмета, явления к анализу связей и отношений между предметами и явлениями. Последнее есть необходимая предпосылка понимания школьником явлений окружающей жизни.

Особые трудности возникают в причинно-следственных связей, что учатся в понимании. Младшему школьнику легко устанавливать связь от причины к следствию, чем от следствия к причине. Это и понятно: от причины к следствию устанавливается прямая связь, рассмотрение же фактов в обратном порядке предполагает анализ самых разных причин, что ребенку зачастую еще не под силу.

Развитие теоретического мышления, то есть мышления в понятиях, способствует возникновению к концу младшего школьного возраста рефлексии (исследование природы самих понятий), которая преображает познавательную деятельность и характер отношений к другим людям и к самому себе.

Под влиянием обучения память развивается в двух направлениях:

* усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания (по сравнению с наглядно-образным);
* ребенок овладевает возможностью сознательно управлять своей памятью и регулировать ее проявления (запоминание, воспроизведение, припоминание).

В связи с относительным преобладанием первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память. Дети лучше сохраняют в памяти конкретные сведения: события, лица, предметы, факты, чем определения и объяснения. Они склонны к запоминанию путем механического повторения, без осознания смысловых связей.

Это объясняется тем, что младший школьник не умеет дифференцировать задачи запоминания (что надо запомнить дословно, а что в общих чертах, - этому надо учить).

Ребенок еще плохо владеет речью, ему легче заучить все, чем воспроизводить текст своими словами. Дети еще не умеют организовывать смысловое запоминание: разбивать материал на смысловые группы, выделять опорные пункты для запоминания, составлять логический план текста.

К переходу в среднее звено у учащегося должна сформироваться способность к запоминанию и воспроизведению смысла, существа материала, доказательства, аргументации, логических схем рассуждений.

В процессе обучения восприятие становится более анализирующим, более дифференцированным, принимает характер организованного наблюдения; изменяется роль слова в восприятии.

Возможности волевого регулирования внимания в младшем школьном возрасте ограничены. В младшем школьном возрасте внимание становится концентрированным и устойчивым тогда, когда учебный материал отличается наглядностью, яркостью, вызывает у школьника эмоциональное отношение.

Изменяется содержание внутренней позиции детей. Она в переходный период в большей степени определяется взаимоотношениями с другими людьми, прежде всего со сверстниками. В этом возрасте появляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личностных взаимоотношений класса, формируется достаточно устойчивый статус ученика в этой системе.

На эмоциональное состояние ребенка все в большей степени начинает влиять то, как складываются его отношения с товарищами, а не только успехи в учебе и отношения с учителями.

В начале обучения самооценка школьника формируется учителем на основании результатов учебы. К окончанию начальной школы все привычные ситуации подвергаются корректировке и переоценке другими детьми. При этом во внимание принимаются не учебные характеристики, а качества, проявляющиеся в общении.

Недовольство собой у детей этого возраста распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебную деятельность. Обострение критического отношения к себе актуализирует у младших школьников потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми.

Характер младшего школьника имеет следующие особенности: импульсная, склонность незамедлительно действовать, не подумав, не взвесив всех обстоятельств (причина - возрастная слабость волевой регуляции поведения); общая недостаточность воли.

Капризность и упрямство объясняются недостатками семейного воспитания: ребенок привык, чтобы все его желания и требования удовлетворялись. Капризность и упрямство - своеобразная форма протеста ребенка против тех требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, что «хочет», во имя того, что «надо».

В целом за время обучения ребенка в начальном звене школы у него должны сформироваться следующие качества: произвольность, рефлексия, мышление в понятиях; он должен успешно освоить программу; у него должны быть сформированы основные компоненты деятельности; кроме этого должен появиться качественно новый, «взрослее» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

1. **Сущность школьной адаптации первоклассников**

Начало обучения в школе - один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально - педагогическом, психологическом, так и физическом плане.

Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление, вхождение в школьную жизнь происходит на протяжении начальной школы, и сочетание черт дошкольного детства с особенностями школьника будет характеризовать трудный период младшего школьного возраста. Все дети, начинающие обучение в школе, сталкиваются с теми или иными трудностями.

Адаптация – это:

* приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды, направленное на сохранение гомеостаза;
* приспособление органов чувств к особенностям воздействующих стимулов для их оптимального восприятия и предохранения рецепторов от перегрузки. Адаптация может быть психологическая, сенсорная, социальная.

Социальная адаптация является одним из видов адаптации, под которой понимается постоянный процесс интеграции индивида в общество, процесс активного приспособления индивида к условиям среды социальной, а также результат этого процесса.

В рамках социальной адаптации может быть выделена адаптация ребенка к школе, потому что под школьной адаптацией понимается сложный процесс приспособления ребенка к школе и школы к ребенку.

Приступая к какой-то деятельности, человек адаптируется к новым условиям, постепенно привыкает к ним. В этом ему помогает накопленный опыт, который с возрастом расширяется и обогащается.

Адаптация к школе - перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению.

При поступлении в школу коренным образом изменяются условия жизни и деятельности ребенка; ведущей становится учебная деятельность. В элементарных формах учебная деятельность осуществлялась и дошкольником, но для него она носила второстепенный характер, как ведущей выступала игра; мотивы учебной деятельности дошкольника также были преимущественно игровыми.

Режим школьных занятий требует гораздо более высокого, чем в дошкольном детстве, уровня произвольности поведения. Необходимость налаживать и поддерживать взаимоотношения с педагогами и сверстниками в ходе совместной деятельности требует развитых навыков общения. В связи с этим особую важность приобретает готовность к школьному обучению, которое должно быть сформирована у старших дошкольников. Дети, имеющие достаточный опыт общения, с развитой речью, сформированными познавательными мотивами и умением произвольно-волевой регуляции поведения, легко адаптируются к школьным условиям.

Часто в более выигрышных условиях оказываются дети, посещавшие детский сад, поскольку там элементы готовности к школьному обучению целенаправленно формируются педагогическим действием. Дети, которые не посещали дошкольные учреждения, пользовались пристальным и индивидуализованным вниманием родителей, как правило, обладают определенными преимуществами в познавательной сфере, но часто не имеют достаточного опыта взаимоотношений и вообще стоят на эгоцентрической личной позиции. Затруднения, возникающие вследствие недостаточной готовности к школе, могут быть причиной дезадаптации ребенка. Неспособность к адекватному поведению и неудачи в учебной деятельности, закрепляясь, способствуют возникновению так называемых школьных неврозов.

В первые учебные недели может закладываться основа для развития в будущем слабой успеваемости, поэтому многие исследователи большое значение придают вопросам школьной готовности, а также адаптации первоклассника к новым условиям систематического обучения в коллективе сверстников (Г.М. Безруких, Л.Ы. Божович, А.Л. Венгер, Л.А. Венгер, И.В.Дубровина, С.П. Ефимова, Ы.А. Коробейников, Н.Г. Луськанова, Г.В.Овчарова, Д.Б. Эльконин).

В большинстве работ констатируется, что неуспевающим учащимся характерны следующие личностные свойства:

* неспособность к обобщению, слабая осознанность мыслительной деятельности;
* инертность, косность, пассивность, подражательность ума, явное несоответствие между уровнем интуитивно-практического и словесно-логического мышления.

Готовность ребенка к школе определяется уровнем развития личности в интеллектуальных, мотивационных, коммуникационных и физических отношениях.

Современная наука выработала критерии готовности к школе, исходя из уровня интеллектуальной подготовки (А.В. Запорожец и др.), развития речи (Л.Е. Журова, В.Ы. Логинова, Ф.А. Сохин и др.), математического развития (А.М. Леушина и др.), нравственно-волевого воспитания (Г.И. Жуковская, Т.А. Маркова, В.Г. Нечаева и др.), воспитания готовности к позиции школьника (И.А. Домашенко, В.А. Гелло, И.В. Имедадзе, М.И. Лысина и др.).

Кроме того, изучаются взаимоотношения различных компонентов готовности (Н.И. Гуткина, А.К. Маркова, Л.М. Цеханськая); рассматривается соотношение понятий «школьная зрелость» и «готовность к школе», а также вопросы преемственности дошкольного и школьного воспитания и образования (Н.Ф. Алиева, С.В. Гаврилова, Ю.Ф. Змановський, А.А.Люблинская).

Известны многочисленные публикации, посвященные изучению трудностей школьной адаптации, ее критериев, уровней, этапов. Особенно отметим понятие «дезадаптация», которое занимает важное место в педагогической литературе и практике. Это понятие тесно связано со слабой успеваемостью, а причины их часто совпадают. В свою очередь, дезадаптация сама во многих случаях является причиной слабой успеваемости (Е.М. Александровськая, Н.П. Вайзман, Е.В. Новикова и др.).

Дезадаптация - это нарушение приспособления личности школьника к условиям обучения в школе, которое выступает как частное явление расстройства у ребенка общей способности к психологической адаптации в связи с какими - либо патологическими факторами.

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка.

Период адаптации к школе является очень сложным для первоклассников. В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, крикливыми, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие дети очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит, они становятся очень капризны, появляется интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей. Увеличивается количество заболеваний, которые называют функциональными отклонениями, они вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким изменением образа жизни, в связи со значительным увеличением тех требований, которым ребенок должен отвечать.

Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными отклонениями, но есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается. Такие дети часто и долго болеют, причем болезни носят психосоматический характер, эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза. Некоторые дети к середине дня оказываются уже переутомленными, так как школа для них является стресогенным фактором, уже дорога в школу для многих требует повышенного внимания, напряжения. В течение дня у них не бывает возможности полного расслабления, как физического, так и умственного, эмоционального. Некоторые дети невеселые уже утром, выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх, тревога перед предстоящей работой в классе, из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу.

Анализируя процесс адаптации первоклассников к школе, целесообразно выделить те его формы, знание которых позволит реализовать идеи преемственности в работе воспитателя дошкольного учреждения и учителя общеобразовательной школы.

1. Адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности, к физическим и интеллектуальным нагрузкам. В данном случае уровень адаптации будет зависеть:
* от возраста ребенка, который пошел в школу;
* от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях;
* от степени сформированности морфофункциональных систем организма;
* уровня развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка;
* от того, как изменялась ситуация в семье.
1. Адаптация к новым социальным отношениям и связям относится в большей степени:
* к пространственно-временным отношениям (режим дня, особое место для хранения школьных принадлежностей, школьной формы, подготовка уроков, уравнивание ребенка в правах с старшими братьями, сестрами, признание его «взрослости», предоставление самостоятельности и др.);
* к личностно-смысловым отношениям (отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе, к самому себе как учится);
* к характеристике деятельности и общения ребенка (отношение к ребенку в семье, стиль поведения родителей и учителей, особенности семейного микроклимата, социальная компетентность ребенка и др.).
1. Адаптация к новым условиям познавательной деятельности зависит:
* от актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учреждении или в домашних условиях; интеллектуального развития;
* от учебной как способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности, любознательности как основы познавательной активности;
* от сформированности творческого воображения;
* от коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика.

Сроки адаптации первоклассников могут быть различными. Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения. Однако установлено, что у 20 - 30% шестилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения.

Оптимальный адаптационный период составляет один-полтора месяца. В зависимости от различных факторов уровень адаптации детей к новым условиям может быть разным: высоким, нормальным и низким. Психологами доказано, что наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы.

Активный период обучения должен начинаться после «острого» периода адаптации.

Если физиологическая адаптация протекает как бы автоматически, то с социально-психологической адаптацией дело обстоит иначе: она представляет собой процесс активного приспособления. Адаптация ребенка к школе процесс не односторонний: не только новые условия воздействуют на малыша, но и сам он пытается изменить социально-психологическую ситуацию, не только «встроиться в нее», но и ее «пристроить к себе». Ведь и учителю необходимо адаптироваться к ситуации взаимодействия с новыми для него учениками.

Процесс «притирки» друг к другу продолжается достаточно долго, но учителю легче - и не только потому, что он взрослее и мудрее, но и потому, что он имеет существенное влияние на процесс адаптации.

Именно в первом полугодии первого года обучения процесс адаптации ребенка проявляется в напряжении всех функциональных систем его организма. В этот период наиболее яркими признаками сложно протекающей адаптации, которые легко заметить и учителю и родителям, являются двигательное возбуждение или заторможенность, жалобы на головные боли, плохой сон, снижение аппетита. Перечисленные признаки, а также снижение массы тела свидетельствуют о неблагоприятных изменениях в здоровье первоклассника, вызванных неуклонно нарастающим утомлением и переутомлением.

По результатам наблюдений Б.Ы. Кочубей и Е.В. Новиковой, уже к концу первой четверти масса тела снижается у 60% детей. Одновременно с этим ухудшаются показатели работоспособности, появляются жалобы на усталость, сонливость, головные боли. Утомление приводит также к значительному снижению артериального давления у первоклассников, а переутомление может обернуться повышением давления, появлением шумов в сердце, нарушениями нервно-психического здоровья.

Ухудшение нервно-психического состояния детей также наиболее выражено в первом полугодии. Специальные исследования показывают, что именно в этот период число учащихся, имеющих нервно-психические отклонения, возрастает примерно на 14-16%, а к концу учебного года число таких детей увеличивается примерно на 20%. Наиболее тяжелы для ребенка первые 6-9 недель пребывания в школе, характеризующиеся как время «острой адаптации». Но и спустя два месяца обучения многие дети продолжают переживать серьезные трудности.

А.Л. Венгер описывает три уровня адаптации к школьному обучению:

1. Высокий уровень адаптации. Первоклассник положительно относится к школе; требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко, глубоко и полно; решает усложненные задачи; прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя; выполняет поручения без лишнего контроля; проявляет большой интерес к самостоятельной работе; готовится ко всем урокам; занимает в классе благоприятное статусное положение.

2. Средний уровень адаптации. Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний; понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно; усваивает основное содержание учебных программ; самостоятельно решает типовые задачи; бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным; общественные поручения выполняет добросовестно; дружит со многими одноклассниками.

3. Низкий уровень адаптации. Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередки жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдаются нарушения дисциплины; объясним учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебником затруднена; при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса; к урокам готовится нерегулярно, ему необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей; сохраняет работоспособность и внимание при удлиненных паузах для отдыха; близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.

Какие же причины лежат в основе школьной дезадаптации?

Одной из главных причин многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».

В числе других причин можно назвать недостаточный уровень интеллектуального развития ребенка, его социальную незрелость, неумение общаться с окружающими, неудовлетворительное состояние здоровья.

Все это - комплекс внутренних причин, так называемые «проблемы ребенка».

Однако существуют и внешние причины школьной дезадаптации – «проблемы учителя»:

* несоответствующие возможностям ребенка содержание обучения и методика преподавания,
* сама личность учителя,
* стиль его отношений с детьми и родителями и т.п.

Чаще всего эти факторы существуют взаимосвязано, вытекают один из другого, а в целом приводят к вполне определенным трудностям обучения.

Все многообразие школьных трудностей можно условно разделить на два типа (Г.М. Безруких):

* специфические, имеющие в основе те или иные нарушения моторики, зрительно-моторной координации, зрительного и пространственного восприятия, речевого развития и т.п.;
* неспецифические, вызванные общей ослабленной организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, повышенной утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности.

В результате социально-психологической дезадаптации можно ожидать у ребенка проявления всего комплекса неспецифических трудностей, связанных прежде всего с нарушениями в деятельности. На уроке такой ученик отличается неорганизованностью, пассивностью, замедленным темпом деятельности. Он не способен понять задание, осмыслить его целиком и работать сосредоточенно, без отвлечений и дополнительных напоминаний, он не умеет работать обдуманно, по плану.

Письмо такого ученика выделяется неустойчивым почерком. Неровные штрихи, различная высота и протяженность графических элементов, большие, растянутые, буквы наклонены в разные стороны, тремор - вот его характерные черты. Ошибки выражаются в недописывании букв, слогов, случайных заменах и пропусках букв, неиспользовании правил.

Вызваны они несоответствием темпов деятельности ребенка и всего класса, отсутствием концентрации внимания. Эти же причины определяют и характерные трудности чтения: пропуски слов, букв (невнимательное чтение), угадывание, возвратные движения глаз (ритм «спотыкается»), быстрый темп чтения, но плохое восприятие прочитанного (механическое чтение), медленный темп чтения.

При обучении математике трудности выражаются в неустойчивом почерке (цифры неровные, растянутые), фрагментарном восприятии задания, трудностях переключения с одной операции на другую, трудностях переноса вербальной инструкции в конкретное действие.

Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, несомненно, принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками.

Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей и школьного психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

На основании изученной литературы по теме исследования можно сделать следующий вывод: для достижения эффективности в обучении детей 6 - 7 лет необходимо формировать положительное, эмоциональное отношение к занятиям. Руководство деятельности детей первого года обучения в школе следует осуществлять широко используя методы дошкольного воспитания с частичным применением школьных методов. Необходимо соблюдать преемственность дошкольных и школьных методов работы при формировании коллектива детей первых классов и организации их межличностного общения, организовывать деятельность младших школьников, так как положительно складывается на психологической адаптации детей к новым условиям, формировать способность к ролевого и личностного общения.

Необходимо учитывать индивидуальные возрастные особенности, которые проявляются в уровне учебной в темпе усвоения знаний, отношений к интеллектуальной деятельности и др. так как они могут привести к дезадаптации.