

Салмина Наталья Геннадьевна,
Учитель высшей категории,
почетный работник общего образования Российской Федерации
Государственное бюджетное образовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа №87, г. Санкт-Петербург

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ «НЕОБХОДИМЫЕ УСЛОВИЯ ДЛЯ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАСНИКА К ШКОЛЕ»

Аннотация: Адаптация к школе – многоплановый процесс. Его составляющими являются физиологическая и социально-психологическая адаптация к учителям и их требованиям, к одноклассникам. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь образ жизни, свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений.

Ключевые слова: адаптация, первоклассник, учитель, родители, школьный коллектив, здоровье.

В связи с введением новых стандартов проблема адаптации детей к школьной жизни стала наиболее актуальной, так как стандарт впервые определяет такую составляющую, как здоровье школьников, в качестве одного из важнейших результатов образования, а сохранение и укрепление здоровья – в качестве приоритетного направления деятельности образовательного учреждения.

Первый год обучения в школе – чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребенка. Меняется его место в системе общественных отношений, меняется весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. Учебные занятия требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы.

Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение. Именно в 1-ом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Для того, чтобы дети наиболее благополучно прошли этот этап своей жизни, их родителям необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, возникающего с началом обучения в школе.

Памятка родителям первоклассника

- Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

- Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

- Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.

- Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.



- Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками.

- Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка ("Прекрасно!", "Ещё лучше, чем прежде!") способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

- Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

- Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

- С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

Первая учительница – это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел – ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку.

Обязательно согласуйте требования, чтобы ребенок не пострадал от ваших разногласий с педагогом. Если вас не устраивает или непонятна методика обучения, попросите учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Думаем, что любой учитель сделает это охотно, ведь он заинтересован видеть в вас в первую очередь помощников, а не критиков.

Основным показателем благоприятной психологической адаптации ребенка являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности. Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей, психологов способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей.

Какие знания должны быть сформированы у будущего первоклассника:

В области развития речи и готовности к овладению грамотой необходимо:

- уметь четко произносить все звуки речи;
- уметь выделять заданный звук в потоке речи;
- уметь определять место звука в слове (в начале, в середине, в конце);
- уметь произносить слова по слогам;
- уметь составлять предложения из 3-5 слов;
- уметь использовать обобщающие понятия;
- уметь составлять рассказ по картинке;
- различать жанры художественной литературы (сказка, рассказ, басня, стихотворение);

- уметь наизусть читать любимые стихотворения;

- уметь последовательно передавать содержание сказки;

В области развития элементарных математических представлений:

- знать все цифры от 0 до 9;
- уметь считать до 10 и обратно;
- уметь сравнивать числа первого десятка;
- уметь соотносить цифру и число предметов;
- уметь сравнивать две группы предметов;



- уметь составлять и решать задачи в одно действие на сложение и вычитание;
 - знать названия фигур: треугольник, квадрат, круг;
 - уметь сравнивать предметы по цвету, размеру, форме;
 - уметь пользоваться понятиями: "налево," "направо," "вверх," "вниз," "раньше," "позже," "перед," "за," "между";
 - уметь группировать по определенному признаку предложенные предметы;
- В области представлений об окружающем мире:
- уметь различать по внешнему виду растения;
 - уметь называть их отличительные признаки;
 - уметь различать диких и домашних животных;
 - уметь различать по внешнему виду птиц;
 - иметь представления о сезонных признаках природы;
 - знать названия 12 месяцев года;
 - знать названия всех дней недели;
 - знать в какой стране он живет и в каком городе;
 - знать домашний адрес;
 - знать полные имена членов своей семьи;
 - знать правила поведения в общественных местах и на улице;

Признаки успешной адаптации:

Во-первых, это удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов. Второй признак – насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка – внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?

Очень важно на первых порах вселить уверенность на успех, не давать ученику поддаваться унынию "У меня ничего не получится!», иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

Следующий признак успешной адаптации – это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому. Частенько родители слишком усердно "помогают" ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку.

Но самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Вопрос в том, сколько времени уйдет у ребенка и учителя на адаптацию и насколько этот процесс будет эффективен. По статистике половина детей в классе адаптируется за первое полугодие, для второй половины требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Многое зависит от индивидуальных особенностей ребенка, был ли он психологически готов к школьному обучению, так же это зависит от состояния здоровья ребенка и уровня его физиологического развития.



Физиологическая адаптация:

• Первые 2-3 недели обучения получили название "физиологической бури". В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, то есть дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.

• Следующий этап адаптации – неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

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

По наблюдениям медиков, некоторые дети худеют к концу 1-ой четверти, у многих отмечается снижение артериального давления, что является признаком утомления, а у некоторых – значительное его повышение – это признак переутомления. Многие первоклассники жалуются на головные боли, усталость и другие недомогания в 1-ой четверти. Проявлениями трудностей привыкания и перенапряжения организма могут стать также капризность детей.

Социально-психологическая адаптация:

• Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, он проходит через особый этап своего развития – кризис 7 (6,5) лет.

• Изменяется социальный статус бывшего малыша – появляется новая социальная роль "ученик". Можно считать это рождением социального "Я" ребенка.

• Изменение внешней позиции влечет за собой изменение самосознания личности первоклассника, происходит переоценка ценностей. То, что было значимым раньше, становится второстепенным, а то, что имеет отношение к учебе, становится более ценным.

В период 6-7 лет происходят серьезные изменения в эмоциональной сфере ребенка. В дошкольном детстве, столкнувшись с неудачами или получив нелестные отзывы о своей внешности, ребенок, конечно, испытывал обиду или досаду, но это не влияло так кардинально на становление его личности в целом. В период же кризиса 7 лет интеллектуальное развитие ребенка, его развившаяся способность к обобщению влекут за собой и обобщение переживаний. Неудачи в учебе, в общении могут привести к формированию устойчивого комплекса неполноценности. Такое "приобретение" в 7 лет самым негативным образом влияет на развитие самооценки ребенка.

Эта особенность психики детей учтена в школьном обучении – первый год учебы является безоценочным, то есть при оценке работы учеников не используются отметки, делается больший акцент на качественный анализ их деятельности.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ученика. Учитель должен строить свою деятельность с учётом степени и длительности адаптации первоклассников к школе. Ему необходимо быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить отношения со сверстниками.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания детей в школе. Необходимо помнить, что такие качества отдельных детей, как невнимательность, неусидчивость, быстрая отвлекаемость, неумение управлять своим поведением, связаны с особенностями их психики, поэтому важно не делать детям резких замечаний, не одергивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ребенка.

Приоритетным направлением новых образовательных стандартов является реализация развивающего потенциала начального общего образования, главной задачей становится обеспечение развития универсальных учебных действий как психологической составляющей ядра образования. Обучение ориентировано на развитие учащихся, учёт их способностей и всестороннее раскрытие их интеллектуального и личностного потенциала.



Список литературы:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт ФГОС начального общего образования 1 – 4 кл.
2. Ермакова, И. Адаптация первоклассников к школе / И. Ермакова, О. Даниленко // Народное образование. – 2008 – [5]
3. Зур, В. Первый раз в первый класс / В. Зур // Здоровье. – 2022 – [7-8].
4. Троицкая, И. Ю. Адаптация первоклассников к школе: трудности и перспективы развития / И. Ю. Троицкая, Т. Н. Петрова // Начальная школа. – 2018.– [7].
5. Лысенко, А. Психологическая адаптация первоклассника к школе / А. Лысенко // Учитель. – 2016 – [4].
6. Карцева, Л.В. Психология и педагогика социальной работы с семьей: Учебное пособие / Л.В. Карцева. – М.: Дашков и К, 2013
7. Борытко Н.М. Педагогика: учебное пособие / Борытко Н.М., Соловцова И.А., Байбаков А.М. – М., «Академия», 2007

