

Адаптация учащихся 1, 5 классов

Школьная адаптация представляет собой процесс формирования механизма приспособления ребенка к требованиям и условиям обучения. Ее результатом может стать как адекватный механизм, приводящий к **адаптированности**, обеспечивающей успешность последующей учебной деятельности, так и неадекватный механизм приспособления ребенка к школе (нарушение учебы и поведения, конфликтные отношения, повышенный уровень тревожности, искажения в личностном развитии), приводящий к **дезадаптированности** ребенка.

Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех сил организма. Не день и не неделя потребуется для того, чтобы ребенок освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, ко всему новому, что несет в себе статус школьника, мобилизуются его адаптационные ресурсы. Нужно время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям, научился соответствовать новым требованиям.

В условиях внедрения нового Федерального государственного образовательного стандарта меняются требования к образовательной среде, однако процесс адаптации ребенка к школе на всех ступенях обучения остается одним из наиболее актуальных вопросов.

Первый класс школы – один из наиболее существенных критических периодов в жизни детей. Поступление в школу для многих из них – эмоционально-стрессовая ситуация: изменяется привычный стереотип, возрастает психоэмоциональная нагрузка. От того, как пройдет адаптация на первом году обучения, во многом зависит работоспособность и успеваемость в последующие годы.

Школа с первых же дней ставит перед ребенком ряд задач. Ему необходимо успешно овладевать учебной деятельностью, освоить школьные нормы поведения, приобщиться к классному коллективу, приспособиться к новым условиям умственного труда и режиму. Выполнение каждой из этих задач связано непосредственно с предшествующим опытом ребенка.

Психологическая готовность к обучению в школе включает: развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, речи) в соответствии с возрастной нормой; развитие коммуникативной сферы (навыков общения и взаимодействия с детьми и взрослыми); саморегуляцию и произвольность (умение слышать, слушать и выполнять инструкцию, вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения); интеллектуальный компонент (развитие познавательных процессов). Важным критерием психологической готовности к школе считается сформированность «внутренней позиции школьника», что означает сознательную постановку и исполнение ребенком определенных намерений и целей. При психологической готовности к школе ребенок хочет учиться, а не

просто ходить в школу. У многих детей, поступающих в школу эта потребность еще не сформирована («чувство необходимости учения»).

Психологическая диагностика, проводимая на данном этапе и проведение адаптационных занятий позволяют определить актуальный уровень развития ребенка.

С первоклассниками проводятся следующие мероприятия:

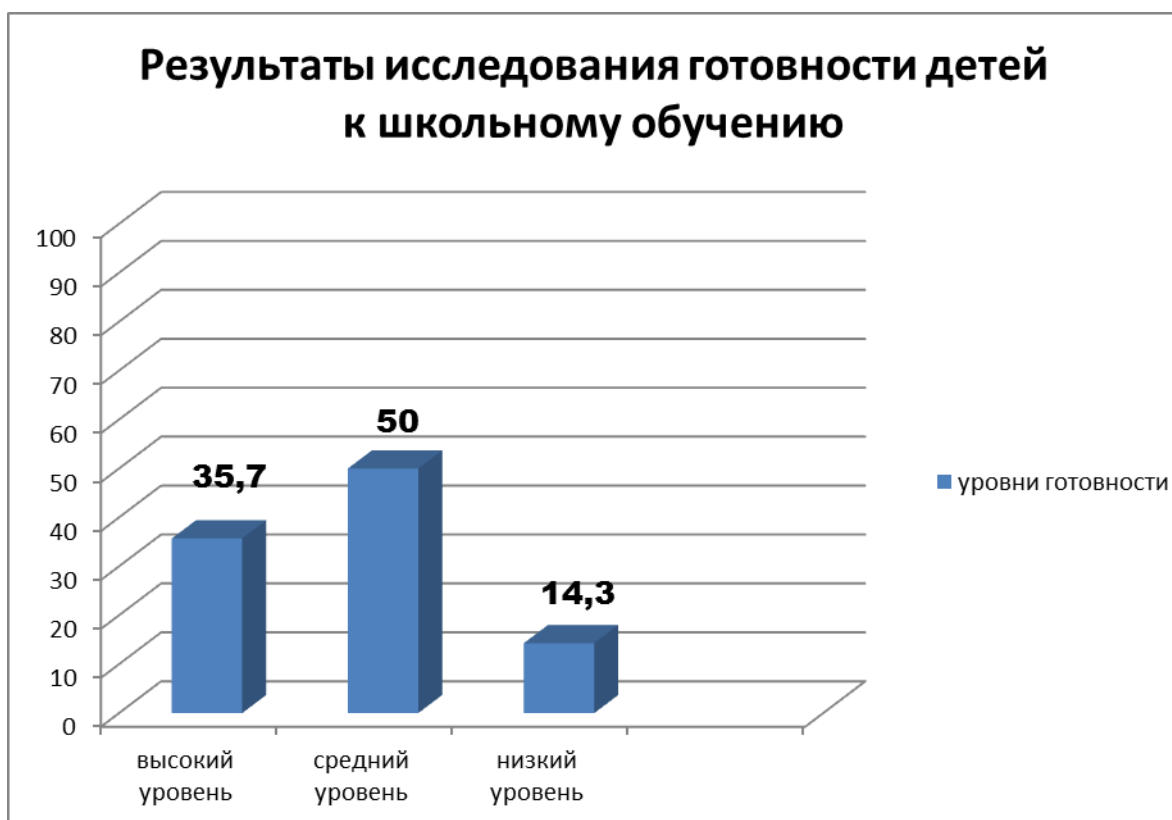
- диагностика, направленная на определение психологической готовности к школьному обучению в начале года (Тест Керна-Йерасека, «Домик»);

- индивидуальная диагностика, позволяющая определить развитие познавательной сферы (память, мышление, внимание), мотивационной сферы, личностной (самооценка, взаимодействие в группе) сферы;

- программа адаптационно-развивающих занятий («Я-первоклассник»).

Таким образом, комплекс перечисленных мероприятий позволяет выявить особенности прохождения периода адаптации каждого обучающегося и обозначить необходимые рекомендации для предотвращения дезадаптационных проявлений.

ПРИМЕР ПРОВЕДЕННОЙ ДИАГНОСТИКИ В 1 КЛАССЕ



У 35,7 % учащихся выявлен высокий уровень готовности к школьному обучению, что говорит о высоком уровне сформированности зрительно – моторной координации, мелкой моторики рук, а также высокой подготовленности к школьному обучению в целом. Дети справились со всеми

заданиями, быстро поняли инструкцию, готовы следовать заданным требованиям. Высокий уровень школьной готовности позволяет предположить, что школьная программа будет усваиваться детьми благополучно.

У 50 % - средний уровень готовности к школьному обучению, то есть у детей сформирована зрительно – моторная координация, и в целом уровень подготовки к школьному обучению находится в пределах возрастной нормы.

У 14,3 % - низкий уровень готовности к школьному обучению.

Дети с низким уровнем не выполнили задания, не смогли воспользоваться помощью психолога. У учеников наблюдаются проблемы в адаптации. В дальнейшем необходимо обращать дополнительное внимание на этих учеников, поскольку из-за несформированности мелкой моторики рук, зрительно – моторной координации с большой вероятностью возможны проблемы в обучении.

Итак, полученные результаты позволяют говорить, о том, что большинство (85,7 %) учеников первого класса имеет высокий и средний уровень школьной готовности, что позволяет делать благоприятный прогноз дальнейшего обучения и развития.

Для учеников с низким уровнем школьной готовности необходимы дополнительные занятия для овладения учебной программой.

Еще одним наиболее сложным и важным периодом в жизни школьника можно назвать переход из начального звена в среднее - **переход в 5-й класс**. Сложность заключается в том, что дети переходят от одного учителя ко многим, появляются новые предметы, возрастает сложность школьной программы, появляется кабинетная система, меняется школьный статус детей – из самых старших в начальной школе они становятся самыми младшими в средней школе, кроме того дети стоят на пороге подросткового возраста, ведущей деятельностью становится межличностное общение, но при этом основным занятием остаётся учёба. У многих детей в этот период повышается тревожность.

Цель адаптационного периода - помочь ребятам познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами. Обеспечение плавного и мягкого перехода учащихся в основное звено школы - главная задача адаптационного периода пятиклассников.

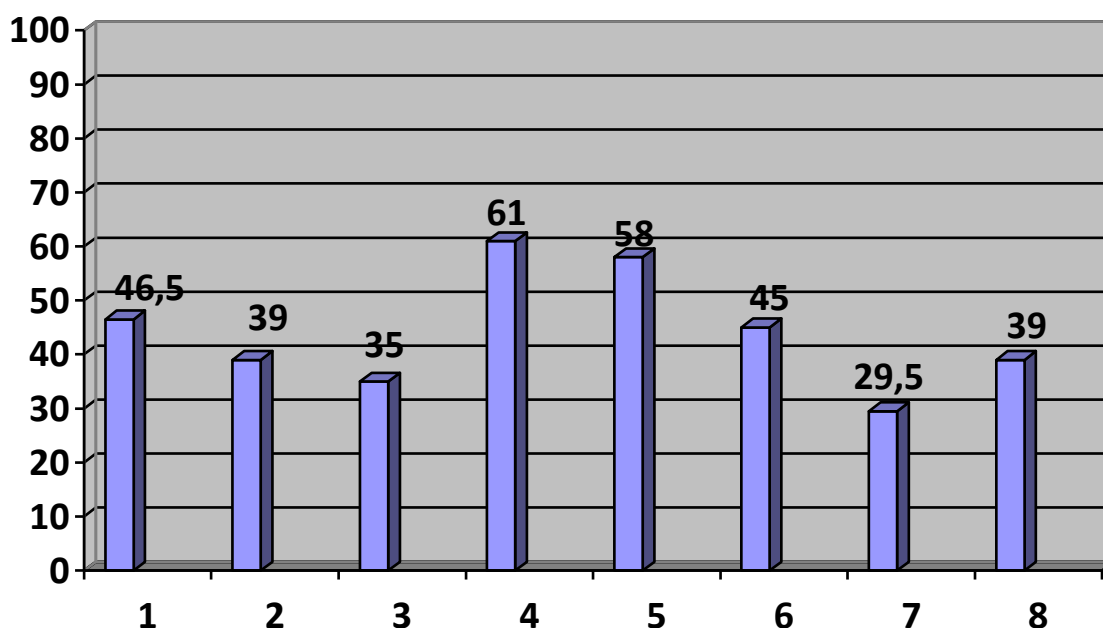
Обычно необходимость адаптации возникает в связи с кардинальной сменой деятельности человека и его социального окружения. И у первоклассников, и у пятиклассников изменились социальное окружение (новый состав класса и учителей) и система деятельности (новая учебная ситуация новой ступени образования). Ситуация новизны является для любого человека в определённой степени тревожной. Ребёнок переживает эмоциональный дискомфорт прежде всего из-за неопределённости представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр. Это

состояние можно назвать состоянием внутренней напряжённости, настороженности.

Основные направления работы с пятиклассниками направлены на диагностику уровня тревожности и проведение занятий, направленных на снижение тревожности, диагностику мотивации, определение межличностных отношений в коллективе. Проведение развивающих занятий «Новичок в пятом классе», «Я-пятиклассник», обеспечивающих сплочение коллектива, успешный процесс адаптации и снижение уровня тревожности.

ПРИМЕР ПРОВЕДЕННОЙ ДИАГНОСТИКИ УРОВНЯ ТРЕВОЖНОСТИ В 5 КЛАССЕ

Средний процент тревожности по факторам:



ФАКТОРЫ:

- 1 – общая тревожность в школе*
- 2 – переживание социального стресса*
- 3 – фрустрация потребности в достижении успеха*
- 4 – страх самовыражения*
- 5 – страх ситуации проверки знаний*
- 6 – страх не соответствовать окружающим*
- 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу*
- 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями*

По результатам диагностики был определен общий показатель школьной тревожности класса – 43 %, что свидетельствует о низком уровне тревожности в классе. Низкий уровень позволяет говорить об успешной социальной адаптации учащихся к новым условиям (новый педагогический состав, новые требования к учащимся).

Анализируя уровень тревожности отдельно по каждому фактору можно сказать, что в зону повышенной тревожности в классе входят факторы «страх ситуации проверки знаний» - 58 %, «страх самовыражения» - 61%.

Повышенные показатели по данным факторам свидетельствуют о том, что для учащихся свойственно переживать тревогу в ситуациях демонстрации своих способностей, при проверке знаний (особенно публичной). Превышение показателей отмечается незначительное, что характеризует естественную степень волнения в ситуации публичной проверки знаний.

Повышение показателей по фактору «страх самовыражения» говорит о том, что у обучающихся проявляется тревожность и волнение в ситуациях, в которых необходимо продемонстрировать свои способности, возможности и раскрыться перед окружающими.

Итак, успешность процесса адаптации во многом определяется состоянием здоровья ребенка, психологической готовностью к обучению.

Психологическая готовность рассматривается как комплексная характеристика ребенка, в которой раскрываются уровни развития психологических качеств, являющихся наиболее важными предпосылками для нормального включения в школьную жизнь и для формирования учебной деятельности при переходе из одного звена в другое.

Эти психологические качества определенным образом сгруппированы, а их группы рассматриваются как компоненты психологической готовности к школе. Основными компонентами психологической готовности к школе являются:

- умственная готовность к школе
- мотивационная готовность к школе
- эмоционально-волевая готовность к школе
- готовность к общению с одноклассниками и учителем.

Таким образом, рассмотрев основные особенности, характерные для адаптации учащихся 1 и 5 классов, можно сказать о том, что процесс адаптации является одним из наиболее сложных периодов в жизни школьника и требует психолого-педагогического сопровождения.