

Адаптация ребенка к школе.

Школа-это первый, серьёзный этап на жизненном пути ребёнка, подготавливающий его к взрослой жизни. На данном этапе, он осваивает новые знания и умения, а также приобретает навыки, способствующие дальнейшему становлению человека, как в творческом и профессиональном плане, так и в духовном росте.

С проблемами в адаптации к школе сталкиваются даже те дети, которые были успешны в детском саду, связано это со сменой режима дня, введении новых требований и необходимостью осваивать новые знания, а также сменой коллектива. Поэтому особое внимание стоит уделить детям, не посещавшим дошкольное учреждение, им нужна правильная и системная адаптация.

Подготовка ребенка к школе

Важно начать подготовку заранее, начиная с детского сада. В детских дошкольных учреждениях знакомят с принципами школьной программы, поведением и дисциплиной. Проводятся занятия, имитирующие учебный рабочий процесс первоклассника. На практике, данных форм работы недостаточно, так как они воспринимаются, как игровой процесс.

Необходимые направления в подготовке:

1. Нацеленность на обучающий процесс и создание благоприятной психологической атмосферы. Для этого надо объяснять будущему первокласснику зачем нужна школа, что там будет делать ребенок, какие правила поведения необходимо соблюдать. Обратить особое внимание на положительные стороны школьной жизни по сравнению с детским садом.

2. Использовать ролевые игры, для симуляции учебного процесса в домашних условиях. (игра «Школа», роль учеников и учителей могут играть игрушки, взрослые или дети).
3. Приведение режима дня в соответствие со школьным режимом.
4. Согласованное взаимодействие родителей и будущего учителя.
5. Ребёнок должен быть готов к школе не только физически, но и психологически.

Особенности адаптации ребенка к школе

По педагогическим исследованиям, у большинства современных детей возникают сложности при адаптации, и только каждый пятый успешно проходит данный этап. Причина этих проблем связана со сменой вида деятельности от преобладающей игровой к учебной, и это при условии отсутствия других негативных факторов (среда, воспитание и т.д.). Без предварительной подготовки ребёнку тяжело приспособиться к новым для себя обстоятельствам, как психологически, так и социально.

С этими проблемами можно справиться, помогая ребёнку расставить правильно приоритеты в процессе обучения и познания, приветствуя и поощряя за любые успехи в образовании, не забывая обращать внимание на соблюдении дисциплины.

Психологическая адаптация ребенка к школе

Социальная адаптация зависит от среды (педагогического влияния, домашних условий и детского окружения), а психологическая адаптация представляет сложную целостную систему взаимосвязанных компонентов (мотивации, познавательной активности, речевого и интеллектуального развития, регуляции действий ребёнка, а также типа общения со сверстниками и взрослыми).

Выделяют три основных компонента психологической адаптации:

- Личностная готовность. Показывает хочет ли ребенок учиться, ходить в школу, готовность к новому уровню отношений сотрудничества со сверстниками, реализовывать иные потребности в контексте общественно значимой деятельности;
- Наличие воли и мотивации. Способен контролировать поступки и действия усилием воли, слушать, понимать и вникать в указания учителя, действовать в рамках правил, удерживать внимание определенный промежуток времени;
- Общий интеллектуальный уровень. Уровень познавательного развития, способствует усвоению новых объективных знаний, позволяет различать отдельные стороны предмета, способен формулировать собственное мнение, сравнивать, обобщать, проявлять иную умственную активность.

Адаптация детей начальной школы

Первые дни в школе чаще всего у большинства детей вызывают положительные эмоции (из-за атмосферы праздника, новизны...). Но, когда начинается повседневная работа, возникают первые трудности, которые в дальнейшем могут привести к дезадаптации.

В этот период со стороны школы, в лице учителя и психолога, ведётся комплексная работа по оказанию помощи, поэтому очень важно, чтобы подобная работа велась и дома.

Основные мероприятия, проводимые в школе:

- Диагностика готовности к школе;
- Индивидуальная работа, с обучающимися с признаками дезадаптации

- о Организация психолого-педагогических занятий, направленных на освоение нового социального пространства, норм школьного поведения и установление взаимоотношений со сверстниками;
- о Позиционирование первой учительницы с привлечением внимания к систематическому учебному процессу, с постепенным переходом от роли воспитателя к роли педагога.

Домашние мероприятия:

- о Создание благоприятного эмоционального климата в семье,
- о Поощрение первых, пусть даже малых, успехов,
- о Формирование понимания у ребенка, что его любят таким, какой он есть, а не за оценки,
- о Посещение ребёнком дополнительных кружков и секций (не в ущерб отдыху),
- о Беседы о том, как прошёл день у первоклассника,
- о Соблюдение режима дня (обязательный 8-ми часовой ночной сон, возможен дневной сон после школы, некоторым детям он ещё необходим),
- о Правильное питание,
 - Во время эпидемиологических периодов проведение профилактических мероприятий.

Период адаптации ребенка в школе

Адаптационный период у детей проходит индивидуально и точных временных рамок у него нет, но современные психологи, условно, выделяют три категории:

о Первая группа. Дети быстро адаптируются к школе на протяжении первых двух месяцев. Ребенок без особых усилий вливается в новый коллектив, принимает нормы поведения в школе и успешен в учёбе.

о Вторая группа. Дети имеют большой период адаптации - до полугода. Такие дети тяжело вливаются в учебный процесс, имеют проблемы с дисциплиной (играют на уроках), негативно реагируют на замечания, есть конфликты со одноклассниками, есть небольшие или средние трудности в усвоении материала. К концу полугода негативные проявления ослабевают или исчезают вовсе.

о Третья группа. Адаптация у таких детей вызывает большие сложности. Преобладают негативные эмоции вне зависимости от ситуации, ко второму полугодю наблюдается полное невосприятие учебной программы. Ребенок не контролируем, часто срывает уроки. Требуется системная работа психолога и социального педагога, не только с обучающимся, но и с семьёй (часто неприятие школы, связано с проблемами в семье).

Трудности адаптации детей к школе

Большинство трудностей, с которыми сталкиваются родители при адаптации проходят, но некоторые могут преследовать ребёнка вплоть до средней школы. Вот некоторые из них и методы их разрешения:

о Неуспеваемость. Необходимо различать невосприятие учебной программы и отставание от неё. При отставании чаще всего

проблема в усвоении программы, связана с завышенными требованиями родителей, и как следствие ведет к формированию отрицательного отношения к учёбе. Решение данной проблемы заключается в поддержке младшего школьника и поощрении любых его успехов в обучении.

о Лень. Чаще всего связано со слабо выраженной познавательной потребностью (или увлечен чем-то другим), общей медлительностью мыслительных операций, в силу темперамента, повышенной тревожностью, неуверенностью в себе, отсутствием мотивации, чрезмерной опекой и избалованностью. Справиться с этой проблемой поможет только систематическая работа, дополнительная мотивация и иные методы без жесткого давления на ребенка.

о Уход от продуктивной деятельности. Проблема повышенной отвлекаемости на уроках, занимается любыми делами, кроме обучения. Уход в себя и отсутствие внимания, может быть связан с недостатком внимания и понимания, а также любви со стороны родителей. Решить эту проблему, в этом случае, можно выделением внимания ребенку, нормализацией внутрисемейного климата.

о Демонстративное непослушание. Чаще всего связано с избалованностью ребёнка, он привык быть в центре внимания, и таким образом привлекает его и в школе. В данном случае следует временно лишить такого ребенка повышенного внимания, чтобы справиться проблемой. Важно чтобы данная работа велась системно и в школе, и дома.

о Вербализм. Это высокий уровень развития речи с задержкой мыслительных операций. Далек не всегда высокое речевое

развитие связано с развитым абстрактным, логическим и практическим мышлением. Это ведет к систематическому неусвоению школьной программы. Правильным решением в данной ситуации будет усиленное внимание на развитие мыслительных процессов со стимуляцией к продуктивной деятельности.

Успешная адаптация ребенка к школе

Признаки завершения процесса адаптации:

- Соблюдает школьные нормы поведения;
- Познавательная деятельность эффективна, ребёнок усваивает учебную программу.
- Влился в новый коллектив, нет проблем в общении с одноклассниками и с педагогами;
- Эмоционально благополучен, с удовольствием идет в школу, оценочные суждения о школе в целом положительные.

Если по всем этим признакам вы можете поставить средний либо высокий балл, то с большой долей вероятности, ребенок приспособился в новом для себя социуме и далее сможет успешно осваивать новые знания.

Советы психолога

Вот несколько советов, для быстрой и успешной адаптации ребенка в школе.:

Хвалить, а не ругать. Поощрять любые успехи в учёбе

- Сравнение с другими — недопустимо. Это ведёт к снижению самооценки ребёнка

- Щадящая оценка. Воспринимать ребёнка таким какой он есть, не предъявлять к нему завышенных требований.
- Развитие скрытого потенциала. Стараться найти ту сферу деятельности, где ребенок сможет реализовать себя и быть успешным.
- Награда. Лучшая награда -это доверительное и открытое общение, похвала.