**Адаптация детей в начальной школе**

**Автор: Каирбекова Динара Махсутовна**

**Школа-лицей №79, город Нур-Султан**

**Аннотация:** В этой статье рассказывается о том, какими приёмами и методами на практике пользуется учитель, когда сталкивается с проблемами адаптации детей в 1 классе.

**Ключевые слова:** адаптация, начальная школа, психологический климат, индивидуальные особенности.

**Тематическая рубрика:** начальная школа.

Первый год обучения в школе чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребёнка. Адаптация ребёнка к школе – довольно длительный процесс. Ни день, ни неделя требуется для того, чтобы маленький ученик освоился в школе. Её длительность зависит от множества факторов.

К факторам, которые осложняют адаптацию относятся депривация, низкий уровень предварительной подготовки к школе, двигательные нарушения, нарушения в формировании познавательных процессов, соматическая слабость, эмоциональные расстройства, низкий уровень социализации. Совокупность данных факторов позволяет выделить проблему адаптации первоклассников к образовательному процессу – сложность формирования «социальной позиции школьника». Несформированность данной социальной роли проявляется в том, что младший школьник отдаёт предпочтение игровой деятельности, а отношения строит по дошкольному типу, не желая выходить за рамки комфортной среды.

Отрицание новой социальной позиции также выражается в отказе и нежелании посещать школу, присутствует негативная установка по отношению к учёбе. Ход нормального развития младшего школьника может в процессе адаптации осложняться непринятием новой роли и социального статуса ученика, незрелостью мотивации к обучению в школе, двойственным, а в некоторых случаях негативным отношением первоклассника к школе.

Проблема школьной адаптации связана, в первую очередь, с деятельностной позицией ребёнка. Приспособление к новой образовательной среде, которая предъявляет иные, отличные от дошкольных образовательных учреждений требования, – это достаточно сложный и неоднозначный процесс ввиду того, что комплексная перестройка жизнедеятельности требует многих усилий и ресурсов.

Несомненно, главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе принадлежит учителю.

Адаптация в этот период у школьников рассматривается в двух направлениях: нормативный и деструктивный. При нормативном развитии ситуации адаптации возникающие трудности с освоением учебных программ, пониманием учебных задач, осознанием роли ученика при определённых условиях разрешаются благополучно и не препятствуют дальнейшему развитию личности. В случае деструктивного хода адаптации возникает феномен дезадаптации, характеризующийся нарушением коммуникации и межличностных отношений, низким интересом к учебе, сложностями освоения и усвоения учебного материала, непониманием учебных задач, быстрой утомляемостью от учебной нагрузки и многим другим.

Частой проблемой адаптации является наличие отрицательного отношения к школе. Подверженные такому отношению дети испытывают трудности в работе с учебным материалом, построением взаимоотношений с одноклассниками и педагогами. Школа при подобном отрицательном отношении часто выступает как враждебная среда, в которой ребёнку невыносимо находиться. Данные затруднения часто трансформируются в агрессию, младший школьник начинает нарушать дисциплину, отказывается выполнять задания. Низкий уровень адаптации характеризуется также отрицательными отзывами первоклассника об учителях и школьной жизни, ребёнок нарушает дисциплину, плохо усваивает учебный материал, домашние задание выполняет нерегулярно. Обучающийся начинает часто жаловаться на здоровье, а его настроение бывает подвержено частой смене.

При выполнении общественных заданий школьник проявляет пассивность, работая только под контролем. Отношения с учителями и одноклассниками выстраиваются с трудом. Высокий уровень тревожности снижает сопротивляемость стрессу, младший школьник боится строить отношения с учителями, боится не оправдать ожидания. Ситуации проверки знаний вызывают страх. Высокий уровень тревожности может проявиться у школьника неблагополучного, испытывающего объективные проблемы в важнейших сферах жизни. Также высокий уровень тревожности может проявиться и у вполне благополучных детей на фоне нарушений самооценки, личностных конфликтов и других субъективных факторов.

Можно сделать вывод о том, что для ребёнка социальные отношения, меняющиеся при поступлении в школу, являются источником серьёзных трудностей. У ученика может быть спровоцировано появление школьной дезадаптации из-за смены привычного ритма жизни, обстановки и условий жизни. Усугубляют ситуацию также возрастающие умственные и физические нагрузки, дополнительные занятия и кружки, необходимость проявлять большую самостоятельность, что ведёт к тревожности и перенапряжению. Поэтому педагогами, родителями и психологами должны создаваться условия для успешной адаптации первоклассников к образовательному процессу, которая заложит основы полноценного развития ребенка.

Преодоление трудностей адаптации требует, прежде всего, подготовительных мероприятий на дошкольном уровне, включение в образовательный процесс педагогов, психологов и родителей для создания оптимальных условий прохождения адаптации.

Основные показатели благоприятной социально-психологической адаптации ребенка:

* формирование адекватного поведения;
* установление контактов с обучающимися и учителем;
* овладение навыками учебной деятельности.

Адаптированность отражает уровень и содержание фактических достижений обучающегося во взаимодействии с социальной средой, определяет адекватное условиям среды поведение, его взаимодействие с коллективом и успешную учебную деятельность без значительного нервно-психического напряжения. Достигается уровень адаптированности через осознанность своего Я, произвольность выбора принятия/непринятия требований и норм группы, активность в самораскрытии, формирование позитивных отношений с социальным окружением. Критериями адаптированности личности обучающегося следует считать:

· субъективные – удовлетворённость своим положением, ощущение принадлежности к группе и ощущение эмоционального и физического комфорта;

· объективные – стабильное функциональное состояние организма ребёнка, развитость психических процессов, проявление активности в деятельности и результативность деятельности.

Успешность адаптации ребенка к учебной деятельности во многом зависит от эмоциональной поддержки со стороны учителя и родителей, положительной оценки его стараний. Ребенок должен чувствовать интерес одноклассников, каждому ребенку хочется завоевать авторитет и доверие ребят. Положительные эмоции, которые ребёнок испытывает при общении со сверстниками, во многом формируют его поведение, облегчают привыкание к школе. В этом случае первостепенная роль учителя в создании положительного отношения к школьнику определяет и отношение к нему его одноклассников.

Таким образом, понимание на теоретическом уровне трудностей адаптации, с которыми обучающийся сталкивается в условиях образовательной среды школы, их осмысление, позволяет выстроить всем участникам учебного процесса адекватные отношения и обеспечивает достижение состояния адаптированности детей.

И поэтому в начале учебного года передо мной стояла главная цель – обеспечить адаптацию учеников.

В первый класс пришли 30 человек. Из них девочек – 10, мальчиков – 20. До поступления в школу 18 детей посещали детский сад, остальные воспитывались дома. На тот момент первоклассники были очень любознательные и общительные. На контакт со взрослыми шли легко. Им нужно было помочь утвердиться на позиции школьника, почувствовать себя принятым в школьную семью. Ребёнку необходимо быть уверенным в своих силах. Для этого с обучающимися я проводила беседы о том, зачем нужно учиться, что такое школа и какие в ней существуют правила.

В начальный период обучения были созданы благоприятные условия для адаптации: сокращенный рабочий день, три урока по 35 минут, домашние задания не задаются, на уроке в обязательном порядке проводятся две физкультминутки в игровой форме, последние уроки проводятся в нестандартной форме (уроки-экскурсии, уроки-игры). Классное помещение проветривается во время перемен, уровень освещённости соответствует санитарным нормам. Организовано рациональное питание. Горячим питанием обеспечены все ученики.

В процессе обучения мною учитываются индивидуальные особенности учеников. Всегда подчёркиваю их достоинства и успехи. С самого начала поддерживаю общую самооценку ребёнка. Для этого использую правила: активная словесная похвала, кивок головой, улыбка, самостоятельная оценка ребёнком своей работы с разных сторон.

Воспитательные моменты включаются в урок, на перемене воспитание происходит по ситуации, а также учителя и родители проявляют его собственным примером.

В целом родители активно интересуются жизнью своих детей, ожидают от них положительных результатов с учётом способностей ребёнка. Регулярно посещают школу, оказывают помощь классу, стараются сотрудничать с учителем, вырабатывать единство требований семьи и школы. Но, к сожалению, есть и конфликтные родители, с которыми приходится проводить индивидуальную работу. Стараюсь сглаживать конфликтные ситуации, устанавливать связь между школой и родителями, проводить родительские собрания, давать рекомендации, как помочь ребёнку в адаптационный период.

В самом начале обучения некоторые ученики могли во время урока играть, выяснять отношения с другими учащимися, но к концу первой четверти их реакция на требования учителя стала более адекватной. Успеваемость повысилась, адаптационный период прошёл в довольно мягкой форме. На сегодняшний день психологический климат в классе положительный. Правильная организация учёбы вырабатывает у школьника навыки труда. Чтобы ребёнок с любыми особенностями обучался успешно, необходимо обратить внимание на эти самые особенности и создать для него наиболее оптимальные условия деятельности.

**Список литературы:**

1. Проблемы адаптации первоклассников к образовательному процессу. – Издательство «Молодой ученый», 2020 г.

2. Коррекционная педагогика в начальном образовании: учебное пособие для среднего профессионального образования. – М.: Издательство «Юрайт», 2017 г.

3. К проблеме адаптации первоклассников к обучению в школе. – Н.Новгород: Издательство «Научная электронная библиотека», 2019 г.

4. Адаптация первоклассников к школе. Трудности и перспективы развития. – М.: Издательство «Начальная школа», 2018 г.

5. Детство и общество. — СПб.: Издательство «Ленато», 2020 г.