Чернышёва Елена Александровна

МОУ Гимназия г. Нижняя Салда ,Свердловской область

Учитель начальных классов

**Особенности адаптации первоклассников к школьной жизни**

О том, что начало обучения в школе – один из самых серьёзных моментов в жизни ребёнка, знают все. Но что это значит «серьёзный момент»? На этот вопрос я и попросила ответить родителей первоклассников во время одного родительского собрания. Вот типичные ответы: «Новый коллектив», «Новые занятия, учительница», «Новые обязанности», «Много новых впечатлений». И лишь одна мама написала: «Большие нагрузки». Как видите, большая часть родителей оценивает начало обучения в школе как переломный этап в социально- психологическом плане. Это действительно так. Новые контакты, новые отношения, новые обязанности, новая социальная роль- ученик- со своими плюсами и минусами. Но почему-то забывается, что школа- это и совершенно новые условия жизни и деятельности ребёнка, это большие физические и эмоциональные нагрузки. Изменяется вся жизнь: всё подчиняется школе, школьным делам и заботам.

Начало обучения - очень напряжённый период ещё и потому, что школа с первых же дней ставит перед ребёнком целый ряд задач, не связанных непосредственно с его предыдущим опытом, но требующих максимальной мобилизации физических и интеллектуальных сил. Хорошо ещё, если нет дополнительных трудностей, но - увы! – они не столь уж редки. Поэтому правильнее всех оценила начало обучения та мама, которая написала в ответе на мой вопрос: « Большие нагрузки». Большие нагрузки – психологические, интеллектуальные, функциональные и физические. Для успешного обучения школьников необходимо учитывать особенности их адаптации (привыкания, приспособления) к школьной жизни.

Первый год обучения особенно трудный для ребёнка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и сверстникам. Более неблагоприятно адаптация протекает у детей с нарушениями физического и психологического здоровья. Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация может проходить по- разному. Значительная часть детей адаптируется в течении первых двух- трёх месяцев обучения. Это проявляется в том, что ребёнок привыкает к коллективу, ближе узнаёт своих одноклассников, приобретает друзей. У детей, благополучно прошедших адаптацию, преобладают хорошее настроение, активное посещение к учёбе, желание посещать школу, добросовестно и без видимого напряжения выполнять требования учителя. Другим детям требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами ( дерутся, капризничают, жалуются, плачут ). У этих детей встречаются трудности и в усвоении учебных программ.

И, наконец, в каждом классе есть дети, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной ( до одного года) адаптации. Такие дети отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно с этими детьми не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста: они ведут себя вызывающе, задираются, мешают проводить урок и пр. Наиболее напряжёнными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой « острой» адаптации. В это время не стоит повышать нагрузку, темп работы. Активный период обучения должен начинаться после периода «острой» адаптации.

Учитель строит свою деятельность с учётом степени и длительности адаптации шестилетних детей к школе. Он должен быть сдержанным, спокойным, подчеркивать достоинства и успехи детей, стараться наладить их отношения со сверстниками. Нецелесообразно вызывать в первые месяцы учебного года к доске детей, не уверенных в себе, стеснительных, демонстрировать перед всеми недостатки и ошибки отдельных детей. Специальной дополнительной работы требует устранение трудностей обучения, возникающих у некоторых школьников, повышение их интереса к учебной деятельности и уверенности в собственных силах. Если учитель не учитывает трудности адаптационного периода, то это может привести к нервному срыву ребёнка и нарушению его психического здоровья.

Обучение первоклассников должно строиться с учётом особенностей организации деятельности детей седьмого года жизни.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания ребёнка 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 (особенно в адаптационный период) не делать детям резких замечаний, не одёргивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ученика. В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребёнка. В начале обучения учитель должен предоставить каждому ребёнку возможность работать в присущем ему темпе. Совершенно не допустимы в это время замечания типа «Быстрее!», «Задерживаешь всех!» и т. п. Объём работы школьников должен увеличиваться постепенно.

 Уровень развития функциональных систем и сформированности психических процессов детей (внимание, память, мышление, уровень произвольности), обеспечивающих успешность обучения, диктуют необходимость предоставления детям разных по сложности учебных заданий и, что особенно важно, разную долю участия учителя в их выполнении. Многие дети в этом возрасте могут выполнять задания только с помощью взрослого, который подсказывает последовательность действий. Это не является отрицательной характеристикой ученика, а отражает возрастные и индивидуальные особенности и уровень «школьной зрелости». Стиль общения учителя с первоклассниками должен учитывать особенности поведения ребёнка, связанные с его умением общаться со взрослыми и сверстниками.

Среди первоклассников достаточно высок процент детей, испытывающих разного рода трудности в обучении в коллективе. Сюда относятся как гиперобщительные дети, мешающие учителю вести урок, так и боящиеся классно-урочной обстановки, стесняющиеся отвечать и производящие поэтому впечатление ничего не знающих или не умеющих слушать учителя. И те, и другие требуют различных форм доброжелательной и терпеливой работы учителя. Тон учителя должен быть доверительным и мягким. Недопустим авторитарный стиль общения учителя с первоклассниками. Нельзя пренебрегать и различными формами невербального общения – обнять ребёнка, взять за руку, погладить по голове, дотронуться и т. п. Это не только успокаивает ребёнка, но и вселяет в него уверенность, ощущение того, что взрослый хорошо к нему относится. Для первоклассника существенно важно доброе, позитивное отношение к нему учителя, которое не должно зависеть от реальных успехов ребёнка.

Требования к выполнению школьных норм поведения вводятся постепенно и не в форме указаний, а пожеланий. Не допустимы проявления раздражения, резкие замечания. Следует терпеливо и мягко ещё раз повторять необходимое правило. Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребёнка, попытку самостоятельно найти ответ на вопрос. Очень полезно давать детям творческие учебные задания: придумать что-то, догадаться, подобрать другие примеры и др. Пусть при этом дети спорят, рассуждают, ошибаются, вместе с учителем находят правильное решение.

Особое внимание требуют дети с низким уровнем активности. Главная задача учителя – поощрять любое проявление инициативы, желание высказаться, ответить на вопрос, поработать у доски. Нельзя спешить вызывать ребёнка к доске, если учитель не уверен в правильности ответа, лучше пусть ученик ответит ему «на ушко», чтобы не демонстрировать классу ошибки ребёнка.

В первом классе следует специально учить детей организовывать свою деятельность: планировать свои действия, менять условия работы ( н-р, убрать учебник или тетрадь, сложить кассу букв, закрыть книгу и т. п.). Здесь требуется терпеливая длительная работа, в основе которой лежит пошаговая инструкция, подробно объясняющая, что и как делать (открыли кассу букв, нашли кармашек для данной буквы, убираем её, закрываем кассу…)

При организации деятельности по решению учебной задачи необходимо учить детей планировать свои действия. Особенно эффективно использовать для этого уроки художественного труда, когда дети анализируют образец будущего изделия, выделяют последовательность действий. Важно побуждать детей проговаривать вслух последовательность действий, осуществлять самостоятельно контроль: сравнивать свою работу с образцом, находить ошибки, устанавливать их причины, самому вносить исправления. Причем формулировку требования лучше высказывать не в категорической форме, а в мягкой («Мне кажется, ты здесь ошибся», «Проверь, пожалуйста, нет ли у тебя ошибки вот здесь») и т. п.).

Необходимо обратить внимание на структуру урока в первом классе. Она должна быть « дробной », т.е. включать несколько ( желательно связанных темой ) видов деятельности. Как уже было подчёркнуто выше, недопустимо строить весь урок на одном виде деятельности, например все тридцать пять минут читать, писать или решать арифметические задачи. Необходимо чередовать разные виды деятельности.

Для первоклассников ещё очень актуальны виды деятельности, которыми они занимались в дошкольном детстве. Это прежде всего относится к игре. Поэтому следует активно включать игру в учебный процесс, а не запрещать игру, не исключать её из жизни первоклассника. В первом классе игра имеет особое значение для формирования умения учиться- основой деятельности, которой занимается теперь ребёнок. Принципиально важно обратить внимание на два вида игрролевые и игры с правилами ( дидактические, подвижные, настольно-печатные ). Игра с правилами, так же как и учебная деятельность, обязательно даёт результат, развивает самооценку, самоконтроль и самостоятельность. На первом году обучения ( особенно в первые недели учёбы ) игры с правилами должны присутствовать на каждом уроке ( дидактические ), заполнять перемены и динамическую паузу ( подвижные, настольно- печатные ).

Дидактические игры всегда имеют учебную задачу, которую нужно решать. В процессе этих игр ребёнок усваивает систему эталонов- этических, сенсорных, практических и др. При использовании игры как метода обучения необходимо выполнять ряд условий: учебная задача должна совпадать с игровой; наличие учебной задачи не должно вытеснять игровую; необходимо сохранять игровую ситуацию; игра обязательно должна включать игровое правило ( если…, то… ) и игровое действие.

Ролевые игры очень важны для формирования произвольного поведения, воображения, творчества ученика, так необходимого ему для обучения. Большие возможности для развития сюжетно- ролевых игр предоставляют уроки литературного чтения, математики, окружающего мира, искусства, в процессе которых дети могут разыгрывать различные роли реальных лиц или воображаемых герое