

УДК 159.99

## К ВОПРОСУ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

**Галина Анатольевна Баудер**

кандидат филологических наук, доцент

tatmila@yandex.ru

**Людмила Игоревна Полунина**

кандидат филологических наук, доцент

tatmila2@yandex.ru

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

**Аннотация.** Важным этапом жизни детей является начало их обучения в школе. Сложность проявляется в педагогическом, психологическом и физиологическом направлениях. Происходит перестройка мотивационной познавательной и эмоционально-волевой сфер обучающихся в начале школьного обучения. В этот период ведущей является учебная деятельность, которая сильно отличается от учебной деятельности дошкольника.

**Ключевые слова:** адаптация, ребенок, школа, стресс, учебная деятельность.

Важным этапом жизни детей является начало их обучения в школе. Сложность проявляется в педагогическом, психологическом и физиологическом направлениях. Происходит перестройка мотивационной, познавательной и эмоционально-волевой сфер учащихся в начале школьного обучения. В этот период ведущей (основной) является учебная деятельность, которая сильно отличается от учебной деятельности дошкольника. В дошкольном возрасте эта деятельность в большинстве игровая. Конечно же, более общительные дети, обладающие развитой речью, правильным поведением к школе адаптируются легче. Ребенок осознает, что оценка его поступков и мотивов определяется людьми, окружающими его. Мотив «я должен» начинает преобладать над мотивом «я хочу». Первоклассники должны усвоить психофизические и психические действия, способствующие освоению таких предметов, как письмо, чтение, математика, рисование и т.д.

Д.Б. Эльконин считает, что при благоприятных условиях обучения и достаточном уровне умственного развития на базе учебной деятельности возможно формирование предпосылок к теоретическому сознанию и мышлению [4].

Адаптация бывает психологической, сенсорной и социальной. Социальная адаптация предполагает процесс интеграции индивида в общество, процесс его приспособления к условиям школьной среды. Д.Б. Эльконин доказывает, что в период адаптации у детей повышается уровень тревожности, снижается уровень эмоционального комфорта. Беспрецедентно мнение специалистов, что дети 6-летнего возраста трудности адаптации испытывают острее: проявляется не только физическое, но и психологическое напряжение. Поведение детей меняется: они становятся вялыми, плаксивыми, раздражительными, вспыльчивыми; нарушается сон и аппетит. Д.М. Маркович считает, что адаптация напрямую связана с понятием подготовки ребенка к школе.

Мы согласны с мнением Н.Н. Бугаевой, доказывающей, что подтверждением успешной подготовки к школе являются правильное

поведение детей в школе и дома, грамотное контактирование с учителем и учениками, овладение учебными умениями и навыками.

Отмечается, что нагрузкой для ребенка во время адаптации является сокращение двигательной активности приблизительно в два раза; потребность в движении в это время продолжает оставаться большой.

Считается, что первые три месяца после начала обучения являются для детей особенно сложными. Ребенок переживает состояние внутренней напряженности, испытывает эмоциональный дискомфорт. Психическое напряжение иногда приводит к дезадаптации: проявляется невнимательность, недисциплинированность, безответственность, утомляемость, слабая успеваемость, отсутствие желания посещать школу. Чтобы избежать дезадаптации, необходимо добиваться удовлетворенности ребенка процессом обучения, возможности реализации программы обучения, учета степени самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий. В то же время необходимо, чтобы ребенок наладил контакт с одноклассниками, т.к. важно определить для него социальную роль в классе. Снизить риск формирования дезадаптации у ребенка помогут усилия учителей, педагогов, родителей, врачей, психологов.

А.Л. Венгер выделяет высокий, средний и низкий уровни адаптации. Особое внимание необходимо уделить низкому уровню адаптации, при котором первоклассник отрицательно относится к школе, нарушает дисциплину, фрагментарно усваивает учебный материал, проявляет трудности в работе с учебником, нерегулярно выполняет домашнее задание, не имеет друзей, не интересуется жизнью класса и т.д.

Адаптация включает ориентированный этап, этап неустойчивого приспособления и период относительно устойчивого приспособления. Эти этапы длятся приблизительно пять-шесть недель. Наиболее сложными считаются первая – четвертая недели. Иногда ребенку необходима помощь психолога, который анализируя данные анкет, вопросников, литературы,

личных бесед с ребенком, способен помочь в решении вопросов, связанных с его дезадаптацией.

Данные по обследованию детей психолог может получить непосредственно от детей, в ходе опроса родителей, учителей, используя проективный тест личностных отношений, специальных эмоций и ценностных ориентаций «Домики».

Основной психической функцией является мышление, способствующее работе памяти, внимания, восприятия. Ребенок развивает в себе новое свойство – рефлексию. Он старается понять себя и других, определить свое место в семье и обществе, оценить себя как ученика. Самооценка первоклассников формируется учителем на базе результатов учёбы. Требования, предъявляемые школой, могут вызвать у ребенка протест, выражающийся в проявлении упрямства, капризов и вредности. В процессе обучения в начальных классах возможно сформировать у обучающихся трудолюбие, дисциплину, правильное поведение, уважение к окружающим и одноклассникам.

В ходе наших рассуждений приходим к выводу, что первый год обучения ребёнка в школе определяет его будущую школьную жизнь. Необходимо помнить, что каждый обучающийся индивидуален, адаптируясь к обучению, по-разному справляется с требованиями, режимом дня и учебной программой. В начале обучения в школе каждый ребенок испытывает стресс. Для того, чтобы ребёнок смог благополучно адаптироваться к школе, ему необходимо иметь запас знаний об окружающем мире, способность к саморегуляции поведения [1]. Адаптация, бесспорно, зависит от индивидуальных особенностей ребёнка и имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью.

### **Список литературы:**

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе // М., 1998. 153 с.
2. Артемов С.Д. Социальные проблемы адаптации // М., 1990. 180 с.

3. Безруких М.М. Трудности обучения в начальной школе: Причины, диагностика, комплексная помощь // М.: Эксмо, 2009. 464 с.

4. Кулагина И.Ю. Возрастная психология (Развитие ребенка от рождения до 17 лет): Учебное пособие. 4 издание. М.: Издательство Ун-ты Российской академии образования. 1998.

5. Маркова Д.Н. Адаптация первоклассников к обучению в школе // Начальная школа. 2009. №7. С. 18-22

6. Немов Р.С. Психология: Словарь – справочник: В 2ч: ч.1 // М.: ВЛАДОСПРЕСС. 2003. 352 с.

**UDC 159.99**

## **ON THE ISSUE OF THE CHILD'S ADAPTATION TO SCHOOL**

**Galina An. Bauder**

candidate of philological sciences, associate professor

tatmila@yandex.ru

**Lyudmila Ig. Polunina**

candidate of philological sciences, associate professor

tatmila2@yandex.ru

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

**Annotation.** An important stage in children's lives is the beginning of their schooling. The complexity manifests itself in pedagogical, psychological and physiological directions. There is a restructuring of the motivational cognitive and emotional-volitional spheres of students at the beginning of school education. During this period, the leading (main) is educational activity, which is strongly marked by the educational activity of a preschooler.

**Key words:** adaptation, child, school, stress, educational activity.

Статья поступила в редакцию 20.09.2024; одобрена после рецензирования 20.10.2024; принята к публикации 30.10.2024.

The article was submitted 20.09.2024; approved after reviewing 20.10.2024; accepted for publication 30.10.2024.