Проблемы адаптации детей в 1-х классах.

Подготовила: Ленкова Е.П.

Начало школьного обучения приходится на кри­зис 7лет. Родители отмечают, что не то чтобы ребенок стано­вится непослушным, скорее, он становится непонятным и все это совпадает с началом школьного обучения. Что же происходит? У беззаботного прежде малыша появляются непривычные обязанности: в школе он не волен распоряжаться своим временем, должен подчиняться правилам дисциплины, которые не всегда кажутся ему разумными. Поче­му нужно сидеть смирно целый урок? Почему нельзя шуметь, кричать, бегать? После динамичных, эмо­циональных игр дошкольника новая жизнь кажет­ся утомительной и не всегда интересной. Школь­ная дисциплина требует большого напряжения, первокласснику трудно управлять своими чувства­ми и желаниями.

Как же добиться, чтобы адаптация ребёнка в школе прошла безболезненно и быстро?

Адаптация – это приспособление организма к изменяющимся внешним условиям, самоприспосабливание. А ещё можно сказать, что это взаимоотношения с одноклассниками, учителями, со школой.

Известно, что состояние тревоги, напряжения блокирует восприятие, мышление и память, искажает поведение ребёнка, снижает результативность его деятельности.

Одни дети чрезвычайно заторможены, отвечают с трудом, избегают контактов с учителем, товарищами. Другие, наоборот, становятся чрезмерно подвижными, суетливыми, даже агрессивными. Понимая особенность этого этапа в жизни ребёнка, родители и учитель могут помочь своим детям безболезненно, более естественно войти в школьный режим. Важно помнить, что как пройдет период адаптации у ребёнка, так он и будет учиться в дальнейшем. Поэтому здесь нужно вести работу с родителями, объяснить им, что родители должны настроить, прежде всего, себя на хорошее, позитивное настроение и отношение к школе и с радостным, весёлым настроением проводить ребёнка в школу.

Первоклассник (особенно если он не посещал детский сад и класс предшкольной подготовки) как слепой котенок, ему уютнее и комфортнее со знакомым, любящим его человеком. И задача родителя: помочь ребёнку подружиться и, возможно, полюбить учителя и одноклассников.

**Психологические условия адаптации ребёнка к школе.**  
Для оптимизации адаптационного периода первоклассников им необходимо помочь познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.  
Для первоклассников особенно важно:   
- помочь ребенку вжиться в позицию школьника (поэтому важно показать различие: школьник - не школьник).

Для этого в классе проводятся беседы с ребенком о том, зачем нужно учиться, что такое школа, какие в школе существуют правила.

Для первоклассника очень важно почувствовать себя принятым в школьную семью. Для успешного школьного обучения, ребенок должен быть достаточно уверен в себе, в своих силах, своих возможностях и способностях. Положительное представление о себе как о школьнике, даст ему возможность лучше адаптироваться к изменившимся условиям жизни и твердо встать на позицию школьника, а так же сформирует эмоционально-положительного отношение к школе;

До первоклассника нужно донести

- понятие самооценки и различные ее критерии: правильность, аккуратность, красота, старательность, интерес и выработать желательно вместе с ребенком способы, как все это можно достичь;  
- научить ребенка задавать вопрос (не столько в процедурном плане, сколько в смысле решимости);  
- развивать у детей способность управлять своими эмоциями, то есть развитие произвольности поведения.

Школьник должен уметь внимательно слушать и точно выполнять задание, предлагаемые в устной форме и по зрительно воспринимаемому образцу;

- развивать навыки общения. Навыки общения позволят адекватно действовать в условиях коллективной учебной деятельности. Нужно поддержать ребенка в его попытках справиться с возникшими трудностями, продолжить ходить в школу, показать искреннюю веру в его возможности.

**Как понять, что ребенок успешно адаптировался?**

Во-первых, это удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.   
Второй признак - насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.   
Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка - внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем.

Но самым важным, признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями - с одноклассниками и учителем.   
Таким образом, можно сказать, что основным показателем благоприятной психологической адаптации ребенка являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности. Совместные усилия учителей, родителей, врачей, психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

В моем классе 21 ученик. 20 учащихся обучается с 1 сентября – 1 ученик прибыл во 2 четверти.

Основная масса детей адаптировалась к школе, особенно дети посещавшие класс предшкольной подготовки.

Существует несколько уровней адаптации:

1. Высокий уровень. Первоклассник положительно относится к школе, предъявляемые требования воспринимает адекватно; учебный материал усваивает легко; глубоко и полно овладевает программным материалом; прилежен; внимательно слушает указания объяснения учителя; выполняет поручения без внешнего контроля; проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе. Общественные поручения выполняет охотно и добросовестно; занимает в классе благоприятное статусное положение.

В моем классе высокий уровень адаптации у Кособокова Гордея, Ращупкиной Леры, Жадгеровой Регины, Богрянцева Владика, Парпура Димы, Симутиной Дарьи,– все дети посещали класс предшкольной подготовки.

1. Средний уровень. Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний, понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно, усваивает основное содержание учебных программ, внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при его контроле; бывает сосредоточен только тогда, когда занимается чем-то, что ему интересно, общественные поручения выполняет добросовестно, дружит со многими одноклассниками. К этому уровню можно отнести: Ковальчук Роман, Кучумова Ксения, Белогуб Артем, Батына Илья, Колесникова Вероника, Брехов Слава, Куликов Артем, Жакиянов Азат, Семигулин Егор, Ткач Егор, Ахмет Ансар
2. Низкий уровень адаптации. Первоклассник отрицательно относится к школе; нередки жалобы на нездоровье; доминирует подавленное настроение; наблюдается нарушение дисциплины; объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно; самостоятельная работа затруднена; при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса; к урокам готовится нерегулярно; необходимы постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей; сохраняет работоспособность и внимание при удлиненных паузах для отдыха, общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания, пассивен; близких друзей не имеет.

К этой группе можно отнести Макарова Руслана, Токуш Диас, Бондарь Милана.

1. Дезадаптация. Это отклонения в школьной деятельности – затруднения в учебе, конфликты с одноклассниками, учителями. Школьная дезадаптация – это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка в школе в форме нарушений учебы, поведения, конфликтных отношений, психогенных заболеваний и реакций, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии.

В классе таких детей нет.