

УДК: 37.015.3

Педагогическая психология

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Бельшева А.Н., Смирнова Ю.Н.

В данной статье рассмотрено понятие «адаптация» обучающегося к школе. Адаптация в первом классе - особое и трудное время в жизни ребенка, в котором происходит освоение новой социальной роли ученика, вхождение в обучение как новый вид деятельности, изменение социальной среды, выстраивание контактов и взаимодействия с одноклассниками, принятие авторитета учителя. Становление первоклассника как ученика происходит в процессе учения и всей школьной жизни. От того как он сможет приспособиться к учебной деятельности и всей новой для него среде будет зависеть его дальнейшее обучение в школе, эмоционально-психическое состояние и личностное развитие. В статье рассматриваются стадии адаптации, ее уровни. Становление произвольных процессов в психике ребенка, их связь с школьной адаптацией и формированием познавательных навыков. Влияние на адаптацию социальных взаимоотношений. Положительные и отрицательные факторы адаптации.

Ключевые слова: адаптация обучающегося к школе, школьная адаптация, произвольность поведения, первоклассники, социализация младших школьников, коммуникативные навыки, стадии адаптации, уровни адаптации

FEATURES OF ADAPTATION OF MODERN FIRST GRADES TO LEARNING AT SCHOOL

Belysheva A.N., Smirnova Yu.N.

This article discusses the concept of "adaptation" of a student to school. Adaptation in the first grade is a special and difficult time in a child's life, in which the development of a new social role of a student, entering learning as a new type of activity, changing the social environment, building contacts and interaction with classmates, accepting the authority of the teacher takes place. The formation of a first grader as a student takes place in the process of learning and throughout school life. How he will be able to adapt to educational activities and the whole new environment for him will depend on his further education at school, emotional and mental state and personal development. The article discusses the stages of adaptation, its levels. The formation of voluntary processes in the child's psyche, their connection with school adaptation and the formation of cognitive skills. Influence on the adaptation of social relationships. Positive and negative factors of adaptation.

Key words: adaptation of a student to school, school adaptation, arbitrary behavior, first graders, socialization of younger students, communication skills, stages of adaptation, levels of adaptation

С началом обучения в школе образ жизни ребенка меняется кардинально. На смену игровой деятельности в его жизнь приходит обучение, представляющее собой новую для него обязательную и ответственную деятельность. Теперь перед ребенком встает задача усваивать знания и формировать умения и навыки не в ходе научения через наблюдение, а целенаправленно, последовательно и систематично усваивать теоретические знания и формировать практические умения и автоматизированные навыки. Новая для ребенка учебная деятельность требует систематической и специально образом организованной работы с включением произвольного и после произвольного внимания предполагающие напряжение сил и приложение волевого усилия. Весь повседневный ход жизни ребенка перестраивается под влиянием появления нового ведущего вида деятельности.

Адаптация в первом классе - особое и трудное время в жизни ребенка: освоение новой социальной роли ученика, вхождение в обучение как новый вид деятельности, изменение

социальной среды, налаживание контактов и взаимодействия с одноклассниками, принятие авторитета учителя – все это безусловно требует адаптации и не у всех она протекает легко и спокойно. Любая ситуация дезадаптации представляет собой стресс со всеми вытекающими из этого состояния последствиями.

Становление первоклассника как ученика происходит в процессе учения и всей школьной жизни. Если условия адаптации к новой социальной действительности и к новой ведущей психической деятельности проходят в благоприятных условиях, то процесс становления ребенка в качестве учащегося охватывает первое полугодие первого года обучения в школе.

Но не все дети могут самостоятельно преодолеть возникающие трудности и решать встающие перед ними проблемы, большинству нужна помощь.

Для ускорения и облегчения привыкания ребенка к школьной жизни, адаптации к изменению жизненной ситуации педагогу и родителям (лицам их замещающим) и прочим членам семьи первоклассника следует создавать благоприятную атмосферу, подходящие условия психологического климата.

То, как проходит первый год обучения ребенка, имеет большое значение, поскольку оно определяет всю его дальнейшую школьную жизнь. В такое важное время младший ученик делает важные шаги в своем развитии под руководством взрослых. Поэтому нужно более внимательно рассмотреть специфику адаптации первоклассников к школе.

Тема адаптации обучающихся к школе в первый год жизни представляется одной из важнейших образовательных проблем в силу значительного влияния первичного вхождения в образовательный процесс на последующие годы обучения, которое, может быть, как благоприятным увлекательным процессом в жизни ребенка, так и предметом для страданий, переживаний и избегания места и деятельности ставших причиной негативных впечатлений. Решение проблемы успешной адаптации будет зависеть и от эффективности самого процесса обучения и организации учебной деятельности, и от мотивационной направленности обучающихся, и от того как будет формироваться система взаимодействия и взаимоотношений с окружающей средой как с учителями, так и с одноклассниками. Не меньшее значение на адаптацию к школе будут оказывать показатели умственного, социального и личностного развития ребенка. Для создания условий более качественной адаптации к школе и учебной деятельности в школах создаются и реализуются различные технологии психолого-педагогического сопровождения вхождения ребенка в учебный процесс и новый образ жизни.

Когда ребенок начинает учиться в школе, на смену игровой деятельности приходит образовательная деятельность. Во время перехода он не только овладевает навыками и методами получения знаний, но и осваивает новые значения, мотивы потребности, а также изучает навыки социальных отношений.

Л.С. Выготский в работе «Детская психология» проанализировал динамику перехода от одного возраста к другому. Он пришел к заключению о том, что при переходе от дошкольного к младшему школьному возрасту ребенок переживает кризис развития и обозначил его как кризис 7 лет. Данный переломный момент возникает как раз из-за того, что происходит резкая смена игровой деятельности на учебную [6, с.243].

По мнению Д.Б. Эльконина при освоение новой деятельности возникают основные психологические новообразования. В младшем школьном возрасте доминирующей психической функцией становится мышление по мере его перемещения в центр сознания. Другие психические функции такие как восприятие, внимание и память интеллектуализируются и обретают все большую произвольность. И если сначала учащийся в возрасте 6-7 лет еще думает конкретно, то постепенно, по мере вхождения в учебную деятельность он обучается обобщать и абстрагировать полученную информацию [11, с. 143]. Память же ребенка при этом развивается по двум направлениями – происходит наращивание словесно-логического, смыслового запоминания и при этом учащийся научается сознательному управлению и регуляции функционирования своей памяти.

Кроме того, у учащихся первого класса лучше развита зрительная и наглядно-образная память. Конкретные сведения ими легче запоминаются, чем определения и объяснения. В силу недостаточного осознания сути определений дети их механически заучивают, используя произвольное внимание, которое вызывает сильное нервно-психическое напряжение и является утомляющей деятельностью. Механически заучивают они и тексты потому, что еще недостаточно овладели речью, не имеют широкого словарного запаса и навыков смыслового запоминания.

По мере развития мышления возникает новая черта личности ребенка – рефлексия. Происходит постепенное самоосознание себя, своего места в этом мире, в классе, в семье, возникает оценивание себя как учащегося в полярных категориях неуспевающего или хорошего. По мере восприятия своей оценки окружающими как родителями и членами семьи, так и участниками образовательного процесса – учителями и одноклассниками ребенок учится оценивать себя самостоятельно, происходит формирование самооценки через оценку. [12, С. 59- 62.]

Первокласснику довольно сложно адаптироваться к образовательному процессу в школе, ведь многие учебные задания не имеют связи с его жизненным опытом и уже имеющимися навыкам, для чего ему приходится максимально мобилизовать все свои силы, что вызывает большое нервно-психическое напряжение и не только, в процесс включаются все системы организма, что безусловно тяжело для ребенка. Кроме социальной и психологической сторон рассмотрения адаптации первоклассника к учебной деятельности важное значение имеет и адаптация физиологическая.

Условно можно выделить три стадии в адаптации к школе на физиологическом уровне. Эти стадии будут различаться степенью напряжения функциональных систем организма. Самой тяжелой стадией будет предварительная. Для нее свойственно самое значительное напряжение всех систем организма, сопровождающееся ярко выраженной эмоциональной реакцией. Далее на стадии еще нестабильной адаптации организм учащегося постепенно подстраивается и находит оптимальные для себя реакции на происходящее вокруг и уровень эмоциональной напряженности снижается. На этапе относительно стабильной адаптации нагрузка на все системы организма минимизируется, в силу того, что вырабатываются наиболее эффективные способы реагирования на обучение и изменение всей социальной ситуации в целом [7].

Об успешной адаптации ребенка к школе можно судить по его приспособленности к полноценному развитию своего личностного, физического, интеллектуального и других потенциалов в конкретной новой педагогической среде [5, с.89]. При адаптации к школе, находясь в ситуации нового социального взаимодействия, привыкая к новым требованиям ребенок учится эмоциональной саморегуляции, произвольному управлению своей деятельностью и поведением, учится сдерживать свои эмоции как негативные, так и позитивные, но неуместные в ходе учебной деятельности, учится совладанию. Стратегии совладания являются устойчивыми способами поведения в напряженных ситуациях, в которых проявляются особенности личности конкретного человека и в которых же происходит личностное развитие учащегося, научение волевому самоконтролю и произвольности поведения, в том числе и когнитивной деятельности [10].

В предыдущем периоде своего существования, в дошкольном детстве ребенок гораздо меньше использовал волю в контроле своего поведения, соответственно произвольное внимание у него развито еще недостаточно, и ему сложно усилием воли удерживать свою познавательную активность на изучаемом материале. При этом, в дошкольном периоде у ребенка коммуникативные навыки уже достаточно хорошо развиты, особенно если он посещал детский сад или другие детские дошкольные заведения.

Полученные навыки становятся необходимыми при обучении в школе потому, что в совместной деятельности он должен уметь устанавливать контакт, соблюдать правила и поддерживать отношения с учителями и одноклассниками. Соответственно, тем у кого хорошо развита речь, есть позитивный опыт общения со сверстниками и взрослыми и способность регулировать свое поведение, адаптироваться к новой школьной действительности будет проще [4, с.89].

При благополучной организации преемственности в работе воспитателя и учителя начальных классов ребенок легче адаптируется к новым условиям со всеми их интеллектуальными и физическими нагрузками на организм. От уровня развития функциональных систем организма, сформированности функциональных систем, произвольности деятельности, организованности,

регуляции поведения будет зависеть процесс вхождения в новую для него учебную деятельность. Также здесь оказывает большое влияние и возраст, в котором ребенок пошел в школу, ситуация в семье, коммуникативные навыки, опыт общения с другими взрослыми помимо членов семьи и со сверстниками. В настоящее время сложилась такая ситуация, когда родители дошкольников отдают ведущую роль интеллектуальным ценностям. Это проявляется в их ориентированности на высокий уровень достижений их детей, придании образованности высокой значимости. Кроме того родители дошкольников высоко оценивают хорошее здоровье как ценность для своих детей и обладание ими презентабельной внешностью. Перечисленные приоритеты могут достигаться в ущерб развитию познавательных способностей дошкольников, что в свою очередь приводит к последующим сложностям в адаптации их к учебной деятельности в школе [3].

Кроме интеллектуальной нагрузки на ребенка также оказывает влияние сама школьная среда. Социализация является сложной системой с различными психическими механизмами порождения, через использование разнообразных средств языка. Актуальным вопросом психологии является выявление особенностей развития коммуникативных навыков младших школьников. Сформированность коммуникативных навыков напрямую влияет на социализацию, самореализацию [2].

Первоклассник начинает приспосабливаться к новым социальным отношениям и связям, среди которых можно перечислить пространственно-временные отношения, которые отличаются большей строгостью, чем те, что были у него в дошкольном детстве. К ним можно отнести и более строгое отношение в школе к опозданию и пропускам, чем было в детском саду и полностью отсутствовало у детей бывших на семейном воспитании, ношение школьной формы, подготовка домашних заданий с их обязательной проверкой, организация хранения школьных принадлежностей, большая степень самостоятельности и независимости, чем прежде и ощущение собственной «взрослости», изменение социального статуса. Важное значение обретают и личностно-смысловые отношения, заключающиеся в общении и взаимодействии с учителями и одноклассниками, понимании своего социального места в классе, отношении к нему окружающих и формирующиеся на основе этого, отношение ученика и к школе в целом, и к самому себе как учащемуся.

Первоклассники совершенно по-разному адаптируются к новым условиям в школе. Поэтому А. Л. Венгер описывает три уровня адаптации к обучению в школе:

Если ребенок позитивно воспринимает новые правила и предъявляемые ему требования, без затруднений усваивает учебный материал, внимательно слушает учителя, способен самостоятельно записать домашнее задание и выполнить его без посторонней помощи, без негативных эмоций и сопротивления регулярно готовится к урокам, устанавливает хорошие

отношения с одноклассниками и занимает выгодную статусную позицию в классе, то в этом случае можно судить о высоком уровне адаптации к школе.

При наличии в целом положительного отношения к школе и отсутствии негатива в восприятии и отношении к новой действительности можно констатировать средний уровень адаптации. Для него характерно большая сосредоточенность учащегося на тех моментах обучения, которые ему интересны, способность самостоятельного решения типовых задач, изучения основного содержания учебной программы, но при этом ему необходимо подробное и ясное изложение учебного материала, а также помощь взрослого по организации внимания и выполнения сложных для него заданий. Учащийся со средним уровнем адаптации почти всегда готовится к учебе и выполняет домашние задания, также он дружит со многими одноклассниками.

В случае отрицательного или нейтрального отношения к обучению в школе можно говорить о низком уровне адаптации учащегося к учебной деятельности и новым социальным реалиям. Такой ученик часто жалуется на проблемы со здоровьем, находится в угнетенном, безрадостном состоянии. Он может нарушать чаще чем другие, дисциплину в классе, усваивает материал лишь частично. Самостоятельно работать с книгой ему сложно, научные знания его не интересуют, самостоятельности и инициативы в учебной деятельности он не проявляет. Заниматься может только под активным влиянием взрослых. С коллективом класса взаимодействует мало, общается только с ближайшим окружением, может не знать имен и фамилий одноклассников, не иметь близких друзей [5, с.137].

Ряд первоклассников тяжело адаптируется к новым условиям, что может вызывать нарушения здоровья, имеющие тенденцию к увеличению в течение года. Это обусловлено тем, что организм ребенка не справляется с учебной нагрузкой и новым для него режимом труда и отдыха, что становится для него перегрузкой для нервной системы.

Учащиеся испытывающие тяжелую адаптацию плохо учатся, контакт с учителем часто бывает слабым или отсутствует, поэтому одноклассники дистанцируются от него и могут даже испытывать негативное отношение. Среди таких учеников есть и те, кому требуется помощь медиков в связи с имеющимися у них проблемами со здоровьем нервно-психического характера, но может случиться так, что ребенок просто не готов к школе.

Подобного рода ситуация требует вмешательства со стороны взрослых, осуществляющих обучение и воспитание ребенка для того, чтобы своевременно разобраться в причинах, вызывающих трудности с целью предотвращения возникновения более серьезных последствий для психического и физического здоровья ребенка. Возникающий у первоклассника упадок сил, апатия, угнетение деятельности нервной системы могут негативно отразиться на его здоровье и влиять на развитие как физическое, так личностное. Плохое поведение ребенка является сигналом о том, что ему срочно требуется помощь, бережное отношение и необходимость

совместных усилий со стороны учителя и родителей по выходу из тяжелой для ребенка ситуации [9, 74].

Оказавшись в школе, первоклассник вынужден привыкать к другому распорядку дня. Этот распорядок как правило гораздо более строго регламентирован, чем тот, что был у него в дошкольном возрасте, особенно в случае домашнего воспитания без посещения ДООУ. В современной организации школьной программы на отдых ребенку остается очень мало времени, и большая часть его дня посвящается напряженной умственной работе, требующей сосредоточению внимания и сопровождается приложением значительных для его возраста волевых усилий. Новоявленный ученик открывает для себя новую социальную позицию и его самосознание меняется.

Кроме того, повышенная агрессивность учащегося зачастую порождает противоположное явление такое как скованность, пассивность и повышенная застенчивость. С началом учебной деятельности к первоклассникам меняется отношение не только в школе,

С началом учебной деятельности дети сталкиваются не только с реалиями нового для них социума – школы, но дома к ним меняется отношение. В связи с изменением социального статуса дома к первоклассникам начинают предъявляться жесткие требования, обусловленные стоящими перед ними новыми задачами более серьезными и важными в глазах родителей и других родственников, чем дошкольные игры.

Отношения со школьным учителем сильно отличаются от прежних отношений с воспитателем детского сада. С одной стороны, если у ребенка были хорошие отношения с воспитателями, он может испытывать чувство тоски по тем временам, людям и отношениями, с другой стороны – воспитатель предъявляет к нему более строгие требования, чем были в его жизни прежде.

В самом начале обучения учитель является чужим человеком для ребенка, и тот может испытывать и страх, и застенчивость.

Отношения с одноклассниками тоже могут складываться по-разному. Первоклассники приходят в класс как в незнакомую для них среду, где нет его членов семьи или других детей, с которыми они привыкли общаться. К окончанию пребывания в детском дошкольном учреждении ребенок является воспитанником подготовительных групп, старшим по отношению к детям из младших групп, а в школе, он наоборот, становится самым маленьким, тем самым происходит переход из одной социальной роли, в другую, что тоже усложняет адаптацию к новым условиям жизни. Первоклассники по-разному реагируют на адаптацию к новому социальному окружению. Кто-то проявляет агрессию, кто-то тревожно замыкается в своей застенчивости, а кто-то перевозбуждается и не может сам себя контролировать и не реагирует на воздействия со стороны взрослых [8].

По мнению Р.В. Овчаровой при адаптации первоклассник попадает под влияние разных факторов, среди которых можно выделить как отрицательные, так и положительные [9, с. 147]. К первым можно отнести отсутствие готовности ребёнка к школьному обучению как социальные, так и психологические; влияние негативных стилей детско-родительских отношений в семье и деструктивного типа семейного воспитания, неудовлетворенность в общении со взрослыми, конфликтные отношения в классе и неадекватное осознание своего положения в нем. К положительным факторам можно отнести формирование адекватной самооценки у учащегося, благоприятный стиль детско-родительских отношений, применение адекватных методов семейного воспитания, отсутствие конфликтных ситуаций в семье ребенка, доброжелательные отношения в классе и хорошее положение учащегося в нем [9, с. 109].

На основании всего вышеизложенного можно сделать следующие выводы:

1. При поступлении в школу кардинально меняется социальное положение ребенка, сопровождающееся возникновением новых сложных обязанностей и социального взаимодействия. Социальная среда является важным фактором адаптации первоклассника.

2. В школе основная деятельность ребенка меняется, ролевая игра уступает ведущее место учебной деятельности, при том, что игровая деятельность свободна и во многом произвольна, а учебная деятельность напрямую зависит от добровольных усилий ребенка связанных с подчинениями правилам, включением произвольности. Происходит развитие психики и личности учащегося.

Таким образом, от того, как пройдет первый год обучения у первоклассника в школе во многом будет зависеть его успеваемость в последующие годы, эмоциональное состояние и личностное развитие.

Список использованной литературы:

1. Баданина Л.П. Адаптация первоклассника: комплексный подход // Начальная школа плюс До и После. - 2017. - № 12. - С. 59- 62.
2. Бельшева А.Н., Глабова Ю.А. Детско-родительские отношения как фактор развития коммуникативных навыков младших школьников с нарушением речи // Нижегородский психологический альманах. – 2018. – № 1
3. Бельшева А.Н., Гуторина М.А. Исследование познавательных способностей дошкольников с общим недоразвитием речи // Нижегородский психологический альманах. – 2019. – № 1
4. Битянова М.Р. Адаптация ребенка к школе: диагностика, коррекция. Педагогическая поддержка. – М.: Педагогический поиск. 2017. – 256 с.

5. Венгер Л.А. Психологические вопросы подготовки детей к обучению в школе. — М.: Просвещение. 2016. — 289 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6 т. Т.4. Детская психология. Под ред. Д.Б. Эльконина. Акад.пед.наук. — М.: Педагогика. 2017 г. — 432 с.
7. Гуткина Н.И. Психологическая готовность к школе в контексте проблемы преемственности между дошкольным и школьным образованием // Психол. наука и образование. — (Ребенок на пороге школы). — 2019. — № 3. — С. 106-115.
8. Мухина В.С. Шестилетний ребенок в школе — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Просвещение, 2020 г.
9. Овчарова Р.В. Практическая психология в начальной школе. — М.: Сфера. 2016 г. — 240 с.
10. Шабанова Т.Л., Тарабакина Л.В. Исследование эмоциональной зрелости у студентов педагогического вуза // Вестник Мининского университета. 2018. Т.6. №1(22)
11. Эльконин Д. Б. Детская психология. — М.: Академия, 2017 г. — 384с.
12. Эльконин Д.Б. Психическое развитие в детских возрастах: избранные психологические труды. — Москва. 2016 г. — 414 с.

References

1. Badanina L.P. Adaptation of a first grader: an integrated approach // Primary school plus Before and After. - 2017. - No. 12. - P. 59-62.
2. Belysheva A.N., Glabova Yu.A. Child-parent relations as a factor in the development of communication skills of primary schoolchildren with speech impairments // Nizhny Novgorod psychological almanac. - 2018. - No. 1
3. Belysheva A.N., Gutorina M.A. Research of cognitive abilities of preschoolers with general speech underdevelopment // Nizhny Novgorod psychological almanac. - 2019. - No. 1
4. Bityanova M.R. Adaptation of the child to school: diagnosis, correction. Pedagogical support. - М .: Pedagogical search. 2017 .- 256 p.
5. Wenger L.A. Psychological issues of preparing children for school. - М .: Education. 2016 .-- 289 p.
6. Vygotsky L.S. Collected works: In 6 volumes. V.4. Child psychology. Ed. D.B. Elkonin. Academy of Pedagogical Sciences. - М .: Pedagogy. 2017 - 432 p.
7. Gutkina N.I. Psychological readiness for school in the context of the problem of continuity between preschool and school education // Psychol. science and education. - (A child on the threshold of school). - 2019. - No. 3. - P. 106-115.
8. Mukhina V.S. A six-year-old child in school - 2nd ed., Rev. and add. - М .: Education, 2020
9. Ovcharova R.V. Practical psychology in primary school. - М .: Sphere. 2016 - 240 p.

10. Shabanova T.L., Tarabakina L.V. Research of emotional maturity among students of a pedagogical university // Bulletin of Minin University. 2018.V.6. No.1 (22)
11. Elkonin DB Children's psychology. - М.: Academy, 2017 - 384p.
12. Elkonin D.B. Mental development in childhood: selected psychological works. - Moscow. 2016 - 414 p.

Бельшева Анастасия Николаевна, кандидат психологических наук, доцент кафедры классической и практической психологии ФГБОУ ВО Нижегородский государственный педагогический университет им.К.Минина, телефон: +7950355900, e-mail: nalya73@mail.ru

Смирнова Юлия Николаевна, студент факультета психологии и педагогики, кафедры практической психологии ФГБОУ ВО Нижегородский государственный педагогический университет им.К.Минина, телефон: +79991212718, e-mail: amelli04@mail.ru

Belysheva Anastasia Nikolaevna, Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Classical and Practical Psychology, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after K. Minin, phone: +7950355900, e-mail: nalya73@mail.ru

Smirnova Yulia Nikolaevna, student of the Faculty of Psychology and Pedagogy, Department of Practical Psychology, Nizhny Novgorod State Pedagogical University named after K. Minin, phone: +79991212718, e-mail: amelli04@mail.ru

19.00.01 общая психология, история психологии