

АДАПТАЦІЯ ПЕРШОКЛАСНИКА ДО ШКОЛИ



Підготувала: Козицька
Людмила Петрівна,
соціальний педагог
ЗНЗ І-ІІІ ст. №2 імені
М.Горького

**“Бути готовим до школи – не
означає вміти читати, писати і
рахувати.**

**Бути готовим до школи –
означає бути готовим всьому
цьому навчитися.”**

Венгер Л.А.



**Питання адаптації дитини, що
прийшла до першого класу, до нових умов
систематичного навчання в колективі**

однолітків досліджували:

- **Д.Б.Ельконін;**
- **М.М.Безруких;**
- **Л.І.Божович;**
- **І.В.Дубровіна;**
- **С.П.Єфімова;**
- **І.Л.Коробейников;**
- **Н.Г.Лусканова;**
- **Р.В.Овчарова;**
- **А.Л. Венгер;**
- **Л.А.Венгер.**





**Адаптація – це
пристосування дитини до умов
і вимог школи, які для неї є
новими порівняно з умовами
дитячого навчального закладу і
сім'ї в дошкільному дитинстві.**

Мета адаптаційного періоду в 1 класі:

Створення у дитини уявлення про школу як місце, де вона буде прийнята такою, якою вона є, з усіма своїми:

- почуттями,
- думками,
- знаннями,
- проблемами,
- великими і малими подіями в особистому житті.



До чого саме має адаптуватися першокласник?

- До нового укладу життя;**
- До нового кола спілкування;**
- До збільшення фізичного та емоційного навантаження.**

Вікові особливості першокласників:

1. У цей час відбувається зміна провідного виду діяльності – місце гри займає навчання.
2. Кістково-сполучниковий апарат дитини відзначається гнучкістю, у кістках ще багато хрящової тканини. На це треба зважати, щоб запобігти можливому викривленню хребта.
3. У 6-7 річної дитини повільно розвиваються м'язи кісті рук, через що діти відчують значні труднощі в оволодінні графічними навичками.

4. Діти в цьому віці роблять вдихи та видихи з більшою частотою, ніж дорослі, тому для підтримання їхньої працездатності важливо, щоб у приміщенні було чисте повітря.

5. Поряд з мимовільним запам'ятовуванням розвивається довільна пам'ять, найпростішим способом розвитку якої є переказ.

6. Мислення першокласників конкретно-образне, але під впливом навчання у його структурі зростає роль абстрактних компонентів. Це виявляється в здатності аналізувати і узагальнювати, розв'язувати задачі, висловлювати власні судження, міркувати.

7. Інтенсивно збільшується словниковий запас, зростає кількість слів у реченнях. Тому важливо привчати дітей висловлюватись чітко, говорити у відповідному темпі, контролювати своє мовлення.

8. Увага – мимовільна, нестійка. Діти активно реагують на нове, яскраве, незвичне, часто відволікаються від роботи. Розвиток довільної уваги здійснюється шляхом включення у навчальний процес.

9. Процеси гальмування починають переважати над процесами збудження, що створює важливі передумови для формування певних вольових якостей: здатності проявити зусилля з метою подолання труднощів, утриматися від небажаних вчинків, контролювати і оцінювати себе.

10. Діти цього віку характеризуються підвищеною емоційною вразливістю, тому важливо у процесі спілкування враховувати внутрішній стан дитини, розумно застосовувати заохочення і покарання, вміло володіти словом.

Гендерні відмінності школярів:

ХЛОПЧИКИ

Характер більш замкнений

Більше уваги звертають на зміст завдання, ніж на його форму

Спостережливість знижена

Об'єктивність

Труднощі в процесі виконання завдання долають за допомогою інтелекту й сили

ДІВЧАТКА

Характер більш відкритий

Більше уваги звертають на форму завдання, ніж на його зміст

Спостережливість підвищена

Вразливість

Труднощі в процесі виконання завдання долають за допомогою кмітливості та спритності

Стримані у разі невдач	Дратівливі у разі невдач
Потреба в емоційному збудженні знижена	Потреба в емоційному збудженні підвищена
Схильні до виконання відстрочених довготривалих завдань	Виконують переважно поточні, повсякденні завдання
Словесне заохочення розслабляє, сповільнює діяльність	Словесне заохочення збуджує та прискорює діяльність
Не завжди акуратні, уважні, ретельні в роботі	Переважно акуратні, уважні, ретельні в роботі

**Щоб у дитини не сформувався
комплекс неповноцінності
через низку невдач, протягом
першого року навчання
старанність першокласників і їх
успішність оцінюється
виключно у словесній формі
без застосування 12-бальної
системи.**

**Звикання до школи – тривалий
індивідуальний процес.**

**Згідно зі статистикою, тільки 50%
дітей адаптуються до нових умов і
вимог протягом півроку. Другій
половині потрібно більше часу.**

**Від чого залежить тривалість
адаптації?**

**Перш за все, від того, чи була
дитина психологічно готова до
школи, а також від її стану
здоров'я та рівня розвитку.**

Форми адаптації

Шкільна адаптація

Психологічна адаптація

Біологічна
адаптація

Соціальна
адаптація

Форми шкільної
дезадаптації

**БІОЛОГІЧНА АДАПТАЦІЯ – це
пристосування до нового режиму
навчання й життя.**

**Життя плінне, суперечливе,
малопередбачуване: не встигла дитина
пристосуватися відчути стабільність
існування в ДНЗ, як трапляється таке,
що докорінно змінює плани, суттєво
впливає на самопочуття, змушує
пристосуватися до нового й
незвичного.**

Психологічна адаптація – це
входження до нової системи вимог, пов'язаних з
виконанням навчальної діяльності.

Процес взаємодії дитини й середовища
полягає в пошуку й використанні адекватних
засобів і способів задоволення своїх потреб:

- в безпеці; - потребі фізіологічній;**
- потребі прийняття і любові;**
- потребі визнанні та повазі;**
- у самовираженні;**
- самоствердженні й у розвитку.**

Психологічний комфорт закладає
можливість для успішної адаптації й
соціалізації дитини.

Соціальна адаптація – це

процес входження до учнівського колективу.

Соціальну адаптацію розглядають як завершальний, підсумковий етап адаптації в цілому, що забезпечує як фізіологічне і психологічне, так і соціальне благополуччя особистості.

Першокласник повинен пристосуватися до вимог тих соціальних груп, що характерні для школи (учнівська група, вчителі, інші класи тощо).

Форми шкільної дезадаптації

- Непристосованість до предметної сторони навчальної діяльності;
- Невміння довільно керувати своєю поведінкою;
- Невміння увійти в темп шкільного життя (це частіше зустрічається в соматичних дітей, із затримками розвитку, слабким типом нервової системи);
- Шкільний невроз або “фобія школи” – невідання розв’язувати протиріччя між сімейними і шкільними “МИ”.

ОСНОВНІ ПРОБЛЕМИ СОЦІАЛІЗАЦІЇ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА:

- **ЗМІНА РЕЖИМУ ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ.** Дорослий повинен чітко, зрозуміло розкривати вимоги та доброзичливо контролювати їх виконання, використовуючи переважно схвалення дій дитини.
- **СПЕЦИФІКА ВІДНОСИН З УЧИТЕЛЕМ.** Учитель займає іншу позицію ніж вихователь ДНЗ. Він оцінює, насамперед, результати діяльності учня, а не його особистість.

Дитина ж прагне до схвалення своїх дій з боку дорослого, а при відсутності схвалення вважає, що дорослий її “не любить”.

- **НОВІ ВИМОГИ В СІМ'Ї.**

Члени сім'ї починають серйозніше ставитися до дитини, до її діяльності в школі. Зростає обов'язковість у поведінці малюка. У центрі відносин з батьками – результати й процес учіння.

- **ЗГАСАННЯ ІНТЕРЕСУ ДО ШКОЛИ ПРИ ПОЯВІ ПЕРШИХ ТРУДНОЩІВ У НАВЧАННІ, КОЛИ ПОТРІБНО ДОКЛАСТИ ЗУСИЛЬ, ПРОЯВИТИ НАПОЛЕГЛИВІСТЬ, ПРАЦЕЛЮБНІСТЬ.**

Подальший розвиток позитивної навчальної мотивації залежить від формування навчальної діяльності.

Все це означає суттєву перебудову життя, фізіологічних та психічних станів першокласника, що супроводжується неприємними відчуттями дискомфорту (пов'язаних з втратою звичних й улюблених занять, зміною соціального оточення), зламом і дисбалансом динамічних стереотипів, швидким накопиченням нової інформації та особистісними змінами.

**Проявами таких станів
можуть бути:**

- * ТРИВОЖНІСТЬ, *ФРУСТРАЦІЯ,**
- *ДЕПРЕСІЯ,**
- *НЕСТАЧА ВПЕВНЕНOSTІ В**
- СОБІ,**
- *НЕВРОТИЧНІ ПРОЯВИ.**

Анкета для дослідження індивідуальних особливостей дитини.

«Як що, на ваш погляд, твердження анкети правильно характеризує дитину, поставте плюс, як що неправильно — мінус».

- 1. Не може довго працювати не втомлюючись.
- 2. Дитині важко зосереджуватися на будь-чому.
- 3. Любе завдання викликає надмірний занепокоєння.
- 4. Під час виконання завдань дуже напружена, зкована.
- 5. Ніякові частіше за інших.
- 6. Часто говорить про можливі неприємності.
- 7. Червоніє у незнайомій обстановці.
- 8. Жаліється, що сняться страшні сни.
- 9. Руки зазвичай холодні і вологі.
- 10. Нерідко бувають розлади стулу.
- 11. Сильно пітніє, коли хвилюється.
- 12. Не має гарного апетиту.
- 13. Спить неспокійно, заснає важко.
- 14. Ляклива, багато чого викликає у дитини страх.
- 15. Зазвичай неспокійна, легко засмучується.
- 16. Часто не може стримати сльози.
- 17. Погано переносить момент очікування.
- 18. Не любе братися за нову справу.
- 19. Не впевнена в собі, у своїх силах.
- 20. Боїться труднощів.

Опрацювання відповідей анкети здійснюється таким чином. Підсумуйте кількість «плюсів», щоб отримати загальний бал тривожності.

Коли набрано 15-20 балів, то це говорить про високий рівень тривожності,
7-14 балів — про середній,
1-6 балів — про низький.



ТРИ РІВНІ АДАПТАЦІЇ:



ВИСОКИЙ РІВЕНЬ АДАПТАЦІЇ. Першокласник ПОЗИТИВНО ставиться до школи:

- Правила й вимоги сприймає адекватно;
- Навчальний матеріал засвоює легко;
- Глибоко і повно володіє програмовим матеріалом;
- Розв'язує ускладнені задачі, чемний, уважно вислуховує вказівки та пояснення вчителя;
- Доручення виконує охоче й сумлінно, без зовнішнього контролю;
- Виявляє високу зацікавленість до самостійної роботи, готується до всіх уроків;
- Має у класі позитивний статус.

СЕРЕДНІЙ РІВЕНЬ АДАПТАЦІЇ

**Першокласник позитивно ставиться
до школи:**

- * Відвідування уроків не викликає в нього негативних переживань, розуміє навчальний матеріал, коли вчитель пояснює його досить детально і наочно;**
- * Засвоює основний зміст програми з усіх предметів, самостійно розв'язує типові задачі;**
- * Зосереджений і уважний під час виконання завдань, доручень, вказівок учителя, водночас потребує контролю з боку дорослих;**

- * Зосередженням буває тільки тоді, коли робить щось цікаве для себе;
- * Майже завжди готується до уроків;
- * Доручення виконує сумлінно;
- * Дружить з багатьма однокласниками.

НИЗЬКИЙ РІВЕНЬ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИК НЕГАТИВНО АБО БАЙДУЖЕ СТАВИТЬСЯ ДО ШКОЛИ

- **Часто скаржиться на здоров'я, погане самопочуття, у нього переважає пригнічений настрій;**
- **Спостерігаються порушення дисципліни;**
- **Матеріал, який пояснює вчитель, засвоює фрагментарно;**
- **Самостійна робота з підручником викликає труднощі, під час виконання самостійних завдань не виявляє до них інтересу;**

- До уроків готується не ригулярно, потребує постійного контролю, систематичних нагадувань і спонукань як з боку вчителя, так і з боку батьків;
- Може зберігати працездатність і увагу за наявності тривалих пауз для відпочинку;
- Для розуміння нового матеріалу і розв'язання задач за зразком потребує значної допомоги вчителя і батьків;
- Доручення виконує під контролем і без особливого бажання;
- Пасивний, близьких друзів не має, знає імена й прізвища лише частини учнів.

Для того, щоб краще адаптувалася Ваша дитина до школи потрібно:

- Створення сприятливої психологічної атмосфери для дитини з боку всіх членів родини;
- Формування інтересу до школи, прожитого шкільного дня;
- Обов'язкове знайомство з учнями інших класів і можливість їхнього спілкування після школи;

- **Не припустимість фізичних заходів впливу, залякування, критики на адресу дитини, особливо в присутності інших людей;**
- **Урахування темпераменту дитини в період адаптації до шкільного навчання;**
- **Надання дитині самостійності в навчальній роботі;**
- **Заохочення, моральне стимулювання досягнень дитини, розвиток самоконтролю та самооцінки, самодостатності дитини.**

Краще пристосуватися дитині до життя
серед однолітків у школі допоможуть
такі правила:

- Не відбирай чужого, але і своє не віддавай.
- Попросять – дай, намагаються відібрати – намагайся захиститися.
- Не бійся без причини.
- Кличуть гратися – йди, не кличуть – спитай дозволу грати разом, це не соромно.
- Грай чесно, не підводь своїх товаришів.

- Не дражни нікого, не випрошуй нічого. Два рази нікого ні про що не проси.
- Через оцінки не плач, з учителем не спиричайся і не ображайся. Намагайся все робити вчасно і думай про добрі результати, вони обов'язково в тебе будуть.
- Не будь ябидою і не наговорюй ні на кого.
- Намагайся бути акуратним.
- Частіше кажи: давай дружити, давай гратися, давай разом підемо додому.
- Пам'ятай: ти не кращий за всіх, ти не гірший за всіх. Ти – неповторний для самого себе, батьків, учителів, друзів.

Як можуть допомогти батьки своїй дитині?

1. Пояснити дитині, що означає “бути школярем” та для чого це потрібно. Розповідати про школу, про існуючі в ній правила, щоб дитина була обізнана і, відповідно, відчувала себе впевнено, не боялася і не сумнівалася у своїх здібностях.
2. Продумати режим дня і суворо його дотримуватися.
3. Навчити першокласника ставити запитання вчителю (не боятися, не соромитися і т.п.).

4. Розвивати навички емоційного контролю, вміння підкорюватися правилам.

5. Пояснити, продемонструвати, що означає “акуратно”, “старанно”, формувати реальну самооцінку.

6. Розвивати комунікативні здібності.

7. Підтримувати бажання вчитися.

8. Вислуховувати уважно дитину, радити, як діяти в тій чи іншій ситуації.

9. Активно взаємодіяти з вчителем і шкільним психологом.

ПЕРІОД АДАПТАЦІЇ ДО ШКОЛИ **ПОРАДНИК ДЛЯ БАТЬКІВ**

- **Порада 1**

Найголовніше, що ви можете подарувати своїй дитині, - це вашу увагу.

- **Порада 2**

Ваше позитивне ставлення до школи і вчителів сприятиме зкороченню періоду адаптації дитини.

- **Порада 3.**

Ваше спокійне ставлення до шкільних турбот і шкільного життя дуже допоможе дитині – вона теж буде копіювати ваш емоційний стан.

- **Порада 4.**

Допоможіть дитині налагодити стосунки з однолітками і почуватися впевнено, як в дома так і в школі

- **Порада 5.**

Допоможіть дитині звикнути до нового режиму дня. Переконайте наскільки це корисно і цікаво.

- **Порада 6.**

Мудре ставлення батьків до шкільних успіхів усуне, дасть змогу запобігти третині можливих неприємностей дитини.

- **Порада 5.**

Допоможіть дитині звикнути до нового режиму дня. Переконайте наскільки це корисно і цікаво.

- **Порада 6.**

Мудре ставлення батьків до шкільних успіхів усуне, дасть змогу запобігти третині можливих неприємностей дитини.

ЯК ЗРОЗУМІТИ, ЩО ДИТИНА УСПІШНО АДАПТУВАЛАСЯ ?

- Процес навчання викликає у першокласника позитивні емоції, він упевнений в собі і не відчуває страху.
- Справляється із шкільною програмою.
- Проявляє самостійність при виконанні домашніх завдань і звертається за допомогою до мами чи тата тільки після того, як самостійно спробував його виконати.
- Першокласник задоволений своїми стосунками із однокласниками і вчителем.

Дитинство – найважливіший період людського життя, не підготовка до майбутнього життя, а справжнє, яскраве, самобутнє, неповторне життя.

І від того, як минуло дитинство, хто вів за руку в дитячі роки, що увійшло в її розум і серце з навколишнього світу, - від цього багато залежить, якою людиною стане сьогоднішній малюк.

В.Сухомлинський.

ДАВАЙТЕ ПОСТАРАЄМОСЯ !

**ЩОБ НАЙПЕРШІ КРОКИ,
ЗРОБЛЕНІ КОЖНИМ МАЛЮКОМ
У ШКІЛЬНОМУ СВІТІ,
БУЛИ ДЛЯ САМОЇ
ДИТИНИ РАДІСНИМИ І
ВПЕВНЕНИМИ !**