

Особливості адаптації першокласників у НУШ

З початком навчання у житті дитини відбувається дуже багато змін. Це нові умови життя та діяльності, нові контакти, нові стосунки, нові обов'язки. Змінюється соціальна позиція: був просто дитиною, тепер став школярем; на зміну грі приходить навчальна діяльність, яка стає провідною.

Пристосування (адаптація) дитини до навчального закладу відбувається не одразу. Це досить тривалий процес, пов'язаний зі значним напруженням усіх систем організму. Лише через 5 - 6 тижнів поступово підвищуються та стають більш стійкими показники працездатності, у дитини спадають напруження та тривожність.

Залежно від стану здоров'я, сімейної ситуації, відвідування чи не відвідування дитячого садочка, раціональної організації занять і режиму дня, адаптація до навчання має різний перебіг.

Що ж відбувається в організмі дитини у перші дні навчання?

- Нестійка працездатність;
- дуже високий рівень напруження серцево-судинної системи;
- різке зниження навчальної активності;
- до кінця першої чверті маса тіла зменшується у 60 % дітей;
- скарги на втоми, головний біль, сонливість, погіршення апетиту, поганий сон;
- розгальмованість рухова або в'ялість, втоми;
- розлади шлунково-кишкового тракту;

Переломний момент у житті дитини, пов'язаний з новим типом взаємин з оточуючими (ровесниками та дорослими), новим видом основної діяльності (навчальної, а не ігрової). У житті дитини змінюється все: обов'язки, оточення, режим.

Це «кризовий період» у житті дитини, тому що дитина свої ігрові потреби повинна задовольняти навчальним способом.

Процес адаптації до шкільного життя у дітей триває по-різному – від 2 тижнів до 2-3 місяців. Він залежить від сформованості у дошкільному віці рівня готовності до школи.

Має бути сформований необхідний і достатній рівень розвитку дитини для опанування шкільної навчальної програми в умовах навчання у колективі однолітків.

1.Інтелектуальна готовність - рівень розвитку пізнавальних процесів (мислення, пам'ять, сприймання, увага, уява) та рівень знань про навколишнє середовище.

2.Комунікативна готовність - володіння навичками взаємодії з дорослими, однолітками, а саме: знання моральних норм та правил поведінки (вміння слухати, не перебиваючи, вміння вибачити і вибачитися, співчувати, враховувати настрій і бажання інших людей).

3.Емоційно-вольва готовність, що передбачає уміння:

робити не лише те, що подобається, а й те, що необхідно зробити (довільність поведінки);

підкорятися загальним правилам та вимогам;

уважно слухати й виконувати самостійно найпростіші усні вказівки дорослого;

самостійно діяти за зразком;

адекватно виражати свої емоції;

поставити мету, виявити певні зусилля у випадку подолання перешкод, оцінювати результати своєї діяльності.

4.Мотиваційна готовність - чітко сформована позиція школяра, коли дитина:

має належне уявлення про школу;

позитивно ставиться до навчальних занять, загальноприйнятих норм дисципліни;

віддає перевагу урокам грамоти й лічби, а не заняттям дошкільного типу (малювання, фізкультура, трудове навчання);

визнає авторитет учителя.

За результатами діагностики 1 класів з'ясовано, що у середньому на кінець грудня 92% дітей 1 класів мають навчальну мотивацію діяльності, 8% ігровий мотив; 96%учнів мають достатній та середній рівень адаптації, 4% мають труднощі (які пов'язані з не сформованістю готовності до школи, у дошкільному періоді)

З метою становлення адаптаційних механізмів з учнями 1-х класів проводяться психологічні тренінги, кола підтримки, групові заняття з розвитку та корекції пізнавальної сфери, практикуми саморегуляції емоційної сфери, а також активності під час повітряних тривог в укритті. Швидкість адаптації у кожного різний, але позитивні зміни є у всіх.

Які ж причини можуть порушувати адаптацію дитини?

Неправильні методи виховання в родині:

- завищені очікування щодо навчальної успішності дитини, будь яка невдача сприймається неадекватно;
- розмови про недоліки освітнього закладу чи вчительки замість акцентування уваги дитини на приємних моментах;
- часті конфлікти з приводу навчання дитини, після чого все, що пов'язано з гімназією, втрачає привабливість;
- виховання дитини за принципами вседозволеності;
- байдуже ставлення батьків до навчання дитини.

Індивідуальні особливості психічного розвитку дитини:

- невисокий інтелектуальний потенціал;
- затримка психічного розвитку;
- гіперактивність;
- труднощі у вольовій регуляції поведінки, уваги, навчальної діяльності;
- не сформованість мотивації учня;
- сенситивність (чутливість) до несприятливих впливів навколишнього середовища;
- завищена самооцінка й рівень домагань дитини чи батьків;
- підвищена чутливість нервової системи;
- підвищений рівень тривожності в дитини;
- агресивність;
- замкнутість;
- інертність нервових процесів;
- соматичне ослаблення чи які-небудь хронічні захворювання;

Надзвичайно важливі в адаптаційний період родина, батьки. Батькам потрібно надавати дитині підтримку.

Я переконана, що у гімназії у вашої дитини все складеться добре, тому що поряд будете ви – готові підтримати, допомогти і разом радіти шкільним досягненням.

Бажаю Вам успіхів у навчанні та вихованні дитини!!!