

Программа по адаптации детей к школе

Первый класс школы — один из наиболее важных и трудных периодов в жизни детей. Поступление малыша в школу приводит к эмоционально-стрессовой ситуации: изменяется привычный стереотип поведения, возрастает психоэмоциональная нагрузка.

Школа с первых же дней ставит перед ребенком целый ряд задач, не связанных непосредственно с его предыдущим опытом, но требующих максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. На ребенка влияет комплекс новых факторов: классный коллектив, личность педагога, изменение режима, непривычно длительное ограничение двигательной активности и, конечно, появление новых, не всегда привлекательных обязанностей.

В Программу работы по адаптации детей к школе входят:

- консультации для педагогов, обучающихся первоклассников, по темам: «Психологическая готовность детей к школе», «Характеристика детей младшего школьного возраста», «Школьная дезадаптация и связанные с ней трудности обучения»;
- индивидуальные беседы с родителями первоклассников на тему «Особенности развития ребенка до поступления в школу»;
- выступление на первом родительском собрании по теме «Ребенок идет в первый класс» (психологическая готовность к этому родителей);
- заполнение родителями анкеты по выявлению уровня адаптации ребенка к школе;
- проведение цикла занятий с детьми «Введение в школьную жизнь»;
- заполнение учителем опросника «Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе»;
- обработка психологом опросника, заполненного педагогом;
- проведение коррекционной работы с детьми, показавшими средний и высокий процент дезадаптации.

ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Поступление в школу знаменует собой начало нового возрастного периода в жизни ребенка — начало младшего школьного возраста, ведущей деятельностью которого становится учебная деятельность.

Л.С. Выготский отмечал интенсивное развитие интеллекта в младшем школьном возрасте. Развитие мышления приводит, в свою очередь, к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы.

Ребенок 7–8 лет обычно мыслит конкретными категориями. Затем происходит переход к стадии формальных операций, которая связана с определенным уровнем развития способности к обобщению и абстрагированию.

К моменту перехода в среднее звено школьники должны научиться самостоятельно рассуждать, делать выводы, сопоставлять, анализировать, находить частное и общее, устанавливать простые закономерности.

Если учащиеся 1–2-го класса выделяют прежде всего внешние признаки, характеризующие действие объекта (что он делает) или его назначение (для чего он), то к 3–4-му классу школьники уже начинают опираться на знания, представления, сложившиеся в процессе обучения.

Младший школьник в своем развитии идет от анализа отдельного предмета, явления к анализу связей и отношений между предметами и явлениями. Последнее есть необходимая предпосылка понимания школьником явлений окружающей жизни.

Особые трудности возникают у учащихся в понимании причинно-следственных связей. Младшему школьнику легче устанавливать связь от причины к следствию, чем от следствия к причине. Это и понятно: от причины к следствию устанавливается прямая связь, рассмотрение же фактов в обратном порядке предполагает анализ самых разных причин, что ребенку зачастую еще не под силу.

Развитие теоретического мышления, т.е. мышления в понятиях, способствует возникновению к концу младшего школьного возраста рефлексии (исследование природы самих понятий), которая преобразует познавательную деятельность и характер отношений к другим людям и к самому себе.

Под влиянием обучения память развивается в двух направлениях:
— усиливается роль и удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания (по сравнению с наглядно-образным);

— ребенок овладевает возможностью сознательно управлять своей памятью и регулировать ее проявления (запоминание, воспроизведение, припоминание).

В связи с относительным преобладанием первой сигнальной системы у младших школьников более развита наглядно-образная память. Дети лучше сохраняют в памяти конкретные сведения: события, лица, предметы, факты, чем определения и объяснения. Они склонны к запоминанию путем механического повторения, без осознания смысловых связей. Они часто заучивают текст дословно!

Это объясняется тем, что младший школьник не умеет дифференцировать задачи запоминания (что надо запомнить дословно, а что в общих чертах, — этому надо учиться).

Он еще плохо владеет речью, ему легче заучить все, чем воспроизводить текст своими словами. Дети еще не умеют организовывать смысловое запоминание: разбивать материал на смысловые группы, выделять опорные пункты для запоминания, составлять логический план текста.

К переходу в среднее звено у учащегося должна сформироваться способность к запоминанию и воспроизведению смысла, существа материала, доказательства, аргументации, логических схем рассуждений.

Очень важно научить школьника правильно ставить цели для запоминания материала. Именно от мотивации зависит продуктивность запоминания. Если ученик запоминает материал с определенной установкой, то этот материал запоминается быстрее, помнится дольше, воспроизводится точнее.

У мальчиков и девочек младшего школьного возраста есть некоторые различия в запоминании. Девочки умеют заставить себя, настроиться на запоминание, их произвольная механическая память лучше, чем у мальчиков. Мальчики оказываются более успешными в овладении способами запоминания, поэтому в ряде случаев их опосредованная память оказывается более эффективной, чем у девочек.

В процессе обучения восприятие становится более анализирующим, более дифференцированным, принимает характер организованного наблюдения; изменяется роль слова в восприятии. У первоклассников слово по преимуществу несет назывную функцию, т.е. является словесным обозначением после узнавания предмета; у учащихся более старших классов слово-название является скорее самым общим обозначением объекта, предшествующим более глубокому его анализу.

В развитии восприятия велика роль учителя, который специально организует деятельность учащихся по восприятию тех или иных объектов, учит выявлять существенные признаки, свойства предметов и явлений. Одним из эффективных методов развития восприятия является сравнение. Восприятие при этом становится более глубоким, количество ошибок уменьшается. Возможности волевого регулирования внимания в младшем школьном возрасте ограничены. Если старший школьник может заставить себя сосредоточиться на неинтересной, трудной работе ради результата, который ожидается в будущем, то младший школьник обычно может заставить себя упорно работать лишь при наличии «близкой» мотивации (похвалы, положительной отметки). В младшем школьном возрасте внимание становится концентрированным и устойчивым тогда, когда учебный материал отличается наглядностью, яркостью, вызывает у школьника эмоциональное отношение.

Изменяется содержание внутренней позиции детей. Она в переходный период в большей степени определяется взаимоотношениями с другими людьми, прежде всего со сверстниками. В этом возрасте появляются притязания детей на определенное положение в системе деловых и личностных взаимоотношений класса, формируется достаточно устойчивый статус ученика в этой системе.

На эмоциональное состояние ребенка все в большей степени начинает влиять то, как складываются его отношения с товарищами, а не только успехи в учебе и отношения с учителями. Существенные изменения происходят в нормах, которыми регулируются отношения школьников

друг другу. Если в младшем школьном возрасте эти отношения регламентируются в основном нормами «взрослой» морали, т.е. успешностью в учебе, выполнением требований взрослых, то к 9–10 годам на первый план выступают так называемые «стихийные детские нормы», связанные с качествами настоящего товарища.

При правильном развитии школьников две системы требований — к позиции ученика и позиции субъекта общения, т.е. товарища, — не должны противопоставляться. Они должны выступать в единстве, в противном случае вероятность появления конфликтов и с учителями, и со сверстниками достаточно велика.

В начале обучения самооценка школьника формируется учителем на основе результатов учебы. К окончанию начальной школы все привычные ситуации подвергаются корректировке и переоценке другими детьми. При этом во внимание принимаются не учебные характеристики, а качества, проявляющиеся в общении. От 3-го к 4-му классу резко возрастает количество негативных самооценок.

Недовольство собой у детей этого возраста распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебную деятельность. Обострение критического отношения к себе актуализирует у младших школьников потребность в общей положительной оценке своей личности другими людьми, прежде всего взрослыми. Характер младшего школьника имеет следующие особенности: импульсивность, склонность незамедлительно действовать, не подумав, не взвесив всех обстоятельств (причина — возрастная слабость волевой регуляции поведения); общая недостаточность воли — школьник 7–8 лет еще не умеет длительно преследовать намеченную цель, упорно преодолевать трудности. Капризность и упрямство объясняются недостатками семейного воспитания: ребенок привык, чтобы все его желания и требования удовлетворялись. Капризность и упрямство — своеобразная форма протеста ребенка против тех требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, чего «хочется», во имя того, что «надо».

К окончанию начальной школы у ребенка формируются: трудолюбие, прилежание, дисциплинированность, аккуратность. Постепенно развиваются способность к волевой регуляции своего поведения, умение сдерживаться и контролировать свои поступки, не поддаваться непосредственным импульсам, растет настойчивость. Ученики 3–4-х классов способны в результате борьбы мотивов отдавать предпочтение мотиву долженствования.

К окончанию начальной школы изменяется отношение к учебной деятельности. Сначала у первоклассника формируется интерес к самому процессу учебной деятельности (первоклассники могут увлеченно и старательно делать то, что им в жизни никогда не пригодится, например срисовывать японские иероглифы).

Затем формируется интерес к результату своего труда: мальчик на улице впервые самостоятельно прочитал вывеску, был очень рад.

После возникновения интереса к результатам учебного труда у первоклассников формируется интерес к содержанию учебной деятельности, потребность приобретать знания. Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с переживанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. А стимулирует это

чувство одобрения учителя, взрослого, подчеркивание даже самого небольшого успеха, продвижения вперед.

В целом за время обучения ребенка в начальном звене школы у него должны сформироваться следующие качества: произвольность, рефлексия, мышление в понятиях; он должен успешно освоить программу; у него должны быть сформированы основные компоненты деятельности; кроме этого должен появиться качественно новый, более «взрослый» тип взаимоотношений с учителями и одноклассниками.

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ШКОЛЬНАЯ ДЕЗАДАПТАЦИЯ
И СВЯЗАННЫЕ С НЕЙ ТРУДНОСТИ ОБУЧЕНИЯ У УЧАЩИХСЯ ПЕРВЫХ КЛАССОВ»**

Адаптация ребенка к школе — довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Не день, не неделя требуется для того, чтобы малыш освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций.

Выделяют три фазы адаптации:

1) генерализованная реакция, когда в ответ на новое воздействие практически все системы организма ребенка отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта «физиологическая буря» длится две-три недели;

2) неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на непривычное воздействие;

3) относительно устойчивое приспособление, когда организм находит наиболее подходящие, адекватные новые нагрузки, варианты реагирования, то есть собственно адаптация. Наблюдения показывают, что относительно устойчивое приспособление к школе происходит на 5–6-й неделе обучения.

Адаптация к школе далеко не у всех детей протекает безболезненно. У некоторых она не наступает совсем, и тогда приходится говорить о социально-психологической дезадаптации, которая ведет к серьезным последствиям (вплоть до невозможности получить полноценное образование и найти свое место в жизни).

Какие же причины лежат в основе школьной дезадаптации? Одной из главных причин многие исследователи называют несоответствие функциональных возможностей детей требованиям, предъявляемым существующей системой обучения, иначе говоря, отсутствие «школьной зрелости».

В числе других причин можно назвать недостаточный уровень интеллектуального развития ребенка, его социальную незрелость, неумение общаться с окружающими, неудовлетворительное состояние здоровья.

Все это — комплекс внутренних причин, так называемые «проблемы ребенка». Однако существуют и внешние причины школьной дезадаптации — «проблемы учителя»: несоответствующие возможностям ребенка содержание обучения и методика преподавания, сама личность учителя, стиль его отношений с детьми и родителями и т.п.

Чаще всего эти факторы существуют взаимосвязанно, вытекают один из другого, а в целом приводят к вполне определенным трудностям обучения.

Все многообразие школьных трудностей можно условно разделить на два типа (М.М. Безруких):

— специфические, имеющие в основе те или иные нарушения моторики, зрительно-моторной координации, зрительного и пространственного восприятия, речевого развития и т.п.;

— неспецифические, вызванные общей ослабленностью организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, повышенной утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности.

В результате социально-психологической дезадаптации можно ожидать у ребенка проявления всего комплекса неспецифических трудностей, связанных прежде всего с нарушениями в деятельности. На уроке такой ученик отличается неорганизованностью,

повышенной отвлекаемостью, пассивностью, замедленным темпом деятельности. Он не способен понять задание, осмыслить его целиком и работать сосредоточенно, без отвлечений и дополнительных напоминаний, он не умеет работать обдуманно, по плану.

Письмо такого ученика выделяется неустойчивым почерком. Неровные штрихи, различная высота и протяженность графических элементов, большие, растянутые, разнонаклонные буквы, тремор — вот его характерные черты. Ошибки выражаются в недописывании букв, слогов, случайных заменах и пропусках букв, неиспользовании правил.

Вызваны они несоответствием темпов деятельности ребенка и всего класса, отсутствием концентрации внимания. Эти же причины определяют и характерные трудности чтения: пропуски слов, букв (невнимательное чтение), угадывание, возвратные движения глаз («спотыкающийся» ритм), быстрый темп чтения, но плохое восприятие прочитанного (механическое чтение), медленный темп чтения.

При обучении математике трудности выражаются в неустойчивом почерке (цифры неровные, растянутые), фрагментарном восприятии задания, трудностях переключения с одной операции на другую, трудностях переноса вербальной инструкции в конкретное действие. Главная роль в создании благоприятного психологического климата в классе, несомненно, принадлежит учителю. Ему необходимо постоянно работать над повышением уровня учебной мотивации, создавая ребенку ситуации успеха на уроке, во время перемены, во внешкольной деятельности, в общении с одноклассниками.

Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей и школьного психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

**ВЫСТУПЛЕНИЕ НА ПЕРВОМ РОДИТЕЛЬСКОМ СОБРАНИИ
«РЕБЕНОК ИДЕТ В ПЕРВЫЙ КЛАСС»**

Психологическая поддержка во время школьного обучения — проблема важная и большая. Мы много говорим о психологической готовности ребенка к школе, отодвигая или считая само собой разумеющимся фактор готовности родителей к новому, школьному этапу жизни их ребенка.

Главная забота родителей — поддержание и развитие стремления учиться, узнавать новое. Например, вы встречаете ребенка после окончания уроков вопросом: «Что было интересного в школе?» «Ничего интересного», — отвечает. «Так не бывает. Ты же узнал что-то новое, чему-то удивился, что-то тебя поразило». Ребенок напрягается, вспоминает, что же интересного было, и, может быть, не сразу, но вспомнит какой-то эпизод урока или прочитанное в учебнике, а может быть, опишет забавную сценку, случившуюся на перемене.

Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребенка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем.

Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы любите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим.

С пониманием относитесь к тому, что у вашего малыша что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздражения с обеих сторон, ничего не вызовут. Одна мама сравнила первый год обучения ребенка в школе с первым годом после его рождения: огромная ответственность за него, необходимость много времени проводить рядом, океан выдержки и терпения. Это действительно серьезное испытание для родителей – испытание их жизненной стойкости, доброты, чуткости.

Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спокойное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями. Психологически родители должны быть готовы не только к трудностям, неудачам, но и к успехам ребенка.

Часто бывает, что, хваля ребенка, мы словно боимся, что он зазнается или разленится, и добавляем ложку дегтя в бочку меда: «А что Антон получил? Пятерку? Вот молодец! Он, по моему, еще не получил ни одной четверки!» (подспудно: а у тебя, мол, и четверки бывают...) Вместо этих высказываний значительно лучше было бы просто порадоваться успеху, ожидаемому и закономерному, ведь этому предшествовал труд. И дальше будет так же, нужно лишь постараться.

Очень важно, чтобы родители соизмеряли свои ожидания относительно будущих успехов ребенка с его возможностями. Это определяет развитие способности ребенка самостоятельно рассчитывать свои силы, планируя какую-либо деятельность. Итак, ваша поддержка, вера в ребенка, в его успех помогут ему преодолеть все препятствия.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

В 6–7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Медики считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии только в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась.

Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

Правило 1.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

Правило 2.

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

Правило 3.

Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

Правило 4.

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то — нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

Несколько коротких правил

- Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
- Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
- Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
- Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.
- Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
- Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
- Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.

- Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
- Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания.

Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.

- Признавайте права ребенка на ошибки.
- Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.
- Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

ИНДИВИДУАЛЬНАЯ БЕСЕДА С РОДИТЕЛЯМИ О РАЗВИТИИ РЕБЕНКА ДО ПОСТУПЛЕНИЯ В ШКОЛУ

Схема истории развития ребенка:

1. Анкетные данные ребенка и основные сведения о семье.

Дата рождения. Полный охват семьи с указанием возраста родителей, остальных членов семьи, характера работы родителей. Изменения состава семьи. Условия жизни в семье.

2. Особенности перинатального развития. Наличие фактора риска в состоянии здоровья матери и ребенка.

3. Состояние здоровья ребенка. Наличие травм и операций, частых заболеваний. Случаи госпитализации и постановки на учет у специалистов.

4. Воспитание ребенка. Где, кем воспитывался, кто ухаживал за ребенком, когда ребенок был определен в детский сад, как привыкал, как складывались отношения, были ли жалобы воспитателей? Были ли резкие перемены в обстановке, длительные, частые разлуки с родителями? Реакция на них ребенка.

5. Развитие ребенка в младенчестве и раннем детстве. Особенности развития моторики, сроки основных сенсомоторных реакций (когда начал ползать, сидеть, ходить). Общий эмоциональный фон. Развитие речи. Отношение к близким и чужим. Активность и любознательность. Опрятность и навыки самообслуживания. Трудности поведения. Любимые игры и занятия.

6. Развитие ребенка в дошкольном детстве. Любимые игры, занятия. Любит ли рисовать, с какого возраста. Любит ли слушать сказки, заучивать стихи, смотреть телевизор. Умеет ли читать. Как научился, когда. Как развит физически. Какая рука ведущая. Имеет ли домашние обязанности. Каковы отношения со сверстниками, с членами семьи. Типичные конфликты. Актуальные запреты. Особенности характера. Страхи. Трудности. Жалобы.

АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВЫЯВЛЕНИЮ УРОВНЯ АДАПТАЦИИ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

1. Охотно ли ваш ребенок идет в школу?
2. Вполне ли он приспособлен к новому режиму, принимает ли как должное новый распорядок?
3. Переживает ли свои учебные успехи и неудачи?
4. Делится ли с вами своими школьными впечатлениями?
5. Каков преобладающий эмоциональный характер впечатлений?
6. Как преодолевает трудности при выполнении домашней работы?
7. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу?
8. Справляется ли с учебной нагрузкой? (Степень напряжения.)
9. Как по сравнению с прошлым годом изменилось его поведение?
10. Жалуется ли на беспричинные боли, и если да, то как часто?
11. Когда ложится спать? Сколько часов в сутки спит? Изменился ли (если да, то как) по сравнению с прошлым годом характер сна?

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ АНАЛИЗ ОСОБЕННОСТЕЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

Опросник для учителя

1. Родители совершенно устранились от воспитания, почти не бывают в школе.
2. При поступлении в школу ребенок не владел элементарными учебными навыками (не умел считать, не знал буквы).
3. Не знает многое из того, что известно большинству детей его возраста (например, дни недели, времена года, сказки и т.д.).
4. Плохо развиты мелкие мышцы рук (трудности с письмом, неодинаковые буквы).
5. Пишет правой рукой, но со слов родителей является переученным левшой.
6. Пишет левой рукой.
7. Бесцельно двигает руками.
8. Часто моргает.
9. Сосет палец или ручку.
10. Иногда заикается.
11. Грызет ногти.
12. У ребенка хрупкое телосложение, маленький рост.
13. Ребенок явно домашний, нуждается в доброжелательной атмосфере, любит, когда его гладят, обнимают.
14. Очень любит играть, играет даже на уроках.
15. Такое впечатление, что он младше других детей, хотя по возрасту им ровесник.
16. Речь инфантильная, напоминает речь 4—5-летнего ребенка.
17. Чрезмерно беспокоен на уроках.
18. Быстро примиряется с неудачами.
19. Любит шумные, подвижные игры на переменах.
20. Не может долго сосредоточиться на одном задании, всегда старается сделать побыстрее, не заботясь о качестве.
21. После интересной игры, физкультурной паузы его невозможно настроить на серьезную работу.
22. Долго переживает неудачи.
23. При неожиданном вопросе учителя часто теряется. Если дать время на обдумывание, может ответить хорошо.
24. Очень долго выполняет любое задание.
25. Домашние задания выполняет гораздо лучше классных (разница очень существенная, больше, чем у других детей).
26. Очень долго перестраивается с одной деятельности на другую.
27. Часто не может повторить за учителем самый простой материал, при этом демонстрирует отличную память, когда речь идет об интересующих его вещах (например, знает все марки машин).
28. Требуется к себе постоянного внимания со стороны учителя. Почти все делает только после персонального обращения.
29. Допускает много ошибок при списывании.

30. Чтобы отвлечь его от задания, достаточно малейшей причины: скрипнула дверь, что-то упало и т.д.
31. Приносит в школу игрушки и играет на уроках.
32. Никогда ничего не сделает сверх положенного минимума: не стремится узнать что-то, рассказать.
33. Родители жалуются, что с трудом усаживают его за уроки.
34. Такое впечатление, что с трудом усаживается за уроки.
35. Не любит никаких усилий, если что-то не получается, бросает, ищет каких-то оправданий: рука болит и пр.
36. Не совсем здоровый вид (бледный, худенький).
37. К концу урока работает хуже, часто отвлекается, сидит с отсутствующим видом.
38. Если что-то не получается, раздражается, плачет.
39. Плохо работает в условиях ограниченного времени. Если его торопить, может совсем «отключиться», бросить работу.
40. Часто жалуется на усталость.
41. Почти никогда не отвечает правильно, если вопрос поставлен нестандартно, требует сообразительности.
42. Ответы становятся лучше, если есть опора на какие-то внешние объекты (считает пальцы и т.п.).
43. После объяснения учителя не может выполнить аналогичное задание.
44. Затрудняется применять ранее усвоенные понятия, навыки при объяснении учителем нового материала.
45. Часто отвечает не по существу, не может выделить главное.
46. Такое впечатление, что ему трудно понять объяснение, так как основные навыки, понятия у него не сформированы.

Работа учителя с опросником

При работе с опросником учитель на бланке ответов вычеркивает номера, в которых описаны фрагменты поведения, характерные для конкретного ребенка.

Обработка результатов

Таблица разделена жирной вертикальной линией. Если номер вычеркнутого фрагмента находится слева от линии, при обработке засчитывается 1 балл, если справа — 2 балла. Максимально возможная сумма баллов — 70. Подсчитав, какую сумму баллов набрал ребенок, можно определить его коэффициент дезадаптации:

$$K = П : 70 \times 100,$$

где П — количество баллов, набранных ребенком.

Показатель до 14% является нормальным, дезадаптация отсутствует.

Показатель от 15 до 30% свидетельствует о средней степени дезадаптации.

Показатель выше 30% — серьезная степень дезадаптации.

Показатель выше 40% свидетельствует о том, что ребенок нуждается в консультации психоневролога.

1. РО — родительское отношение.
2. НГШ — неготовность к школе.
3. Л — леворукость.
4. НС — невротические симптомы.
5. И — инфантилизм.
6. ГС — гиперкинетический синдром, чрезмерная расторможенность.
7. ИНС — инертность нервной системы.
8. НП — недостаточная произвольность психических функций.
9. НМ — низкая мотивация учебной деятельности.
10. АС — астенический синдром.
11. НИД — нарушения интеллектуальной деятельности.

БЛАНК ОТВЕТОВ

		1					РО
		2	3	4			НГШ
	5	6					Л
7	8	9	10	11			НС
12	13	14	15	16			И
17	18	19	20	21			ГС
	22	23	24	25	26		ИНС
		27	28	29	30		НП
31	32	33	34	35			НМ
		36	37	38	39	40	АС
	41	42	43	44	45	46	НИД

ВВЕДЕНИЕ В ШКОЛЬНУЮ ЖИЗНЬ

Занятие 1. «Знакомство»

Цель: помочь детям войти в контакт друг с другом и с взрослыми, осознать себя как личность.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Разминка

Психолог представляется, рассказывает о себе.

Предлагает детям представиться, назвать свои имя и фамилию, затем встать по кругу и назвать свое имя с улыбкой, можно с прикосновением руки, глядя в глаза стоящему справа соседу. Ставится стул в середину круга, один ребенок садится на стул, остальные по очереди говорят ему свой вариант ласкового имени. Когда все участники по одному разу назовут имя сидящего на стуле, он встает, благодарит за приятные слова кивком головы и словом «спасибо» выбирает и называет наиболее понравившееся.

Игра «Атомы и молекулы»

Психолог. Мы все — отдельные атомы, атомы бродят по одному, им скучно, и им захотелось собраться, соединиться в молекулы по два (затем по три, по пять и т.д., в конце — по количеству детей). Вот какая большая группа собралась, и всем атомам сразу стало веселей!

Рисование

Предложить всем сесть за парты и нарисовать по цветку.

Если ребенок не может или не хочет рисовать, сказать ему: «Если бы ты был художником, смог бы нарисовать? Я три раза щелкну, и ты начнешь рисовать».

Собрать все нарисованные цветы в один букет и «посадить» (разложить на столе или на полу) — получится красивый, яркий луг.

Игра «Передай тепло цветка другу»

Стоя в кругу, соединить ладони, прочувствовать, как тепло передается по цепочке.

В парах: на ощупь определить, какие у партнера руки, лицо, погладить по голове.

Домашнее задание

Ребенок должен узнать у родителей, что обозначает его имя.

Занятие 2. «Я и мое имя»

Цель: способствовать установлению контакта между детьми, помочь детям осознать свои положительные черты характера.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Разминка

Психолог. На прошлом занятии мы узнали, как кого зовут. Мое имя обозначает... (психолог рассказывает о своем имени). А вы узнали, что обозначает ваше имя?

Дети по очереди рассказывают о своем имени. Если не знают, психолог помогает (необходимо до занятия узнать, что обозначают имена детей).

Психолог. Ребята, вам нравится, когда вас называют Колька, Машка? А Коленька, Машенька? Почему? Как вас называет мама?

Дети отвечают по очереди. Можно предложить детям придумать себе имя: «Как бы вы хотели, чтобы вас называли?»

Игра «Волшебный стул»

Один ребенок садится на отдельный стул в середине круга. Для того, кто садится на этот стул волшебный, произносятся самые лучшие слова и пожелания, называют его самые лучшие качества характера.

Рисование

Дети рисуют свой автопортрет.

Упражнение на релаксацию

Лежа на полу, дети под классическую музыку представляют себя волшебниками (сказочными персонажами), вспоминая и повторяя все положительные слова, сказанные им окружающими.

Занятие 3. «Я и моя семья»

Цель: знакомство с членами семьи, общими интересами, традициями.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Упражнение «Рисунок семьи»

Сидя в кругу на стуле или на полу, ребенок рассказывает, как зовут родителей, остальных членов семьи (по рисунку или по фотографии), кто чем любит заниматься.

Игра «Поменяйтесь местами те, у кого...»

Психолог предлагает поменяться местами детям, у кого

- а) есть старший брат,
- б) младшая сестренка,
- в) младший брат,
- г) старшая сестра,
- д) есть и брат, и сестра,
- е) бабушка и дедушка живут с ними вместе,
- ж) бабушка и дедушка живут в деревне и т.д.

Методика Рене Жиля

Психолог раздает готовые бланки.

Занятие 4. «Урок и перемена»

Цель: познакомить детей с правилами поведения на уроке и перемене, упражняться в их применении. Выявить школьную мотивацию.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Беседа на тему «Что такое урок?»

Дети высказывают свои мнения.

Психолог. Как можно показать, что ты готов к уроку? Например, в школе есть правило «Готов к уроку»: по звонку ученик становится возле своей парты и ждет команды учителя. Давайте потренируемся выполнять это правило.

Проигрывание ситуаций

Что нужно сделать:

- а) когда входит учитель (или кто-то старший) в класс;
- б) когда хочешь что-либо сказать;
- в) когда кто-то опаздывает на урок и т.д.

Игра на внимание

Психолог. На уроке надо быть очень внимательным. Чтобы проверить вашу наблюдательность, давайте поиграем. Закройте глаза и положите голову на парту. У кого сосед по парте со светлыми волосами? Поднимите руку с закрытыми глазами. Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед с темными глазами? Поднимите руку с закрытыми глазами.

Откройте глаза и проверьте себя. Опять закройте глаза. У кого сосед...

Беседа «Что можно сделать за перемену?»

Обобщение ответов детей: за перемену можно подготовиться к следующему уроку, сходить в туалет, переодеться на урок физкультуры, ритмики, дежурным вытереть доску, поиграть в игры.

Подвижная игра (по выбору детей)

Выработка правил поведения

Осуществляется самими детьми:

— в школе можно улыбаться и смеяться,

— нельзя ругаться и драться и т.д.

Рисование на тему «Что мне нравится в школе»

Завершение занятия

Психолог.

Прозвенит сейчас звонок —

Наш закончится урок.

Урок закончен. В начале урока мы научились выполнять правило «Готов к уроку», то же самое нужно делать, когда урок закончен. Учитель по звонку говорит: «Урок закончен», и все ученики должны встать возле своих парт.

Занятия 5—7. Экскурсия по школе

(проводятся в течение 3 уроков)

Цель: научить детей ориентироваться в помещении школы, познакомить с сотрудниками.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Знакомство с планом-схемой школы

Психолог. Ребята, я принесла план школы. Кто знает, что такое план? Да, это чертеж нашей школы. Интересно, где же ваш класс находится?

После поиска пути от входа до класса предложить пройти по школе, ориентируясь по плану.

Посещение медицинского кабинета

Психолог представляет медсестру. Она проводит беседу по вопросам: «Для чего нужны прививки? Почему нельзя болеть школьнику? Что нужно делать, чтобы не болеть, а быть здоровым?»

Посещение спортивного зала

Учитель физкультуры представляется и задает детям вопросы: «Для чего люди занимаются спортом? Нужна ли физкультура школьнику? Кто делает зарядку по утрам? Кто из детей занимается уже в спортивных секциях?» Затем дети изображают бесконтактный бокс, лыжников,

пловцов, гимнастов и т.д. Если кто-то из детей занимается в спортивных секциях, можно предложить им показать какие-либо упражнения.

Посещение кабинета музыки — «страны пяти линеек»

Учитель музыки после представления предлагает детям угадать трех китов музыки: играет марш (дети маршируют), затем танцевальную музыку (предлагает потанцевать), по выбору дети поют или слушают песню.

Посещение кабинета изобразительного искусства

Учитель знакомит детей с «царством карандаша и кисточки».

Дети в парах играют в игру «Скульптор»: один «лепит» животное по своему желанию, затем рассказывает о своей «скульптуре». Затем дети меняются ролями.

Посещение библиотеки

Библиотекарь задает детям загадки:

Без языка,

Без голоса,

А все расскажет.

Не куст, а с листочками,

Не рубашка, а сшита,

Не человек, а рассказывает.

Проводит беседу по вопросам: «Для чего нужны книги? Какие книги бывают? Кто их пишет, выпускает? У кого какая любимая книга?» и т.д.

Предлагает записаться в библиотеку тем детям, кто уже умеет читать.

Экскурсия в кабинет психолога

Психолог. Ребята, сегодня я приглашаю вас к себе. Кто знает, кто такой психолог?

Ответы детей.

Если кому-то стало грустно, плохо, психолог утешит, защитит, даст возможность отдохнуть.

Релаксационное упражнение.

Посещение столовой

Часть урока проводит учитель этикета. Он показывает и рассказывает, кому, куда и как правильно сесть, как пользоваться приборами.

Экскурсия на кухню

Психолог. Наши повара, хотя и молоды, готовят очень вкусно: пироги их пышны, щи объединение, компот сладок, хлебушек мягок.

Организовать совместную подвижную игру.

Пиктограмма

После посещения всех кабинетов в конце третьего урока дети рисуют слова: школа, класс, учеба, болезнь, вкусная еда, чистота, интересная книга, сила, музыка, игра, рисование и т.д.

Занятие 8. УЧЕНЫЕ — свет, а неученье — тьма

Цель: укрепить желание учиться, получать знания, показать, что знания необходимы.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Разминка

Психолог. Ребята, как вы думаете, зачем людям надо учиться?

Выслушивает ответы всех детей, делает обобщение.

Игра «Отгадай профессию»

Дети по очереди имитируют движения, которые выполняются при определенной профессии, или говорят, что нужно для этой работы. Остальные дети отгадывают, кем хочет быть тот или иной ребенок, и называют качества, какими должен обладать представитель этой профессии.

Беседа

Дети отвечают на вопросы: «А вас можно назвать работником? Кем вы сейчас работаете? Какими должны быть ученики? Что нужно для вашей работы?»

Игра «Алфавит».

Психолог предлагает детям пройти испытание на звание ученика. Сначала — проверка внимания.

Игра «Чего не стало»

Теперь — проверка памяти.

Решение задач на сообразительность

Проверка мышления — решение «хитрых» задач.

Итог

Психолог. Вот какие вы все внимательные, умные, значит — все вы можете учиться хорошо и всем вам присваивается звание ученика.

Занятие 9. «Когда всем весело, а одному грустно»

Цель: учить детей сопереживать друг другу, воспитывать дружелюбие, умение различать и понимать эмоциональные состояния.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Разминка

Психолог. Во время прогулки в школьном дворе вы увидели грустного ученика. Ребята, давайте подумаем: почему он грустный?

Ответы детей.

Вам его жалко? А как мы его можем утешить?

Дети предлагают варианты, выбирают наиболее подходящие. Психолог предлагает подойти к мальчику и попробовать его утешить.

Упражнение «Настроение»

Демонстрация лиц с различным эмоциональным состоянием: радости, печали, веселья, злости, удивления и т.д. Предложить детям выбрать и «сделать» какое-либо лицо, спросить, что ему хочется сделать в этом состоянии, нравится или нет такой человек и почему? Когда у человека бывает такое настроение?

Психолог. За цветом можно увидеть различные предметы, живые существа. При помощи цвета человек даже может выразить свое настроение. Когда человеку радостно, у него все получается, он доволен, говорят, что он видит все в розовом цвете. А когда у человека

неприятности, какого цвета у него настроение? (Ответы детей.) И так, если настроение хорошее, то его «рисуют» яркими, светлыми тонами: желтым, оранжевым, красным, светло-зеленым, голубым. Плохое настроение — темные цвета: черный, коричневый. Если трудно определить настроение, показать его можно при помощи синего, зеленого, серого цветов. Я вам предлагаю каждый день рисовать свое настроение.

Рисование

Предложить детям нарисовать лицо мамы, папы, братьев, сестер — какие они чаще всего бывают.

Занятие 10. «Волшебные СЛОВА»

Цель: воспитывать культуру поведения, вызвать желание соблюдать правила поведения, использовать в речи «волшебные» слова: здравствуйте, спасибо, до свидания, пожалуйста и т. д.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Беседа

Психолог.

— Здравствуйте!

— Ты скажешь человеку.

— Здравствуй!

— Улыбнется он в ответ.

И, наверно,

Не пойдет в аптеку

И здоровый будет много лет.

Когда люди говорят: «Здравствуйте», они не только приветствуют друг друга, но и желают здоровья. Любая встреча начинается с приветствия. Какие слова-приветствия вы знаете? А еще как можно приветствовать? (Кивок головой, помахать руками, поклон, рукопожатие.)

Разминка

Предложить детям походить по классу и поприветствовать друг друга. Спросить: чье приветствие больше понравилось, почему?

Драматизация сказки «Заяц и еж»

Дети слушают сказку в исполнении двух одноклассников.

Вопросы к детям: «Что можно сказать про зайца? Ежа? Что ты чувствовал в роли зайца? А в роли ежа? Кто вам симпатичен? А в жизни встречались вам такие люди? Как вы поступали?»

Психолог.

Слова «До свидания!»,

«Спасибо!», «Простите!»,

Щедро дарите.

Дарите прохожим,

Друзьям и знакомым,

В троллейбусе, в парке,

И в школе, и дома.

Слова эти очень важны,

Они человеку,

Как воздух, нужны.

Без них невозможно на свете прожить.

Слова эти нужно

С улыбкой дарить.

Беседа. Психолог. С кем можно здороваться, а с кем — нет: дома, в школе, на улице? В каких случаях говорим «на здоровье», «пожалуйста», «спасибо», и всегда ли надо их произносить? Вспомните, пожалуйста, случаи, когда вам помогли «волшебные слова».

Игра с мячом «Вежливые слова»

Психолог. Чтобы узнать, какие еще вежливые слова вы знаете, мы поиграем в игру. Я бросаю мячик, а вы, поймав, должны назвать вежливое слово и вернуть мяч. Не забывайте, что вежливые слова произносятся доброжелательно, глядя прямо в глаза.

Статья. Роль педагогического фактора в возникновении школьной дезадаптации первоклассников.

Проработав в школе 9 лет, невольно становишься свидетелем того, что с каждым годом увеличивается количество детей, не справляющихся с учебной программой, имеющих проблемы в поведении. Медицинские работники озадачены ухудшением здоровья учащихся. Эти факторы рождают явление, называемое школьной дезадаптацией.

Дезадаптация школьников – острейшая проблема, вызываемая многими причинами. Актуальность ее очевидна. Ситуация общей невротизации в стране, порождающая неопределенность и непредсказуемость, приводит к переживанию эмоциональной напряженности, тревоги и как следствие, не может не повлиять на адаптацию ребенка к школе.

В настоящее время в обществе с каждым годом становится все больше родителей, которые занимаются домашним воспитанием. Как правило, их дети не ходят в детский сад, растут в окружении взрослых, мало контактируют со сверстниками. Именно контакт и общение со сверстниками, необходимость считаться с мнением других, подчиняться чужим требованиям, а не следовать своему желанию - это будет для них самым трудным.

Другая категория детей не посещает детский сад по причине высокой оплаты. Это происходит в то время, когда не снижается процент малообеспеченных, неблагополучных, неполных семей.

Каждый человек в определенный период жизни испытывает трудности в связи с освоением нового вида деятельности, переходом к новой ситуации, новым условиям жизни. Именно в первые месяцы школьной жизни начинаются формироваться те системы отношения ребенка с миром и самим собой, те устойчивые формы взаимоотношений со сверстниками и взрослыми и базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в дальнейшем успешность его школьного обучения, эффективность стиля общения, возможности личностной самореализации в школьной среде.

Как же нам, педагогам, не допустить того, чтобы произошли “поломки” в детском “механизме”, как помочь первоклассникам “вписаться” в школьную жизнь? Ответ очевиден: чтобы оказать своевременно реальную помощь первоклассникам в этот трудный кризисный адаптационный период, нам нужно знать причины возникновения этой “болезни”, ее симптомы, критерии, кризисные ситуации риска и пути предотвращения ее развития.

Когда в шестой раз я набрала первый класс (14 девочек и 11 мальчиков) решила провести исследование “Причины школьной дезадаптации первоклассников”. Трудности в подборе методик не испытывала, т.к. по образованию я не только учитель начальных классов но и психолог.

На первом этапе для определения показателей адаптации-дезадаптации посчитала целесообразно привлечь всех участников этапа адаптации: детей, родителей и учителя.

Учитель, в ходе наблюдения, заполняет опросник Ковалевой.

Дети выполняют проективный тест “Школа” автор Баркан.

Родители заполняют анкету для первоклассников, автор Ульянова.

Так “глазами” учителя, родителей детей, по результатам этих трех методик вывела средний показатель адаптации-дезадаптации. Группа адаптированных первоклассников составляет 15 человек 60%, а дезадаптированных-10 человек 40%.

Таблица 1.

Итоговые показатели адаптации-дезадаптации по результатам трех методик.

количество испытуемых	Методики												
	Тест “Школа” А.И.Баркан (выполняют дети)			Опросник Л.М.Ковалевой (заполняет учитель)			Анкета для родителей Т.П.Ульяновой			Средний уровень адаптации по трем методикам			
	отсутствие мотивации	положительное отношение к школе		адаптация	средняя степень адаптации	группа риска		адаптация	возможная дезадаптация	дезадаптация	высокий	средний	низкий
		низкая мотивация	высокая мотивация			А	Б						
25	16 ч 64%	7 ч 28%	2 ч 8%	14 ч 56%	5 ч 20%	4 ч 16%	2 ч 8%	14 ч 56%	6 ч 24%	5 ч 20%	15 ч 60%	5 ч 20%	5 ч 20%

На втором этапе я изучила характер и причины трудностей дезадаптированных первоклассников. Результаты исследования и анализ литературных источников позволил классифицировать все многообразие причин, способствующих возникновению школьной дезадаптации на две группы.

Так к природно-биологическим причинам школьной дезадаптации можно отнести:

- соматическую ослабленность ребенка;
- нейродинамические расстройства, связанные с психомоторной заторможенностью, с эмоциональной неустойчивостью (гипердинамический синдром, двигательная расторможенность);
- функциональные дефекты периферийных органов речи (дислексия, дисграфия);
- легкие когнитивные расстройства (минимальные мозговые дисфункции, астенический и церебрастенический синдромы).

Эти причины лежат в основе школьной дезадаптации, но школа их устранить не может, поэтому рассмотрим другую группу, социально-психологические причины:

- негативное воспитательное воздействие семьи, сопровождаемое недостатками подготовки к школе;
- особенности отношений со сверстниками;
- неадекватность самооценки;
- мотивационная незрелость;
- личностные качества (агрессивность, тревожность);
- неверный педагогический подход.

Проанализируем последнюю причину этой группы, т.к. в возникновении школьной дезадаптации первоклассников велика роль педагогического фактора. Сюда относим особенности организации школьного обучения, характер школьных программ, темп их освоения, а также влияние самого педагога на процесс социально-психологической адаптации ребенка к условиям школы. С одной стороны, считается, что ребенок рассматривает учителя как заместителя родителей, приходя в школу с теми же установками в поведении, которые он установил со своими родителями и пытается их реализовать, учитель же, сознательно или бессознательно, всегда

выступает против подобного переноса. Чаще всего это выражается в бессознательных эмоциональных реакциях педагога по отношению к ученику по типу его принятия или отторжения. С другой стороны, учитель бессознательно переносит переживания собственного детства на свои взаимоотношения с ребенком, и характер этих отношений находится в зависимости от степени эмоциональной зрелости самого учителя. Деадаптация ребенка в школе особенно проявляется в классах, где учителям присущи пассивно-отрицательный или активно-отрицательный стили отношения к детям. Однако не следует сводить проявления школьной деадаптации к проблеме “плохого” учителя. Ведь известно, например, что сензитивность ребят к школе не одинакова: компенсационные и психозащитные возможности детей очень велики и во многом зависят от внешкольных влияний на них, от семейной ситуации.

В работах педагогического характера большое значение придается и личности учителя, влиянию стиля преподавания на успешность обучения и эмоциональное состояние ребенка. От опыта учителя, его знаний, уровня владения способами учебной деятельности и умения передавать эти способы в значительной мере зависит то, насколько быстро ребенок сможет адаптироваться к школе. Не следует забывать, что на учителя лежит и ответственность за создание благоприятных условий для психологического комфорта ребенка. Здесь, безусловно, большую роль играет стиль поведения педагога.

А.К.Маркова выделяет индивидуальные стили деятельности учителя в зависимости от содержательных и формально-динамических характеристик. При этом под индивидуальным стилем деятельности учителя автор понимает устойчивое сочетание мотива деятельности, выражающегося преимущественной ориентации педагога на отдельные стороны учебно-воспитательного процесса; целей, проявляющихся в характере планирования деятельности, способов ее выполнения, приемов оценки результатов деятельности.

Эмоционально-импровизационный стиль, например, использует учитель, который ориентируется преимущественно на процесс обучения и на сильных учеников, планирует свою работу недостаточно адекватно конечным результатам, руководствуясь интуицией. Этот стиль отличается от предыдущего адекватностью планирования учебного процесса, высокой оперативностью, некоторым преобладанием интуитивности над рефлексивностью.

Рассуждающе-импровизированный стиль: для учителя характерны ориентация на процесс и результаты обучения, адекватное планирование учебно-воспитательного процесса, оперативность, сочетание интуитивности и рефлексии, он отличается от предыдущих стилей меньшей изобретательностью в варьировании методов обучения, а также предпочтением ответов учеников.

Рассуждающе-методичный стиль отличается консервативностью в использовании способов и средств педагогической деятельности при адекватном планировании учебного процесса, высокая методичность сочетается с малым, стандартным набором используемых методов обучения. Учитель должен помнить, что процесс адаптации ребенка во многом зависит от обстановки в классе, от того, насколько интересно, комфортно, безопасно чувствует себя ребенок во время уроков, в ситуациях взаимодействия с учителем и одноклассниками. [5]

В своей работе использую игровые психологические методики и психотехнические упражнения, этим стараюсь создать в классе атмосферу доброжелательности и конструктивного взаимодействия, позволяющую детям ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с

другом, подружиться. В процессе обучения ребенок постигает науку общения с другими детьми, знакомится с правилами поведения в школе, осознает необходимость следовать определенным нормам взаимоотношений со сверстниками и учителем. Дети учатся сдерживать свои импульсивные желания, агрессивность или излишнюю активность. В то же время учитель может объяснить им, как можно “выплеснуть” избыток энергии без вреда для окружающих и как отдыхать и полностью восстанавливать силы после учебной деятельности.

Но никакие новации, столь популярные в современной школе, не будут иметь успеха, если они не изменят самой позиции и роли учителя в процессе обучения, который остается в позиции “над” школьниками. В такой ситуации, когда личность ученика рассматривается лишь в одной плоскости обучаемого объекта (а не субъекта учебной деятельности), у детей возможны различного рода психологические отклонения. Главная задача преподавателя состоит в том, чтобы не стараться “переломить” поведение ребенка, а попытаться договориться с ним. Учителям, работающим с первоклассниками, могут предложить рекомендации, которые способствуют успешной адаптации к школе. [Приложение 2].

В связи с заметным ослаблением в настоящее время воспитательной функции семьи образовательное учреждение становится чуть ли не единственным институтом социализации личности ребенка. Поэтому в образовательном учреждении сегодня обязательно должен осуществляться комплекс мер, направленных на предупреждение и ограничение распространения причин школьной дезадаптации. Это должны быть, во-первых, психолого - педагогические меры по гармонизации образовательной среды. В частности, ранняя и последующая своевременная диагностика факторов риска, возникающих при обучении начиная уже с учреждений дошкольного образования. Во-вторых, это реабилитационные меры, в отношении детей, имеющих пограничные нервно-психические расстройства и асоциальные формы поведения. В третьих, это меры медицинской реабилитации, которые выполняют медицинские работники с участием специалистов поликлиники.

У себя в школе мы заботимся о том, чтобы система образования была адаптивной по отношению к каждому ребенку. Так очень продуктивной работой в нашей школе является работа психолого-педагогического консилиума. В нем участвуют воспитатели, учителя, школьный врач, психолог, социальный педагог.

Также мы создали центр по подготовке детей к школе, где работаем не только с детьми, но и оказываем консультативно- методическую помощь родителям. Работая в таком центре мы видим что дезадаптация – это не только школьное явление, а как правило, это дошкольная дезадаптация и дезадаптация родителей.

Подводя краткий итог, хочется отметить, что последствия школьной дезадаптации чреваты в первую очередь для развития общества, т.к заметно увеличивается количество патологических форм дезадаптации. Очевидно, что данная проблема насущна, но она не решится сама собой до тех пор, пока и структура власти, и общественность, и специалисты, отвечающие за воспитание, развитие, обучение, здоровье не осознают необходимости совместных усилий для решения этой проблемы.

По мнению учителей, для первоклассников наиболее сложный этап адаптации к обучению – начальный, а через неделю-две ребенок "уже должен приспособиться", привыкнуть к школе.

Однако начало обучения – это не только новые контакты, отношения, обязанности, новый статус ученика, но и принципиально новые условия деятельности, большие физические (и прежде всего статические), эмоциональные и умственные нагрузки. И чтобы освоиться в школе по-настоящему, ребенку необходимы не неделя, не две. Это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

В данной статье мы подробно остановимся на сложностях социально-психологической и физиологической адаптации.

Особенности социально-психологической адаптации детей к школе

Наиболее сложный период психологической и физиологической адаптации первоклассников продолжается 4–6, а у ослабленных – до 8 недель (с 1 сентября по 15 октября). Наблюдение за первоклассниками показало, что их социально-психологическая адаптация к школе проходит по-разному.

Условно по степени адаптации всех детей можно разделить на три группы.

Первая группа детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. За тот же период проходит и наиболее острая физиологическая адаптация. Эти дети относительно быстро осваиваются в новом коллективе, находят друзей, у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, приветливы, хорошо общаются со сверстниками, с желанием и без видимого напряжения выполняют школьные обязанности. Иногда у них отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, т. к. им еще трудно выполнять все правила поведения; хочется побегать на перемене или поговорить с товарищем, не дожидаясь звонка, но к концу октября трудности, как правило, нивелируются – ребенок становится учеником.

Основные показатели благоприятной социально-психологической адаптации ребенка:

- формирование адекватного поведения;
- установление контактов с обучающимися и учителем;
- овладение навыками учебной деятельности.

Вторая группа детей проходит более длительную адаптацию, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, одноклассниками – они могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируют на замечания учителя или их реакция – слезы, обиды. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полугодия реакции этих учеников становятся адекватными требованиям школы и учителя.

Третья группа – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями: отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Часто они не осваивают учебную программу, для них характерны трудности в обучении письму, чтению, счету и т. п. Именно на таких детей жалуются учителя, одноклассники, родители: они нередко "трепают детей", "мешают работать на уроке", их реакции непредсказуемы. Проблемы, накапливаясь, становятся комплексными.

Но за одинаковым внешним проявлением негативных форм поведения могут крыться разные причины. Адаптация затруднена и у детей, нуждающихся в специальном лечении, и у детей с нарушениями психоневрологической сферы, и у тех, кто вырос в неблагоприятных социальных условиях. Причиной нарушения социально-психологической адаптации могут стать

учебные проблемы, ситуация постоянной неудачи, неадекватные требования педагога и родителей. Причем, недовольство взрослых, упреки, наказания только ухудшают ситуацию.

Нарушения социально-психологической адаптации отмечаются и у детей, не справляющихся с дополнительными нагрузками, и связаны они с постоянным действием стресса, ограничения времени. "Перегруженные" дети не только работают в несвойственном им очень быстром темпе, но и постоянно испытывают страх "не успеть" и в результате – "жертвуют" качеством любой работы.

Так или иначе, плохое поведение – сигнал тревоги, повод внимательно понаблюдать за учеником и вместе с родителями разобраться в причинах трудностей адаптации к школе.

Такие школьники часто становятся "отверженными". Это в свою очередь рождает реакцию протеста: они "задирают" детей на переменах, кричат, плохо ведут себя на уроке, стараясь выделиться. Если вовремя не разобраться в причинах такого поведения, не скорректировать затруднения адаптации, – это может привести к срыву адаптации и нарушению психического здоровья.

Эмоциональная поддержка ребенка в период адаптации со стороны учителя

Если "плохое поведение" очень беспокоит учителя и родителей, стоит обратиться к врачу.

Многие первоклассники не только не осознают специфическую позицию учителя, но и свое положение ученика. Им трудно понять условность отношений педагога и школьника, ребенок может сказать учителю в ответ на его замечание: "Я не хочу здесь учиться, мне с вами не интересно". Отстоять свое "Я" педагогу бывает довольно трудно. Приказывать бесполезно, ведь нужно завоевать доверие и уважение ребенка, поэтому от учителя требуются терпение и доброжелательность. Можно "серьезно, по-взрослому" объяснить правила поведения или посетовать на огорчение, которое ребенок доставляет своим поведением, но обязательное правило – делать это наедине, не ставить ребенка в неловкое положение и перед взрослыми, и перед сверстниками, требуя немедленного "больше не буду".

Особого внимания требуют дети, которые до школы воспитывались дома: их общение с "чужими" взрослыми, скорее всего, было ограничено, а мама и бабушка были чересчур снисходительны. В школе такие дети тоже пытаются капризничать, настаивать на своем, а когда встречают отпор (пусть самый доброжелательный и корректный), то чаще всего отказываются учиться вообще. Они могут в раздражении швырнуть книги и тетради, расплакаться, а дома будут жаловаться – "учительница не любит". К сожалению, такие жалобы приводят к осуждению действий учителя и серьезным конфликтам.

Учителю не стоит обвинять родителей в плохом воспитании и корить ребенка за неумение работать с другими детьми. Требуются большое терпение и такт, т. к. ребенок должен научиться новым для него вариантам взаимодействия, и необходимо длительное время, чтобы малыш понял, что он не "лучше всех", что его умения или большие знания о чем-то – не повод для пренебрежительного отношения к одноклассникам, что учитель должен обращать внимание не только на него и т. п.

Нужно постараться не только объяснить, но и показать ребенку, что "Маша пока не умеет писать, но она хорошо танцует", "Коля плохо читает, но он добрый и очень много знает о животных" и т. д.

Хорошо бы найти общее дело для такого ребенка и его одноклассников. Это позволяет сплотить и сдружить детей.

Успешность адаптации ребенка к школе во многом зависит от эмоциональной поддержки со стороны учителя и родителей и положительной оценки его стараний (даже если успех невелик). Ребенок должен чувствовать интерес одноклассников, каждому малышу хочется завоевать авторитет и доверие ребят. Положительные эмоции, которые ребенок испытывает при общении со сверстниками, во многом формируют его поведение, облегчают привыкание к школе. И здесь чрезвычайно велика роль учителя, ведь дети смотрят друг на друга глазами взрослых, а в школе чаще всего глазами учителя. Отношение учителя к ребенку определяет и отношение к нему его одноклассников.

Важность отсутствия отметок в период адаптации детей к школе

На начальном этапе обучения учитель не должен использовать отметки для оценки успехов ребенка, его знаний и поведения. Плохие отметки могут стать психотравмирующей ситуацией, затрудняющей адаптацию ребенка к школе. Но на практике учителю трудно отказаться от этого наглядного способа оценки, поэтому вместо традиционной отметки используются рисунки, флажки, звездочки и другие символы, дифференцирующие успехи так же, как пятерки, четверки и тройки.

Официальное отсутствие отметки не исключает зависимости ребенка от любого такого знака, фактически оценивающего его деятельность, приносящего ему радость или огорчение. Поэтому ситуация тревожности, непосредственно связанная с отметкой, все равно сохраняется.

Школа, октябрь, раздевалка, малыш шнурует ботинки и горько плачет, рукавом вытирая слезы. На вопрос мамы: "Что же ты так горько плачешь, что случилось?" – отвечает: "Все плохо, все плохо, у всех цветочки и бабочки, а у меня зеленая лягушка".

От негативного отношения учителя ребенок страдает втрое: и учитель относится к нему "плохо", и родители недовольны, и так же относятся к нему дети. Поэтому в школе (особенно на этапе адаптации) лучше избегать отрицательных оценок поведения ребенка и его учебных неудач.

Не исключено, что учитель не вкладывал негативный смысл в штампик "зеленая лягушка", но дети очень чутко реагируют на отношение учителя и сравнивают себя с одноклассниками. Возможно, что сам себя ребенок оценил строже, чем учитель, но это только подчеркивает, как важно объяснить ребенку, почему он получил именно такую оценку. Кроме того, с первых дней обучения ученик понимает зависимость своего положения в классе от отметки, превращает ее в предмет стремления и желания. Но часто объективные причины (недостаточная готовность к школе, слабое здоровье, плохая моторика, дефекты речевого развития) не позволяют достигнуть желаемого результата. Это травмирует психику ребенка, порождает комплекс неполноценности.

Поэтому, оценивая успехи, не надо сравнивать ребенка с другими детьми, подчеркивать, что кто-то выполняет задание лучше, особенно если видно, что учащийся прилагает много усилий. В этих ситуациях необходимо подбодрить ребенка, не скупясь на похвалу.

Отношение учителей к "непослушанию" детей в период адаптации

Непослушание как трудность обучения отмечают многие учителя начальных классов. Конечно, и в школе, и дома любят детей спокойных, не доставляющих хлопот. Воспитание послушания, а вернее беспрекословного подчинения, особенно активно начинается с первых дней обучения в школе.

"Послушный – хороший, непослушный – плохой" – вот достаточно жесткие критерии педагогической оценки. Конечно, школа может определять правила поведения детей, но важно не пренебрегать при этом их интересами. Нельзя считать беспрекословное подчинение неременным условием некая возбудимость, повышенное двигательное беспокойство и другие проявления эмоциональной неустойчивости – явления вполне объяснимые. Кроме того, у детей 6–7 лет недостаточно сформированы механизмы произвольной регуляции деятельности и им сложно "властвовать собой".

Особенности физиологической адаптации детей к школе

Исследования, проведенные в Институте возрастной физиологии РАО, показали, что процесс физиологической адаптации ребенка к школе можно разделить на три основных периода:

ориентировочный, когда в ответ на комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения, практически все системы организма отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта "физиологическая буря" длится 2–3 недели;

неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит оптимальные или близкие к оптимальным варианты реакций на эти воздействия;

период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем. При этом не важно, какая это нагрузка: умственная, статическая (которую испытывает организм при вынужденной сидячей позе) или психологическая (общение в большом и разнородном коллективе).

Драматизирование школьных неудач, чрезмерные требования и моральное давление, как правило, оборачиваются неуравновешенностью ребенка, страхом несостоятельности, тревожным предчувствием новых неудач. Все это осложняет и без того непростую адаптацию ребенка к школе.

Продолжительность всех трех периодов адаптации – 5–6 недель, период относительно устойчивого приспособления длится до 10–15 октября, а наиболее сложными являются 1–4-я недели обучения (первый и второй периоды).

Чем же характеризуются эти первые недели обучения? Прежде всего, низкой и неустойчивой работоспособностью, очень высоким уровнем напряжения всех систем организма. Если не компенсировать нагрузки отдыхом – последует утомление, переутомление и даже срыв здоровья.

На протяжении периода адаптации состояние, поведение и работоспособность детей неустойчивы. Почти у всех учащихся наблюдается двигательное возбуждение или, наоборот, заторможенность, вялость, жалобы на усталость, потеря аппетита. Дети с трудом включаются в работу, быстро отвлекаются.

Факторы, определяющие успешность адаптации детей к школе

Выделим факторы, влияющие на успешность адаптации детей к школе, которые учителю необходимо учитывать.

Готовность ребенка к началу систематического обучения. Развитие отдельных органов и систем организма ребенка должно достичь такого уровня, чтобы адекватно реагировать на воздействия внешней среды. В противном случае процесс адаптации затягивается, идет с большим напряжением, т. к. дети, функционально не готовые к обучению, имеют более низкий уровень работоспособности. У трети "неготовых" детей уже в начале года отмечаются: неудовлетворительная реакция на нагрузку сердечно-сосудистой системы, потеря массы тела; они часто болеют и пропускают занятия, а значит, еще больше отстают от сверстников.

Основные причины нарушения (срыва) адаптации:

- неадекватность требований педагога, родителей;
- стресс ограничения времени;
- перегрузки (эмоциональные, интеллектуальные и физические);
- несоответствие программ, методик, технологий возрастным и индивидуальным возможностям;
- нарушение режима и организации учебных и внеучебных занятий;
- нарушения психического и физического здоровья;
- психологическая и функциональная неготовность к условиям и требованиям процесса обучения.

Возраст начала систематического обучения. Адаптация 6-летних детей к школе длится дольше – у них наблюдаются повышенное напряжение всех систем организма, более низкая и неустойчивая работоспособность.

Год, отделяющий 6-летнего ребенка от 7-летнего, очень важен для физического, функционального и психического развития. По мнению психологов, именно в это время формируются многие психологические новообразования: механизмы регуляции поведения, ориентация на социальные нормы и требования, самооценка и т. п. Интенсивно созревает кора головного мозга, развиваются все познавательные функции (прежде всего, организации и произвольной регуляции деятельности). Вот почему многие исследователи считают более оптимальным для поступления в школу возраст не 6 (до 1 сентября), а 6,5–7 лет.

Состояние здоровья ребенка – один из основных факторов, влияющих не только на длительность и успешность адаптации к школе, но и на весь процесс дальнейшего обучения. Легче всего адаптируются здоровые дети, намного тяжелее – часто болеющие дети и дети с хроническими заболеваниями в компенсированном состоянии. У большей части из них в начале школьного обучения отмечается ухудшение состояния здоровья, сопровождающееся возникновением нервно-психических отклонений.

Готовность к обучению и состояние здоровья ребенка – те факторы, которые невозможно быстро изменить. Однако можно существенно облегчить адаптацию к школе всех детей, особенно "неготовых" и ослабленных, и это во многом зависит от учителя и родителей. Для этого необходимо, чтобы режим и условия организации учебных занятий, учебная и внеучебная

нагрузка, методы преподавания, содержание и насыщенность учебных программ соответствовали возрастным возможностям детей.

Также необходимо, чтобы педагог знал и учитывал в своей работе функциональные особенности организма школьника на протяжении каждого урока, учебного дня, недели и учебного года, выстраивая образовательный процесс так, чтобы можно было варьировать интенсивность нагрузки и наиболее сложный материал давать в период, когда у детей больше сил.

Выделим этапы социально-психологической и физиологической адаптации и основные проблемы в поведении и деятельности детей (таблица).

Этапы и проявления социально-психологической и физиологической адаптации

Вид адаптации	Этапы адаптации	Основные проблемы в поведении и деятельности ребенка
Социально-психологическая адаптация	1-я группа – 1–2 месяца (56% первоклассников)	Трудности выполнения правил поведения, сложности в контактах со сверстниками и с педагогом, неадекватная оценка ситуации, трудности организации учебной деятельности, снижение учебной мотивации, повышенная тревожность
	2-я группа – 3–4 месяца (30%)	
	3-я группа – не адаптируются (14%)	
Физиологическая адаптация	Этап 1 – "физиологическая буря" – 2–3 недели	Низкий уровень работоспособности, неустойчивость работоспособности, высокое функциональное напряжение, повышенная утомляемость, сложность концентрации внимания, низкий произвольный контроль деятельности, сложности в реализации познавательных функций (восприятия, внимания, памяти, мышления и т. п.), обострение хронических заболеваний, снижение сопротивляемости организма, появление невротических расстройств
	Этап 2 – неустойчивое приспособление – 2–3 недели	
	Этап 3 – относительно устойчивое приспособление (адаптация) – 1–2 недели	

Эти проблемы у некоторых детей с трудностями адаптации могут отмечаться с первых дней обучения, у других могут проявиться позже, а у части детей – на самом сложном этапе – в середине третьей четверти (в феврале).

Следующим этапом нарастающего утомления и сниженной работоспособности является конец второй четверти – примерно с 20 декабря. Многие дети, даже не имевшие серьезных школьных проблем в начале года, перестают справляться с заданиями, которые раньше для них не представляли труда, становятся рассеянными, невнимательными. Родители жалуются, что ребенок нервничает, капризничает, долго не засыпает, тревожно спит. Все это свидетельствует о нарушении нервно-психического здоровья детей.

Еще один непростой период в течение первого учебного года – середина третьей четверти. В это время также обостряются все школьные трудности. Не случайно в феврале для первоклассников организуются дополнительные каникулы. В этот период учебного года необходимо снизить учебную нагрузку, не давать новый и сложный материал, а "остановиться и оглянуться", увидеть те пробелы в знаниях, которые необходимо восполнить. Спокойный режим и щадящие нагрузки помогают преодолеть этот сложный период.

Итак, мы убеждаемся, что весь первый год обучения фактически проходит под эгидой адаптации, это год сложный и напряженный для каждого ребенка. Для тех же, у кого есть школьные проблемы, он труден вдвойне.

Причины и проявления дезадаптации первоклассников

Выделим причины и проявления дезадаптации (нарушения или срывы адаптации).

Можно подразумевать под дезадаптацией только выраженные проблемы, не позволяющие ребенку учиться. Но мы склонны считать дезадаптацией возникновение любых трудностей (ухудшение физического и психического здоровья, проблемы социально-психологической адаптации, трудности обучения письму, чтению, счету и т. п.), поскольку адаптация – системный процесс, и одна проблема обычно влечет за собой новые. Порой они незаметны или просто учителя и родители не умеют их видеть.

Несформированность зрительно-моторных координаций может проявиться в виде трудностей обучения письму, особенно если используется метод механического копирования. Первый этап обучения может пройти относительно спокойно, а проблемы появятся во втором полугодии, когда нужно будет списывать текст (задание) из учебника, как правило, написанного печатным шрифтом, что требует "перекодировки" в письменный (курсивный) шрифт, увеличится интенсивность работы, трудности станут явными.

Наиболее типичные проявления дезадаптации:

1. Неврозоподобные расстройства:

- нарушение сна;
- нарушение аппетита;
- неадекватные реакции;
- жалобы на усталость, головную боль, тошноту и т. п.;
- страхи, навязчивые движения (подергивание век, мышц лица, шеи, покашливание, обкусывание ногтей и т. п.);
- нарушение темпа речи (запинки).

2. Неврозы, невротические расстройства (энурез, заикание, неврозы навязчивых состояний и т. п.).

3. Астенические состояния (снижение массы тела, бледность, синяки под глазами, неустойчивая, очень низкая работоспособность, повышенная утомляемость и т. п.).

4. Снижение сопротивляемости организма (частая заболеваемость).

5. Снижение учебной мотивации.

6. Снижение самооценки, повышенная тревожность, эмоциональное напряжение.

Любой фактор риска (а особенно сочетание факторов) в социальном, личностном, психофизиологическом развитии ребенка при неблагоприятных условиях обучения или неадекватных требованиях учителя и родителей может привести к нарушению адаптации (т. е. дезадаптации). Нужно помнить об этом и прилагать все усилия, чтобы адаптация первоклассника к обучению прошла успешно.