

*Автор:***Шевченко Наталья Андреевна**

магистрант

ФГБОУ ВО «Воронежский государственный университет»

педагог-психолог

МБОУ лицей №4

г. Воронеж, Воронежская область

К ВОПРОСУ О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

***Аннотация:** в данной статье автор раскрывает такие понятия, как «адаптация» и «адаптационный процесс». Особое внимание уделяется роли адаптационного процесса первоклассника к обучению в школе с учетом возрастных особенностей младшего школьного возраста.*

***Ключевые слова:** адаптация, психическое здоровье, процесс адаптации, сфера жизни, психофизиологические функции, адаптационный процесс.*

В настоящий момент вопрос о психологической адаптации первоклассников к обучению в школе является особенно актуальным. Данная актуальность продиктована рядом аспектов. Во-первых, многообразием форм учебных заведений, таких как школа, лицей, гимназия, которые имеют ряд особенностей в организации процесса обучения, различия в количестве и глубине изучения предметов, а также в количестве необходимого времени для выполнения домашних заданий и реализации учебных проектов. Во-вторых, многие дети к моменту зачисления в школу не являются подготовленными к учебе в первом классе, не могут воспринимать и выполнять задания учителя, не способны наладить коммуникацию с одноклассниками, имеют трудности в волевой саморегуляции и т. д. На данный момент подготовка детей к обучению в школе по большей части ложится на родительские плечи, возможно именно по этой причине многие первоклассники идут в школу, не имея необходимых знаний и навыков и сталкиваются с серьезными трудностями в начале обучения.

Одной из главных задач в системе образования является сохранение физического и психического здоровья подрастающего поколения. Именно поэтому изучение адаптации является необходимым и актуальным.

Исследованиями адаптации детей к обучению в школе занимались такие авторы как: А.И. Алексеев, И.В. Дубровина, М.И. Лисина, Ю.Г. Пилипийченко; возрастных особенностей А.Я. Варга, А.И. Захаров, О.Н. Усанова, Л.Г. Матвеева.

В самом распространенном своем значении школьная адаптация понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности и т. д. Однако, адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию [1]. При этом важно, чтобы это приспособление произошло без внутренних потерь, ухудшения настроения, самочувствия, снижения самооценки.

Процесс адаптации ребенка к обучению в школе имеет непосредственную связь с особенностями возрастного этапа. Младший школьный возраст – особый период в развитии человека, который обуславливается важным внешним событием в жизни ребенка – поступление в первый класс. В последние годы родители все чаще приводят детей в школу в шестилетнем возрасте соответственно границы младшего школьного возраста, совпадающие с периодом обучения в начальной школе, устанавливаются в настоящее время с 6–7 до 9–10 лет [2].

Особенности возрастного этапа 6–7 лет проявляются в кардинальных изменениях во всех сферах жизни ребенка, начиная от совершенствования психофизиологических функций и заканчивая возникновением сложных личностных новообразований.

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения меняет весь его образ жизни первоклассника кардинальным образом. Свойственные дошкольникам беззаботность, увлеченность игрой сменяются жизнью, наполненной требованиями, обязанностями и

ограничениями: первоклассник обязан каждый день ходить в школу, систематически усердно трудиться, соблюдать режим дня и отдыха, соблюдать разнообразные нормы и правила классного коллектива в частности и учебного заведения в целом, выполнять требования учителя, заниматься на уроке тем, что определено школьной программой [3].

Исходя из всего вышесказанного, характеристика первоклассника имеет следующие особенности: импульсивность, склонность незамедлительно действовать, не подумав, не взвесив всех обстоятельств (причина – возрастная слабость волевой регуляции поведения); волевая саморегуляция развита слабо, школьник 6–8 лет еще не умеет длительно преследовать намеченную цель, упорно преодолевать трудности.

Мы приходим к пониманию того, что младший школьный возраст является сензитивным для: формирования мотивов учения, развития устойчивых познавательных потребностей и интересов; развития продуктивных приёмов и навыков учебной работы, умения учиться; раскрытия индивидуальных особенностей и способностей; развития навыков самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции; становление адекватной самооценки, развития критичности по отношению к себе и окружающим; усвоение социальных норм, нравственного развития; развития навыков общения со сверстниками, установление прочных дружеских контактов. Все это в свою очередь является неотъемлемой частью, как адаптационного процесса первоклассника, так и процесса обучения в целом.

Список литературы

1. Битянова М.Р. Адаптация ребенка в школе: диагностика, коррекция, педагогическая поддержка: Сб. метод. мат. для админ., педагогов и шк. психол. / М.Р. Битянова. – М.: Образоват. центр «Педагогический поиск», 1997. – 112 с.
2. Мухина В.С. Детская психология / В.С. Мухина. – М.: Апрель Пресс, 2000. – 97 с.
3. Обухова Л.В. Возрастная психология / Л.В. Обухова. – М.: Юрайт, 2011. – 162 с.