

Консбаева Алтын Маратовна

учитель-дефектолог

ГКСУСО АО «Разночиновский детский дом-интернат

для умственно-отсталых детей»

с. Разночиновка, Астраханская область

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ И ФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ

К ШКОЛЕ В УСЛОВИЯХ ФГОС:

ПОЗИЦИЯ УЧИТЕЛЯ-ДЕФЕКТОЛОГА

Аннотация: автор описывает психологическую и физиологическую адаптацию ребенка к школе. В статье представлены условия возникновения необходимости психологической адаптации ребенка к школе и этапы физиологической адаптации.

Ключевые слова: психологическая и физиологическая адаптация, условия психологической адаптации, этапы физиологической адаптации.

Период адаптации ребенка к школе может длиться от 2–3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальные особенности ребенка, характер взаимоотношений с окружающими, тип учебного заведения (а значит, и уровень сложности образовательной программы) и степень подготовленности ребенка к школьной жизни. Немаловажным фактором является и поддержка взрослых – мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Рассмотрим более подробно психологическую и физиологическую адаптацию ребенка к школе.

Выделяют условия возникновения необходимости психологической адаптации ребенка к школе: во-первых, меняется социальная позиция ребенка – из дошкольника он превращается в ученика. У него появляются новые и сложные обязанности: делать уроки, приходить вовремя в школу, быть внимательным на уроках, дисциплинированным и т. п. По существу, впервые в своей жизни ребенок становится членом общества со своими обязанностями и социально-

общественным долгом. Учитель выступает представителем общества: он задает требования и нормы, ориентирует ребенка в том, как ему следует себя вести, что и как делать. Во-вторых, у ребенка происходит смена ведущей деятельности. До начала обучения в школе дети с ЗПР заняты игрой. С приходом в школу они начинают овладевать учебной деятельностью. Основное психологическое различие игровой и учебной деятельности состоит в том, что игровая деятельность является свободной, а учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребенка. Следует отметить так же и то, что собственно переход ребенка от игровой деятельности к учебной осуществляется не по его воле, а как бы «навязан» ему сверху. В-третьих, важным фактором психологической адаптации ребенка к школе выступает его социальное окружение. От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Успешность адаптации ребенка к школе зависит еще и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников. Активный и инициативный ребенок становится лидером, начинает хорошо учиться, тихий и податливый ученик превращается в ведомого или аутсайдера, учится нехотя или непосредственно. В-четвертых, одной из острых проблем выступает проблема сдерживания двигательной активности инициативного ребенка и, наоборот, активизация вялых и пассивных детей.

Процесс физиологической адаптации ребенка к школе можно разделить на несколько этапов, или периодов, каждый из которых имеет свои особенности и характеризуется различной степенью напряжения функциональных систем организма.

Этапы (фазы) физиологической адаптации: первый этап – ориентировочный, когда в ответ на весь комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения, отвечают бурной реакцией и значительным напряжением практически все системы организма. Эта «физиологическая буря» длится достаточно долго (от трех недель до двух месяцев). Второй этап – неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на эти воздействия. На

первом этапе ни о какой экономии ресурсов организма говорить не приходится: организм тратит все, что есть, а иногда и «в долг берет»; поэтому учителю так важно помнить, какую высокую «цену» платит организм каждого ребенка в этот период. На втором этапе эта «цена» снижается, «буря» начинает затихать. Третий этап – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех систем. Какую бы работу ни выполнял школьник, будь то умственная работа по усвоению новых знаний, статическая нагрузка, которую испытывает организм при вынужденной «сидячей» позе, или психологическая нагрузка общения в большом и разнородном коллективе, организм, вернее, каждая из его систем, должен отреагировать своим напряжением, своей работой. На этом этапе обучения нельзя чрезмерно интенсифицировать учебную работу, почему дети так быстро устают и трудно удержать их внимание.

О степени адаптации ребенка к школе судят по показателям или параметрам адаптации: отклоняющееся поведение, тревожная застенчивость, проблемы в учебе, измерение показателей учебной деятельности, как правило, осуществляют по трем параметрам: самооценка ребенка, оценка ребенка учителем, объективные показатели учебной успеваемости.

Список литературы

1. Александровская Э.М. Социально-психологические критерии адаптации к школе / Э.М. Александровская // Школа и психическое здоровье учащихся. – М., 1988.
2. Дорожевец Т.В. Диагностика школьной дезадаптации / Т.В. Дорожевец. – Витебск, 1995.
3. Психокоррекционная и развивающая работа с детьми / под ред. И.В. Дубровиной. – М.: Академия, 1998.