

Салмина Наталия Николаевна

учитель

Лобачёва Любовь Ивановна

учитель

МБОУ «СОШ №13»

г. Новочебоксарск, Чувашская Республика

ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В СОВРЕМЕННОЙ ШКОЛЕ

***Аннотация:** в статье рассматриваются основные проблемы, с которыми сталкиваются первоклассники в первые месяцы обучения в школе. Освещаются психологические, социальные и педагогические аспекты процесса обучения. Анализируются факторы, влияющие на успешность адаптации, и предлагаются рекомендации для учителей и родителей. Статья будет полезна педагогам, родителям обучающихся и всем, кто интересуется вопросами адаптации детей к школьной жизни.*

***Ключевые слова:** адаптация, трудности, обучение, психологический комфорт, социализация, стресс, педагогическая помощь, психологическая поддержка.*

Начало учёбы в школе – важный и волнительный этап в жизни каждого ребёнка. Первоклассники сталкиваются с множеством новых требований, правил и обязанностей, которые могут стать причиной стресса и трудностей в адаптации. В этой статье мы рассмотрим основные проблемы, с которыми могут столкнуться дети при переходе из дошкольного учреждения в школьную жизнь, и предложим некоторые способы их решения.

Основные трудности адаптации.

1. Изменение режима дня.

Дошкольники обычно имеют более свободный график, а в школе дети должны следовать строгому расписанию уроков, перемен и дополнительных занятий. Это может привести к усталости и нарушению сна.

2. Новые социальные контакты.

В детском саду дети общаются в небольшом коллективе, а в школе им приходится взаимодействовать с большим количеством сверстников и учителей. Это может вызвать трудности в формировании дружеских отношений.

3. Увеличение учебной нагрузки.

В школе дети сталкиваются с необходимостью усваивать большой объём информации, выполнять домашние задания и участвовать в различных школьных мероприятиях. Это может стать причиной перегрузки и снижения успеваемости.

4. Необходимость соблюдения дисциплины.

В школе действуют строгие правила поведения, которые дети должны соблюдать. Нарушение этих правил может привести к негативным последствиям, таким как замечания или даже наказание.

5. Сложность восприятия учебного материала.

Некоторые дети могут испытывать трудности с пониманием учебного материала из-за возрастных особенностей или индивидуальных особенностей восприятия. Это может вызвать чувство неуверенности и снизить мотивацию к учёбе.

Способы решения проблем.

Для успешной адаптации первоклассников в школе необходимо учитывать их возрастные и психологические особенности. Вот несколько способов, которые могут помочь детям преодолеть трудности.

Индивидуальный подход.

Учителя должны учитывать индивидуальные особенности каждого ребёнка и адаптировать учебный материал и методы обучения под его потребности.

Поддержка со стороны родителей.

Родители играют важную роль в адаптации ребёнка к школе. Они должны помогать детям с выполнением домашних заданий, поддерживать их в трудные моменты и поощрять успехи.

Создание благоприятной атмосферы в классе.

Учителя должны работать над созданием в классе атмосферы взаимопонимания и поддержки, чтобы дети чувствовали себя комфортно и уверенно.

Организация дополнительных занятий и консультаций.

В некоторых случаях детям может потребоваться дополнительная помощь в освоении учебного материала. Учителя или психологи могут организовать дополнительные занятия или консультации для таких детей.

Проведение адаптационных мероприятий.

В начале учебного года можно провести специальные мероприятия, направленные на знакомство детей друг с другом и с учителями, что поможет им быстрее адаптироваться к новой среде.

Адаптация первоклассников – это сложный процесс, который требует внимания и усилий со стороны всех участников образовательного процесса. Только совместными усилиями учителей, родителей и психологов можно помочь детям успешно адаптироваться к школьной жизни и раскрыть свой потенциал.

Рекомендации родителям в адаптационный период первоклассника.

1. Создайте режим дня. Помогите ребёнку привыкнуть к распорядку дня, включая время для учёбы, отдыха, сна и еды. Это поможет ему лучше организовать своё время и избежать стресса.

2. Поддерживайте позитивный настрой. Поощряйте ребёнка, хвалите его за успехи и помогайте справляться с трудностями. Это укрепит его уверенность в себе и мотивацию учиться.

3. Будьте терпеливы. Адаптация к школе может быть сложным процессом. Учитывайте индивидуальные особенности ребёнка и его темп обучения. Не торопите и не ругайте за неудачи.

4. Обсуждайте школьные дела. Интересуйтесь учёбой ребёнка, спрашивайте о том, как прошёл день, что нового узнал. Это покажет вашу заинтересованность и поможет ребёнку лучше усваивать материал.

5. Обеспечьте комфортные условия для учёбы. Подготовьте удобное рабочее место для ребёнка, где он сможет сосредоточиться на занятиях. Устраните отвлекающие факторы, например, выключите телевизор во время учёбы.

6. Поощряйте самостоятельность. Постепенно приучайте ребёнка к выполнению домашних заданий самостоятельно, но будьте готовы прийти на помощь, если это необходимо. Это поможет развить навыки самоорганизации.

7. Знакомьте с правилами поведения. Объясните ребёнку правила поведения в школе и дома, связанные с учёбой. Это поможет ему лучше адаптироваться к новым условиям и избежать конфликтов.

8. Организуйте режим питания и отдыха. Следите за тем, чтобы ребёнок правильно питался и высыпался. Это важно для его физического и психического здоровья.

9. Проводите время вместе. Уделяйте время для совместных занятий и игр, чтобы укрепить эмоциональную связь. Это поможет ребёнку чувствовать себя более уверенно и спокойно.

10. Обратитесь за помощью к специалистам. Если вы заметили, что ребёнок испытывает серьёзные трудности в адаптации, не стесняйтесь обратиться к школьному психологу или педагогу. Они могут предложить дополнительные ресурсы и поддержку.

Список литературы

1. Божович Л.И. Личность и её формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Просвещение, 1968.

2. Венгер А.Л. Психологическое обследование младших школьников / А.Л. Венгер, Г.А. Цукерман. – М.: Владос-Пресс, 2007. EDN QXRYUT

3. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Л.С. Выготский. – М.: Аст, 2010. EDN QXZMJJ

4. Ковалева Г.М. Психологическое сопровождение адаптации первоклассников в образовательной среде / Г.М. Ковалева, Е.Л. Солдатова // Ярославский педагогический вестник. – 2011. – №3.

5. Ковалёва Л.М. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников в школе / Л.М. Ковалёва, Н.Н. Тарасенко // Начальная школа. – 2006. – №7.

6. Нижегородцева Н.В. Психолого-педагогическая готовность ребёнка к школе / Н.В. Нижегородцева, В.Д. Шадриков. – М.: Владос, 2001.

7. Спицына О.А. Социально-психологическая адаптация первоклассников в школе / О.А. Спицына // Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2017. – №2.