

# Психологічна адаптація 1-х класів

- **Початок навчання в школі** – один з найбільш складних і відповідальних моментів в житті дітей як в соціально – психологічному, так і у фізіологічному плані. Проблема підготовки учнів до життя в новому соціально економічному і культурному просторі знаходить особливу актуальність в зв'язку виникаючими питаннями про ефективність початкового етапу навчання. Тому виникає питання, якою мірою здатна вступаюча до школи дитина вчитися без затруднень? Дитина, що не досягла необхідного рівня розвитку, не звикла до шкільного життя в період адаптації стикається в школі з масою труднощів і невдач, що може мати негативні наслідки.

**Початок навчання дитини в 1-му класі** – складний і відповідальний етап у її житті. Адже відбувається дуже багато змін. Це не тільки нові умови життя та діяльності – це й нові контакти, нові стосунки, нові обов'язки. Змінюється соціальна позиція: був просто дитиною, тепер став школярем. Змінюється соціальний інститут навчання і виховання: не садочок, батьки, бабуся, а школа, де навчальна діяльність стає провідною. Змінюється все життя дитини: все підпорядковується навчанню, школі, шкільним справам і турботам.

## Шкільна адаптація включає в себе!

**Біологічна адаптація** – це пристосування до нового режиму навчання й життя.

**Психологічна адаптація** – це входження до нової системи вимог, пов'язаних з навчальною діяльністю. Процес взаємодії особистості й середовища полягає в пошуку й використанні адекватних засобів і способів задоволення основних її потреб, до яких належать потреба в безпеці, фізіологічні потреби (у їжі, сні, відпочинку тощо), потреба в прийнятті та любові, у визнанні та повазі, у самовираженні, самоствердженні й у розвитку. Тим самим закладаються можливості для успішної соціальної адаптації й соціалізації дитини.

**Соціальна адаптація** – це процес входження до учнівського колективу. Соціальну адаптацію розглядають як завершальний, підсумковий етап адаптації в цілому, що забезпечує як фізіологічне і психологічне, так і соціальне благополуччя особистості. Першокласник повинен пристосуватись до вимог тих соціальних груп, що характерні для школи (учнівська група, вчителі, інші класи тощо).

## Ознаки адаптації дитини до школи:

1. Процес навчання викликає у першокласника позитивні емоції, він упевнений в собі і не відчуває страх.
2. Новоспечений учень справляється зі шкільною програмою.
3. Дитина проявляє самостійність при виконанні домашніх завдань і звертається за допомогою до мами або тата тільки після того, як самостійно спробувала його виконати.
4. Першокласник задоволений своїми стосунками з однокласниками і вчителем.

5. Оптимальний адаптаційний період складає один-два місяці. Залежно від різних чинників рівень адаптації дітей до нових умов може бути різним: високим, нормальним і низьким. Адаптація дитини до школи процес не односторонній: не тільки нові умови впливають на малюка, але і сам він намагається змінити соціально – психологічну ситуацію.

## **Рівні сформованості адаптації:**

**ДОСТАТНІЙ рівень** – учні позитивно ставляться до школи, вимоги вчителя сприймають адекватно, навчальний матеріал засвоюють легко, уважно слухають вказівки, пояснення вчителя, виконують доручення без зовнішнього контролю, виявляють великий інтерес до навчальної роботи, старанні, готуються до всіх уроків, займають в класі високе статусне становище.

**СЕРЕДНІЙ рівень адаптації** – учні позитивно ставляться до школи її відвідування не викликає негативних емоцій, розуміють навчальний матеріал, якщо вчитель пояснює його детально та наочно; засвоюють основний зміст навчальних програм; зосереджені і уважні при виконанні завдань, але при умові контролю з боку дорослих; зосереджені тільки тоді, коли займаються чимось цікавим; готуються до уроків та готують домашні завдання майже завжди; дружать з багатьма однокласниками.

**НИЗЬКИЙ рівень адаптації** – у цих дітей соціально-психологічна адаптація пов'язана із значними труднощами. Вони не засвоюють навчальну програму, у них відмічаються негативні форми поведінки, різкий прояв негативних емоцій. Учні байдуже ставляться до школи; новий матеріал засвоюють фрагментарно, знають по прізвищах і іменах не всіх однокласників.