

**Подготовка младших школьников  
к успешной адаптации  
в среднем звене обучения**

*Т.В. Кружилина*

Проблема адаптации ребенка к школе постоянно обсуждается в школьных педагогических коллективах, ей посвящено немало серьезных исследований.

Известно, что человек много раз испытывает на себе не всегда благоприятные воздействия адаптационного периода. Первый из них связан с первым годом жизни ребенка, второй – с овладением им разговорной речью, третий – с началом общения в организованном детском коллективе в условиях дошкольного образовательного учреждения. Далее ребенок входит в школьную жизнь, где трижды переживает подобные периоды: в 1-м, 5-м и 10-м классах. Следующими периодами адаптации можно назвать моменты вхождения молодого человека в студенческую среду,

рабочий коллектив, образование семьи и т.д.

Огромное количество работ, посвященных обозначенной проблеме, рассматривают явление как процесс, управляемый извне, т.е. не всегда осознанный самим адаптирующимся субъектом и не требующий от него активного самостоятельного участия. Во всяком случае, когда речь заходит о приспособленности младших школьников к школьной жизни и учению, дело обстоит именно так. Как правило, управление процессом адаптации первоклассников со стороны учителя осуществляется по одному вектору – **адаптации к учебной деятельности**, что характеризует далеко не все содержание школьной жизни ребенка. Сам ученик в процессе адаптации поставлен только в позицию объекта, по отношению к которому со стороны взрослых людей, окружающих его, осуществляются определенные действия. В результате в последующие критические периоды своей жизни ребенок чаще всего не проявляет адаптационной активности. Это, естественно, **увеличивает период адаптации и ее отрицательное влияние** на психику и соматическое здоровье ребенка.

Особенно бурно протекает адаптационный период в 5-м классе. Происходит снижение качества обучения в целом почти у всех детей, падает дисциплина, появляется нервозность в отношениях между детьми, вплоть до неадекватных выходок со стороны даже вполне благополучных детей. Тогда мы начинаем предпринимать серьезные меры по отношению к учащимся, обсуждаем их поведение на педсоветах, родительских собраниях, угрожаем, взываем к сознательности пятиклассников, приглашаем для беседы их учителя из начальной школы. Но все меры часто принимаются для проформы, потому что из опыта мы знаем, как это мало помогает делу. Пройдет определенное время, дети успокоятся, учителя-предметники привыкнут к ним, и все войдет в свою колею. Однако в некоторых классах буйное поведение учащихся, срывы уроков, потасовки продолжают в течение нескольких лет, по сути, до следующего адаптационного периода. В чем же дело? Винить в этом неблагоприятно прошедший предшествующий адаптационный период или переходный возраст?

Исследователями доказано, что процесс адаптации – серьезное испытание для растущего человека, важное звено развития личности, ведь ребенок переживает адаптацию в физиологическом плане, психологическом, социальном и педагогическом.

Под **социальной адаптацией** принято понимать процесс интеграции индивида в общество, а также результат этого процесса. Хотя социальная адаптация идет непрерывно, это понятие обычно связывается с периодами кардинальных изменений деятельности индивида и его окружения. Для того чтобы адаптироваться, необходимо прилагать специальные усилия, здесь не только среда воздействует на человека, но и сам человек меняет среду.

**Психологическая адаптация** также требует от человека умения приспособиться к существующим в обществе требованиям за счет присвое-

ния норм и ценностей данного общества. Психологическая адаптация способствует психическому здоровью личности, т.е. ее гармонии с собой и окружающим миром.

Для развития у детей адаптивных качеств необходимо создать атмосферу психологического комфорта и поддержки, положительный эмоциональный фон в отношениях независимо от достижений и оценок ребенка в учебной деятельности.

Факторы негативного воздействия школы на ребенка многообразны: неспособность ребенка справиться с учебной нагрузкой; враждебное отношение педагога; смена коллектива; неприятие со стороны одноклассников; несформированность учебной деятельности; наконец, состояние здоровья.

Весь период обучения в начальной школе должен стать временем подготовки к успешной адаптации в среднем звене, когда уже можно закладывает в сознание детей мысль, что многое в жизни зависит от их позиции, поведения, взаимоотношений с окружающими людьми (сверстниками и взрослыми).

Что мы здесь имеем в виду?

1. Прежде всего речь идет об интеллектуально-познавательной подготовленности выпускников начальной школы. Мы выделяем несколько уровней такой подготовленности.

Самый элементарный заключается в том, что ученик должен хорошо владеть программным материалом. Адаптационный период очень усложняется для тех учащихся, которые не защищены знаниями, умениями и навыками в пределах программы начальной школы. На их голову сыплются упреки в нерадивости, тупости, безграмотности. Какое нужно иметь здоровье, чтобы все это вынести!

Второй уровень подразумевает отношение ребенка к полученным знаниям: как он эти знания соотносит с самим собой, понимает ли он, зачем учиться, что ему нужно знать и уметь, чтобы быть успешным учеником. Это свидетельствует о сформированности

субъектной позиции ребенка в учебной деятельности.

И наконец, третий уровень предполагает сформированный у ребенка «образ Я ученика» – личностное новообразование, которое отражает уровень объективного, адекватного и реалистического представления человека о себе как об ученике. Данное новообразование, устойчивое и динамическое, является основой для становления качества, называемого «ученичество», и его сформированность есть гарантия того, что человек будет успешным учеником независимо от того, в каком возрасте берется за учение и какую цель преследует.

2. Важно, чтобы у ребенка была сформирована самостоятельность и готовность к самоорганизации, так как у него не будет теперь учителя-няньки, готового предупредить любой неверный шаг («Сверху отступите две клеточки»; «Помойте руки»; «Поздоровайтесь, дети» и т.д.). Чем раньше дети научатся быть самостоятельными, тем легче им будет учиться, т.е. учить себя. С первого дня пребывания ребенка в школе учитель начальных классов должен ставить перед собой задачу – развить у детей максимальный уровень самостоятельности.

3. Успешной адаптации человека к новой ситуации в любом возрасте способствует умение строить отношения с разными людьми, способность принимать их такими, какие они есть, понимать их, прощать, просить о помощи, вступать в полемику, отстаивать свою точку зрения и т.д.

Умение строить отношения с людьми является одним из факторов, способствующих успешной подготовке к адаптации младших школьников в среднем звене. Общение становится особой школой социальных отношений. Ребенок пока бессознательно открывает для себя существование различных стилей общения. Кроме того бессознательно он пробует эти стили, исходя из своих собственных волевых возможностей и определенной социальной смелости.

Неблагополучное положение в системе внутриклассного общения может сделать ребенка конфликтным. Ребенок, который мало общается со сверстниками и не принимается ими из-за неумения организовать общение или быть интересным окружающим, чувствует себя уязвленным, отвергнутым. Это может привести к резкому понижению самооценки, возрастанию робости, замкнутости. Такие дети боятся смотреть в глаза собеседнику, часто имеют привычку грызть ногти, непроизвольно подергивают головой, плечами, порой болезненно реагируют на слова окружающих. Необходимо помочь ребенку наладить отношения с окружающими, чтобы этот факт не стал тормозом на пути развития личности.

4. Важно также, чтобы в начальной школе был сформирован детский коллектив с отношениями взаимопомощи, поддержки, уважения и заботы друг о друге.

Положительный опыт общения в классе, с учителем, с родителями формирует умения младшего школьника, влияет на его открытость для общения с окружающим миром. Это в свою очередь является одной из предпосылок для успешной адаптации ученика в среднем звене.

В классе, где царят отношения взаимопонимания, взаимоуважения и заботы, дети сами не позволят одноклассникам вести себя вызывающе.

5. И наконец, дети к 5-му классу должны подойти с нормальным здоровьем, с крепкой нервной системой, с определенным запасом жизненных сил, развитой волевой сферой.

Таким образом, **младших школьников можно и нужно готовить к адаптации в среднем звене**, причем учащиеся с первых дней обучения в школе (как и их родители) должны быть посвящены в эту проблему, осознавать ее важность и принимать активное участие в формировании своих адаптивных качеств.

Мы выделяем высокий, средний и низкий уровни адаптации в зависимости от отношения ребенка к школе,

динамики и результата усвоения учебного материала, участия в общественной жизни и социального статуса в коллективе, от сформированности культуры отношения к своему здоровью.

Высокий уровень адаптации предполагает положительное отношение ребенка к школе и к учебной деятельности, адекватную реакцию на предъявляемые требования, глубокое, полное и сознательное усвоение учебного материала; самостоятельность в организации своего учебного труда и в познавательной деятельности; высокий уровень самоорганизации; сформированные коммуникативные умения, способность принимать людей такими, какие они есть, понимать их и приходить им на помощь; благоприятный социальный статус в коллективе, умение сотрудничать и сохранять индивидуальность; культуру отношения к своему здоровью и уровень здоровья, соответствующий генотипу ребенка.

При среднем уровне адаптации ребенок положительно относится в школе, ее посещение не вызывает у него отрицательных впечатлений, учебный материал он понимает и усваивает при подробном наглядном изложении, однако неудачи переживает эмоционально, обнаруживает признаки тревожности; может быть сосредоточенным и внимательным при внешнем контроле взрослого, самостоятельным – в случае полной уверенности в своем знании или умении, чувствует себя неуверенно в ситуациях, требующих принятия самостоятельного решения; коммуникативные умения в знакомой ситуации проявляет ярко, в незнакомой – неуверен и скован; его социальный статус в коллективе вполне благоприятен, но часто такой ребенок оказывается в ситуации ведомого, не всегда может проявить принципиальность и требовательность по отношению к нарушителям дисциплины; состояние его здоровья подвержено влиянию внешней среды, культура отношения к своему здоровью требует дальнейшего формирования.

При низком уровне адаптации у ребенка наблюдается отрицательное или индифферентное отношение к школе, доминирует подавленное настроение; ребенок усваивает учебный материал фрагментарно, проявляет неуверенность в знаниях и умениях; не может самостоятельно работать с учебником, не владеет навыками учебного труда, требует постоянного контроля со стороны взрослых, к урокам готовится нерегулярно; трудно устанавливает контакт с незнакомыми людьми, не пользуется уважением среди одноклассников, со взрослыми на контакт идет трудно, часто прибегает ко лжи; имеет довольно низкий статус в коллективе, неуживчив, драчлив, общественные поручения выполняет без особого желания, часто нарушает дисциплину, не имеет близких друзей; культура отношения к своему здоровью низкая, не стремится заниматься спортом, утренней зарядкой, в силу слабой воли, часто жалуется на нездоровье, работоспособность низкая, внимание и усидчивость слабые. Данные признаки являются показателями школьной дезадаптации.

### Литература

1. Агафонова И.Н. Психологическая готовность к школе в контексте проблемы адаптации // Начальная школа. – 1999. – № 1. – С. 23–26.
2. Неретин В.Ф. Формирование культуры отношения к своему здоровью у младших школьников в процессе физического воспитания: Дисс. ... канд. пед. наук. – Магнитогорск. – 2001.

*Тамара Васильевна Кружилина – доктор пед. наук, профессор кафедры педагогики начального и специального образования Магнитогорского государственного университета.*