

**УДК 159.9**

**І.М. Періг, канд. псих. наук, доц., О.В. Медвідь**

Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя, Україна

## **ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ ПЕРШОКЛАСНИКІВ ДО НАВЧАННЯ В ШКОЛІ**

**I.M. Perig, Ph.D., Assoc. Prof., O.V. Medvid**

### **THE PECULIARITIES OF ADAPTATION OF FIRST GRADERS TO THE SCHOOL**

Вступ дитини до школи – важлива подія у її житті. Діти по-різному переживають її залежно від психологічної готовності. Більшість дітей охоче йдуть до школи. Діти включаються в навчальну діяльність, яка стає провідною в їх житті. Перехід дітей на положення школярів зобов'язує їх вчасно вставати, приходити в школу, дотримуватись правил шкільного життя незалежно від того, хочеться чи не хочеться це робити, виконувати обов'язкові завдання, переборювати труднощі в роботі.

Надійна основа успішної організації навчально-виховного процесу – врахування психофізіологічних особливостей і закономірностей розвитку учнів першого класу. Цей вік з психологічної точки зору є критичним: «відбуваються зміни, що означають завершення дошкільного етапу розвитку, і з'являється здатність до розуміння загальних принципів, зв'язків й закономірностей наукового знання» [1].

Адаптація до школи – це процес багатоплановий, тобто в ньому задіяно як фізіологічні явища, так і соціально-психологічні. Що стосується фізіологічної адаптації, то медики відзначають, що більшість першокласників хворіє у вересні, деякі діти втрачають вагу в перші 2–3 місяці навчання, деякі скаржаться на втому, головний біль, стають примхливими. Це не дивно, оскільки «на 5–6 річних малюків обрушується лавина завдань, що вимагають розумового і фізичного напруження».

Адаптація як результат є свідченням того, в якій мірі дитина пристосована до середовища життєдіяльності і наскільки її поведінка, стосунки і результативність діяльності відповідають віку, соціальним нормам і правилам, прийнятим в цьому соціумі. Відносно дитини, адаптація – показник її соціального розвитку і виховання, міри відповідності основній масі однолітків. Іншими словами – це «оцінка відповідності (невідповідності) соціального розвитку дитини її віку» [2].

Велике значення мають такі фактори, як особливості життя дитини в школі (наскільки різко відрізняється звичайний для неї режим від шкільного). Безумовно, першокласники, які відвідували раніше дитячий садок, значно легше адаптуються до школи, ніж «домашні», які не звикли до тривалого перебування в дитячому колективі й режиму дошкільного закладу.

Одним із головних критеріїв, що характеризують перебіг адаптації до систематичного навчання, є стан здоров'я дитини і зміна його показників під впливом навчального навантаження. Режим навчальних занять і ступінь навчального навантаження насамперед впливає на стан нервової системи. У дітей із певними порушеннями нервово-психічної системи дуже важко проходить адаптація до школи. Практика показує, що протягом 1-го півріччя погіршення нервово психічного стану дітей більш виражена, тому варто звертати увагу на будь-яке порушення поведінки школяра – роздратованість, надмірну збудженість, в'ялість, апатію. Такі діти потребують особливої уваги [1].

Навчання у першому класі побудоване з урахуванням вікових особливостей і перспектив шестирічних дітей. У його змісті, методах і формах закладено ідеї сприяння

«всебічному розвитку школярів, забезпечення повноцінного переходу до провідної учбової діяльності та формування особистості в перехідний період».

Які характеристики цього періоду слід ураховувати, здійснюючи психологічну адаптацію дитини до школи?

По-перше, змінюється соціальна позиція дитини: з дошкільника вона перетворюється на учня. У неї з'являються нові та складні обов'язки: готувати уроки, приходити вчасно до школи, бути уважною на заняттях, дисциплінованою. Уперше у своєму житті учень стає членом суспільства зі своїми обов'язками. Учитель виступає представником соціуму: він задає вимоги і норми, орієнтує школяра в тому, як йому слід поводитися, що та як робити.

По-друге, у дитини відбувається зміна провідної діяльності. До початку навчання у школі малята зайняті переважно грою. З приходом до школи вони починають опановувати навчальну діяльність. Основна психологічна відмінність ігрової і навчальної діяльності полягає в тому, що ігрова є вільною, а навчальна – побудована на довільних зусиллях. Слід зазначити так само і те, що власне перехід дитини від ігрової діяльності до навчальної здійснюється не за її волі, не природним для неї шляхом, а є немовби «нав'язаним».

По-третє, важливим чинником психологічної адаптації до школи є соціальне оточення. Від ставлення вчителя до дитини залежить успішність її подальшого навчання. Успішність процесу адаптації визначає ще й те, наскільки міцно вона змогла ствердити свою позицію серед однолітків. Активний, ініціативний першокласник стає лідером, починає добре вчитися, тихий і податливий – перетворюється на аутсайдера, вчиться неохоче.

По-четверте, одна з гострих проблем – заборона рухової активності ініціативних учнів і, навпаки, активізація млявих і пасивних.

Важливу роль у житті шестирічок відіграють взаємини з іншими людьми: батьками, однолітками, учителем. За умови доброзичливого ставлення до себе дитина відчуває емоційне задоволення, впевненість у собі, захищеність, і сама позитивно ставиться до оточуючих. Відомо, що «тільки в умовах взаємної любові дитина вчиться любити сама. Першокласники лише тоді сприймають інших людей, коли ті люблять і поважають їх. Ось чому так важливо, щоб із першого дня перебування дитини в школі вона не відчувала емоцій дисгармонії».

Таким чином, успішна адаптація до шкільного життя залежить від рівня готовності дитини до навчання в першому класі, сформованості основних передумов навчальної діяльності. Чим краще готовий організм дитини до всіх змін, пов'язаних із навчанням в школі, до труднощів, яких не уникнути, тим легше вона їх подолає, тим спокійнішим буде процес пристосування до школи. Практика показує, що у дітей, не готових до систематичного навчання, набагато важче і триваліше проходить адаптація до школи.

### **Література**

1. Готовність дитини до навчання : посібник / упоряд. Максименко С.Д., Максименко К.С., Главник О.П. – К. : Мікрос-СВС, 2003. – 94 с.
2. Кононко О. Шкільна адаптація та психологічний вік / О. Кононко // Початкова школа. – 2002. – №1. – С. 5–10.