

Г.А.Тажинова, К.С.Стамбеков

*Жетысуский государственный университет им. И.Жансугурова, Талдыкорган
(E-mail: Gulnara71.a@mail.ru)*

Психолого-педагогический анализ адаптации детей к школьному обучению

В статье рассматриваются современные требования к образованию и сохранению здоровья школьников в условиях возрастающих психоэмоциональных и информационных нагрузок. Авторами проанализированы психолого-педагогические исследования по проблемам формирования интереса к содержанию учебной деятельности. Выделены эффективные методы развития восприятия, опирающиеся на наглядность и конкретные жизненные примеры. Описаны этапы экспериментальной работы, проведенной на базе средней школы-гимназии № 19 г. Талдыкоргана на третьем месяце обучения.

Ключевые слова: адаптация, психоэмоциональное и информационное напряжение, кризис, ведущая деятельность, индивидуальный подход, трудности и противоречия в развитии.

На современном этапе модернизации системы образования перед школой стоит важная задача — разработка принципиально новых психолого-педагогических подходов к обучению, обеспечивающих наиболее полную адаптацию первоклассников к новой социальной среде, формированию у них интереса к получению знаний.

Первый год обучения в школе — чрезвычайно сложный, переломный, кризисный период в жизни ребенка, так как видоизменяются не только его место в системе общественных отношений, но и весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия, которые требуют от него напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы, а для ребенка шести-семи лет эта так называемая статическая нагрузка весьма трудна и непривычна. Именно в первом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Для обеспечения адекватной и наиболее быстрой адаптации необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, присущего им на начальном этапе обучения в школе.

На значимость адаптации указывали А.А.Венгер, Ю.М.Десятникова. Они утверждают, что «социальная среда является главной детерминантой формирования навыков общения, поведения и деятельности, ибо именно она даёт школьнику возможность самоутвердиться, реализовать свои потребности, интересы и возможности, использовать свой потенциал для собственного развития» [1; 12]. Ребенок, пришедший впервые в школу, попадает в качественно новый социум, в котором существуют определенные правила взаимоотношений детей и взрослых, появляется необходимость установить контакты со многими сверстниками и педагогами, которые весьма различны в проявлениях своей индивидуальности и привычек. Тем не менее нужно научиться соблюдать требования школьной дисциплины и выполнять новые обязанности, связанные с учебой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, связанную со школьным обучением. И в этой связи у многих первоклассников, и особенно шестилеток, социальная адаптация занимает определенный промежуток времени, примерно месяц, два или более. В этот период особенно важно «мягкое», бережное отношение к каждому ребенку, создание постоянной ситуации успешности деятельности, демократический стиль общения, индивидуальный подход к каждому ребенку. Резкие замечания, такие реплики, как «неправильно», «не стараешься», «невнимателен», как правило, снижают интерес к учебным занятиям и разрушают положительное отношение первоклассника к деятельности. Поскольку школа с первых дней требует мобилизации интеллектуальных и физических сил ребенка, многое зависит от психологической готовности к обучению, наличия предварительной подготовки, а также от индивидуальных особенностей детей, состояния здоровья ребенка и уровня его физиологического развития.

Как известно, к 6–7 годам у детей повышается подвижность нервных процессов, отмечается большее, чем у дошкольников, равновесие процессов возбуждения и торможения. Но процессы возбуждения все еще доминируют над процессами торможения, что определяет такие характерные осо-

бенности первоклассников, как непоседливость и сильная эмоциональная возбудимость, и поэтому дети быстро устают при выполнении мелких движений (письмо). Большинство детей испытывают высокую утомляемость от школьных занятий, так как приходится много сидеть при их жизненной потребности в движении. Работоспособность ребенка резко падает через 25–30 минут после начала урока и может резко снизиться уже на 2-м уроке. Необходимо учитывать, что дети сильно утомляются при повышенной эмоциональной насыщенности уроков.

Как справедливо отмечает М.С.Яницкий, «отставание в развитии одного из компонентов психологической готовности к школе влечёт за собой, как правило, отставание развития других, что определяет своеобразные для каждого варианты перехода от дошкольного детства к младшему школьному возрасту» [2; 79].

С первых дней обучения в школе у детей необходимо развивать внимание, так как без сформированности этой психической функции процесс познания невозможен. На уроке учитель привлекает внимание учеников к учебному материалу сменой видов деятельности и использованием игровых элементов, которые еще так необходимы первоклассникам, а также физической разрядкой в виде отдельных двигательных упражнений. Л.С.Выготский подчёркивал, что именно игра «является источником развития и создаёт новые зоны ближайшего развития» [3; 92]. В развитии у детей восприятия учебного материала чрезвычайно велика роль учителя, который специально организует деятельность учащихся, учит выявлять существенные признаки, свойства предметов и явлений. Одним из эффективных методов развития восприятия является сравнение, опирающееся на наглядность и конкретные жизненные примеры. Восприятие при этом становится более глубоким, количество ошибок уменьшается.

Л.С.Выготский также отмечал, что весьма характерно для детей данного возраста интенсивное развитие мышления. С поступлением ребёнка в школу устанавливается новая социальная ситуация развития, направляемая учителем. Доминирующей функцией развития в младшем школьном возрасте становится мышление. Завершается наметившийся в дошкольном возрасте переход от наглядно-образного к словесно-логическому мышлению. Образное мышление все меньше и меньше оказывается необходимым в учебной деятельности. Мышление конкретными категориями ведёт к качественной перестройке восприятия и памяти, превращению их в регулируемые, произвольные процессы, происходит переход к стадии формальных операций, которые связаны с определенным уровнем развития способностей детей и наличия подготовки их к школе в дошкольный период. Под влиянием обучения память развивается в двух направлениях: усиливается роль и растёт удельный вес словесно-логического, смыслового запоминания (по сравнению с наглядно-образным). При этом необходимо учитывать, что недостаточно подготовленный к школьному обучению ребенок еще плохо владеет речью, ему легче заучить все, чем воспроизводить текст своими словами. Первоклассники еще не умеют организовывать смысловое запоминание: разбивать материал на смысловые группы, выделять опорные пункты для запоминания, составлять логический план текста. У мальчиков и девочек младшего школьного возраста есть некоторые различия в запоминании. Девочки умеют заставить себя, настроиться на запоминание, их произвольная механическая память лучше, чем у мальчиков. Мальчики оказываются более успешными в овладении способами запоминания, поэтому в ряде случаев их опосредованная память оказывается более эффективной, чем у девочек.

Высокая сензитивность этого возрастного периода определяет большие потенциальные возможности разностороннего развития ребёнка. Однако уроки в школе, а также увлечение многих первоклассников телевизионными передачами, иногда занятия музыкой, иностранным языком приводят к тому, что двигательная активность ребенка становится в два раза меньше, чем это было до поступления в школу. Потребность же в движении остается большой.

Согласно теории Л.С.Выготского, специфика развития младших школьников состоит в том, что цели деятельности задаются детям преимущественно взрослыми. Учителя и родители определяют, что можно и что нельзя делать ребёнку, какие задания выполнять, каким правилам подчиняться. Даже среди тех школьников, которые охотно берутся выполнить поручение взрослого, довольно частыми являются случаи, когда дети не справляются с заданиями, поскольку не усвоили его сути, быстро утратили первоначальный интерес к заданию или просто забыли выполнить его в срок. Характер младшего школьника импульсивен, недостаточно развита воля, поэтому школьник 7 лет еще не умеет длительно следовать намеченной цели, упорно преодолевать трудности. Капризность и упрямство объясняются недостатками семейного воспитания: ребенок привык, чтобы все его желания и требования удовлетворялись. Капризность и упрямство — своеобразная форма протеста ребенка против

тех требований, которые ему предъявляет школа, против необходимости жертвовать тем, чего «хочется», во имя того, что «надо».

С первых дней учебы необходимо формировать у детей трудолюбие, прилежание, дисциплинированность и аккуратность. Постепенно развиваются способность к волевой регуляции своего поведения, умение сдерживаться и контролировать свои поступки, не поддаваться непосредственным импульсам. У первоклассника формируется интерес к самому процессу учебной деятельности (первоклассники могут увлеченно и старательно делать то, что им в жизни никогда не пригодится, например, срисовывать японские иероглифы). Затем формируется интерес к результату своего труда, например: мальчик на улице впервые самостоятельно прочитал вывеску и был очень этому рад. После возникновения интереса к результатам учебного труда у первоклассников формируются интерес к содержанию учебной деятельности, потребность приобретать знания. Формирование интереса к содержанию учебной деятельности, приобретению знаний связано с осознанием школьниками чувства удовлетворения от своих достижений. А стимулирует это чувство одобрение учителя, взрослого. В начале обучения также формируется самооценка школьника на основе результатов учебы. Недовольство собой у детей этого возраста порождает тревожность и распространяется не только на общение с одноклассниками, но и на учебную деятельность. У некоторых детей может возникнуть страх перед наказанием или лишением чего-то (например, возможности играть), который Р.В.Овчарова характеризует как «эмоционально заостренное ощущение предстоящей угрозы» [4; 30], и это, в свою очередь, еще больше будет формировать негативизм по отношению к учёбе. На эмоциональное состояние ребенка может влиять и то, как складываются его отношения с товарищами, что часто зависит от успехов в учебе и отношений с учителями. Психологическая природа детских страхов и динамика их формирования были глубоко проанализированы в работе А.М.Прихожан, в которой указывается на необходимость работы с родителями таких детей, их психологического просвещения и раскрываются пути снятия эмоционального дискомфорта, тревожности и страхов у детей [5; 87].

Эти трудности можно избежать, если учитывать возможности детей, не переутомляя их большими учебными нагрузками, давая им возможность поиграть и через игру соблюдать определённые правила. По мнению А.И.Захарова, «тревожность не является устойчивой чертой характера и относительно обратима при проведении соответствующих психолого-педагогических мероприятий» [6; 19].

Таким образом, начало школьного обучения означает переход от игровой деятельности к учебной, как ведущей деятельности младшего школьного возраста. Это кризисный период развития, в котором формируются основные психические новообразования. При этом не менее важна и психофизиологическая адаптация, которая предполагает «формирование адекватного соответствия между психическими и физиологическими характеристиками человека» [7; 3].

Большое значение имеет формирование мотивации у школьников. Это: познавательные мотивы, т.е. стремление овладеть способами самостоятельного приобретения знаний, и социальные мотивы, связанные со стремлением получить одобрение старших товарищей, добиться успеха и избежать неудач. Дети стараются не получить плохую отметку, чтобы не было тех последствий, которые она влечет за собой, — недовольство учителя, санкции родителей (будут ругать, запретят гулять, смотреть телевизор и т.д.). От плохой оценки деятельности школьника у него в отдельных случаях возникают тяжелые переживания и школьная дезадаптация. У неуспевающих и крайне слабых учеников систематические неудачи и низкие оценки снижают их уверенность в себе, своих возможностях.

В определенной степени тревожной является ситуация новизны. Ребенок переживает эмоциональный дискомфорт, прежде всего из-за неопределенности представлений об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в учебном коллективе. Это состояние можно охарактеризовать как состояние внутренней напряженности и тревожности, которая часто приводит к школьной дезадаптации, когда ребенок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстает в учебе, быстро утомляется и в результате не хочет идти в школу. Чаще всего это ослабленные дети (а их, к сожалению, из года в год становится все больше и больше) и с теми или иными нарушениями развития.

Ю.А.Александровский, характеризуя психическую дезадаптацию школьника как «поломку» в механизмах психического приспособления при эмоциональном стрессе, указывает на «совокупность признаков, свидетельствующих о несоответствии социально-психологического и психофизиологического статуса ребенка требованиям ситуации школьного обучения», в силу чего обучение становится затруднительным» [8; 34].

Анализ и оценка адаптации учащихся к учебным нагрузкам в конкретных экологических, социальных условиях являются актуальными. Изучение особенностей адаптации к учебному процессу в современных условиях повышения информационных нагрузок и качества обучения имеет большое теоретическое и практическое значение.

Полноценное развитие личности предполагает формирование чувства компетентности, которое Э. Эриксон считает главным новообразованием данного возраста. Учебная деятельность — основная деятельность для младшего школьника, и если в ней ребенок не чувствует себя компетентным, его личностное развитие искажается.

Следовательно, адаптация к школе — это многоплановый процесс. Его составляющими являются физиологическая адаптация (физиологическая перестройка ритма жизнедеятельности) и социально-психологическая адаптация к учителям и их требованиям, к одноклассникам. От успешности адаптации к школе зависит продуктивность учебной деятельности, а также сохранение физического и психического здоровья учащихся. «Занятия с группой детей, испытывающих трудности в обучении, направленные на развитие социальных и коммуникативных навыков, развитие когнитивных умений и способностей, приёмов учебной деятельности, произвольности психической деятельности, а также формирование стойкой мотивации», рекомендуют казахстанские авторы, разработавшие специальную коррекционную программу для развития первоклассников [9; 6].

У значительной части детей (по разным данным 20–30 %) уже при поступлении в школу «выявляются некоторые парциальные отставания в развитии психических познавательных процессов, что не позволяет им осваивать школьную программу, а следовательно, ведет к стойкой школьной дезадаптации и последующему нарушению процесса социализации» [10; 16].

Дети, имеющие недостатки в развитии, как правило, приходят в школу плохо подготовленными к учебной деятельности. У них отсутствует интерес к учению, снижено внимание, они легко отвлекаются, быстро устают. Это требует более широкого разнообразия методов работы, вызывающих интерес к учению: в первую очередь, использование познавательных игр, создание занимательных ситуаций и т. д. [11; 28].

Л.П. Фролова отмечает, что «в процессе учебной деятельности младшие школьники встречают различные по своей природе и содержанию трудности, вызванные как педагогическими условиями, особенностями учебно-воспитательного процесса, внешними условиями и факторами, отношениями между людьми, так и внутренними причинами, присущими субъекту учебной деятельности. У первоклассников в связи с трудностями в обучении возможно появление внутриличностных противоречий, которые обусловлены рядом факторов: учебной деятельностью, интеллектуальными возможностями, индивидуально-характерологическими особенностями личности. По мнению ученого, «снижение эмоциональной напряженности» у детей повышает их интеллектуальные возможности [12; 8], в то время как в результате дискомфорта и перенапряжения в школе у части детей могут нарушаться сон, аппетит, обостряться хронические заболевания.

В нашем исследовании, проведенном на базе средней школы-гимназии № 19 г. Талдыкоргана на третьем месяце обучения, были использованы методы наблюдения и следующие методики: «Измерение уровня адаптации Тейлора (адаптированная Т.А.Немчиновым), «тест на оценку уровня мотивации к обучению в школе» Н.Г.Лускановой и «опросник для учителя» Л.М.Ковалевой. В результате проведенных исследований среди первоклассников было выявлено, что 36,5 % учащихся имели средний уровень адаптации (уроки у этих детей не вызывали ни отрицательных переживаний, ни особого интереса), 41,4 % — низкий уровень (отрицательное или безразличное отношение к школе), а признаки дезадаптации (нежелание ходить в школу; трудности в освоении материала; нестабильные отношения с одноклассниками и учителями) наблюдались у 22,1 % учащихся.

Было отмечено, что при недостаточной требовательности со стороны учителя дети были очень шумными, крикливыми (17,2 %), отвлекались во время уроков (12,1 %) либо капризничали (5,4 %). Другие же становились очень скованными, робкими, старались держаться незаметно (23 %), не слушали, когда к ним обращались взрослые (19 %), при малейшей неудаче и замечаниях плакали (6,3 %).

Особое внимание требуется детям «группы риска» — это дети с синдромом дефицита внимания, чрезмерно активные и суетливые, т.е. гиперактивные. Так, в исследуемом классе 18,3 % гиперактивных мальчиков и 6,8 % девочек. У них наблюдались нарушения эмоционально-волевой сферы: агрессивность, эмоциональная расторможенность; 3,4 % составили леворукие дети, которым был присущ плохой почерк, не могут держать строчку, ошибки при определении «право» и «лево», пропуск и пе-

рестановка букв при письме, а также эмоциональная неустойчивость, обидчивость, тревожность, сниженная работоспособность. Это дети застенчивые, тревожные, ранимые.

Поскольку не все дети способны успешно справиться с проблемами адаптационного периода, то они нуждались в помощи со стороны психолога, учителей и родителей. На основе психолого-педагогического анализа процесса адаптации первоклассников были даны рекомендации, позволившие ускорить процесс их адаптации к школьному обучению.

В работе с гиперактивными детьми было предложено игнорировать их вызывающие поступки и обращать внимание лишь на хорошие действия, обеспечить им двигательную разрядку. Для адаптации леворуких детей рекомендовано: располагать их у окна, слева за партой, требовать правонаклонный разворот в тетради и не настаивать на безотрывном письме.

Адаптационный процесс можно считать позитивно завершенным лишь тогда, когда поведение школьника приходит в соответствие с моделью поведения большинства группы, т.е. осуществляются «трансформация его прежних взглядов, установок, ориентаций в соответствии с новой ситуацией, существенное изменение в моделях поведения» [13; 48], что и было достигнуто у большинства детей.

Можно заключить, что именно социальная адаптация детей начальной школы к условиям школьной среды помогает сформировать систему их отношений со сверстниками и взрослыми, базовые учебные установки, которые в существенной мере определяют в средней школе успешность обучения, эффективность стиля общения с учениками и взрослыми людьми, возможность личностной самореализации.

В адаптационный период необходимо создать условия для обеспечения эмоционального комфорта, чувства защищенности у первоклассников при вхождении в школьную жизнь. Доброжелательная атмосфера в классе является самым необходимым условием для развития у детей уверенности в себе. Ребёнку необходима моральная и эмоциональная поддержка (поменьше ругать, побольше не просто хвалить, а хвалить именно тогда, когда он что-то делает) и ни в коем случае нельзя сравнивать его посредственные результаты с достижениями других детей.

Педагогу необходимо организовать такое взаимодействие между детьми, которое будет способствовать групповой сплоченности класса и формированию навыков учебного сотрудничества как важнейшего элемента успешной социализации первоклассников, что будет способствовать созданию комфортных и благоприятных условий учебно-воспитательного процесса для успешной и скоротечной адаптации первоклассников.

Благополучная адаптация ребенка к школьной жизни — залог его успешности и личностного благополучия.

Список литературы

- 1 Венгер А.А., Десятникова Ю.М. Групповая работа со школьниками, направленная на их адаптацию к новым социальным условиям // Вопросы психологии. — 2005. — № 4. — С. 12.
- 2 Яницкий М.С. Адаптационный процесс: психологические механизмы и закономерности динамики. — Кемерово: Кемеровский гос. ун-т, 1999. — С. 79.
- 3 Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6-ти томах. — Т. 4. — М.: Просвещение, 1984. — С. 92.
- 4 Овчарова Р.В. Практическая психология. — М.: Просвещение, 1996. — С. 30.
- 5 Прихожан А.М. Тревожность у детей. — М.: Просвещение, 2000. — С. 87.
- 6 Захаров А.И. Как предупредить отклонения в поведении детей. — М.: Просвещение, 1993. — С. 19.
- 7 Безруких М.М., Ефимова С.П. Знаете ли Вы своего ученика? Проблемы психологической адаптации. — М.: Просвещение, 2004. — С. 3.
- 8 Александровский Ю.А. Состояния психической дезадаптации и их компенсация. — М.: Медицина, 2004. — С. 34.
- 9 Шерьяданова Х.Т., Ерембаева Л.К. Коррекционная тренинг-программа по устранению трудностей в обучении для детей младшего школьного возраста. — Алматы: Практическая психология, 2006. — С. 6.
- 10 Коррекционная педагогика / Под ред. Б.П. Пузанова. — М.: Просвещение, 1998. — С. 16.
- 11 Организация деятельности коррекционных образовательных учреждений / Сост. Ф.Ф. Водоватов и др. — М.: Просвещение, 2008. — С. 28.
- 12 Фролова Л.П. Психологические особенности внутриличностных противоречий у детей младшего школьного возраста с трудностями в обучении. — М.: Просвещение, 2003. — С. 8.
- 13 Казначеев В.И. Современные аспекты адаптации. — Новосибирск: Наука, 2000. — С. 48.

Г.А.Тажина, К.С.Стамбеков

Мектепте оқытуда бейімдеудің психологиялық-педагогикалық талдауы

Мақалада қазіргі заманғы білім беру мен оқушылардың психологиялық-эмоционалдық және ақпараттық жүктемелер кезіндегі денсаулығын сақтау талаптары қарастырылды. Авторлар оқу қызметіне қызығушылығын қалыптастыруда психологиялық-педагогикалық зерттеулерді талдады. Қабылдаудың көрнекі және нақты өмір мысалдар негізінде тиімді әдістерін көрсетті. Талдықорған қаласының № 19 мектеп негізінде оқытудың үшінші айындағы жүргізілген эксперименттік жұмыстың кезеңдері жан-жақты сипатталды.

G.A.Tazhinova, K.S.Stambekov

Psychological and pedagogical analysis of adaptation of children to school education

In this article is discussed the requirements of modern education and the preservation of the health of school-children in an increasingly information and psycho-emotional stress. The authors analyzed the psychological and pedagogical research on the formation of interest in the content of educational activities. Highlighted the development of effective methods of perception, based on the visibility and specific life examples. The stages of the experimental work conducted on the basis of secondary school-gymnasium № 19 in Taldykorgan in the third month of training.

References

- 1 Wenger A.A., Desyatnikova Yu.M. *Question of psychology*, 2005, 4, p. 12.
- 2 Yanitskiy M.S. *Adaptational process: psychological mechanisms and laws of dynamics*, Kemerovo: Kemerov State University, 1999 p. 79.
- 3 Vygotsky L.S. *Coll. Of compositions in 6 volume*, 4, Moscow: Prosveshchenie, 1984, p. 92.
- 4 Ovcharova R.V. *Practical psychology*, Moscow: Prosveshchenie, 1996, p. 30.
- 5 Prihozhin A.M. *Anxiety of children*, Moscow: Prosveshchenie, 2000, p. 87.
- 6 Zakharov A.I. *How to prevent deviations in the behavior of children*, Moscow: Prosveshchenie, 1993, p. 19.
- 7 Bezrukikh M.M., Efimova S.P. *Do you know your pupil? Problems of psychological adaptation*, Moscow: Prosveshchenie, 2004, p. 3.
- 8 Alexandrovskiy Yu.A. *Status of mental maladjustment and their compensation*, Moscow: Medicine, 2004, p. 34.
- 9 Sheryazdanova H.T., Ermekbaeva L.K. *Correctional training program for elimination of difficulties in training for primary school children*, Almaty: Practical psychology, 2006, p. 6.
- 10 *Correctional pedagogy*, edit. P.B.Puzanov, Moscow: Prosveshchenie, 1998, p. 16.
- 11 *The activities of correctional educational institutions*, Comp. F.F.Vodovatov et al., Moscow: Prosveshchenie, 2008, p. 28.
- 12 Frolova L.P. *Psychological features of intrapersonal contradictions in primary school children connected with learning difficulties*, Moscow: Prosveshchenie, 2003, p. 8.
- 13 Kaznacheev V.I. *Modern aspects of adaptation*, Novosibirsk: Nauka, 2000, p. 48.