

<https://doi.org/10.5281/zenodo.3978232>

УДК 373.32

**Хазыкова Т.С.**

*Хазыкова Тамара Саранговна*, кандидат педагогических наук, доцент, Калмыцкий государственный университет им. Б.Б. Городовикова. 358000, Россия, г. Элиста, у. Пушкина, 11. E-mail: tschazikova@yandex.ru.

## **Организационно-педагогические условия адаптации первоклассников к школе**

**Аннотация.** В статье обозначена актуальность проблемы адаптации ребёнка к школе. Выполнен анализ психолого-педагогической литературы по проблеме исследования. Автор описывает психофизиологические особенности ребёнка в период адаптации к школе и делает акцент на вопросах преемственности между дошкольным и начальным образованием. В статье описывается комплексное диагностирование личности ребенка на этапе адаптации, а также перечислены критерии и показатели диагностики. Автор указывает на эффективность реализации здоровьесберегающих технологий в обучении первоклассников. В статье отмечена необходимость разработки и реализации индивидуальных программ адаптации личности ребёнка.

**Ключевые слова:** ребёнок, первоклассник, адаптация, преемственность, организационно-педагогические условия, комплексное диагностирование личности, здоровьесберегающие технологии в обучении, разработка и реализация индивидуальных программ адаптации.

**Khazykova T.S.**

*Khazykova Tamara Sarangovna*, Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor, Kalmyk state University named after B. B. Gorodovikov. 358000, Russia, Elista, Pushkin st., 11. E-mail: tschazikova@yandex.ru.

## **Organizational and pedagogical conditions for first-graders' adaptation to school**

**Abstract.** The article highlights the relevance of the problem of child adaptation to school. The analysis of psychological and pedagogical literature on the research problem is performed. The author describes the psychophysiological features of a child during the period of adaptation to school and focuses on the issues of continuity between preschool and primary education. The article describes a comprehensive diagnosis of the child's personality at the stage of adaptation, as well as lists the criteria and indicators of diagnosis. The author points out the effectiveness of implementing health-saving technologies in teaching first-graders. The article highlights the need to develop and implement individual programs for adapting the child's personality.

**Key words:** child, first-grader, adaptation, continuity, organizational and pedagogical conditions, complex personality diagnostics, health-saving technologies in training, development and implementation of individual adaptation programs.

**П**оступление ребенка в школу, знакомство с новым коллективом, новые требования – все эти

события являются переломным моментом в жизни ребенка. Проблема адаптации детей к школе является одной из самых

важных проблем в начальном образовании. От того насколько благополучным будет адаптационный период ребенка в школе зависит успешность дальнейшей учебной деятельности ребёнка.

Адаптация первоклассников к обучению в школе зависит также от того, как будут складываться взаимоотношения «учитель-ученик». Успешность обучения первоклассников зависит от психоэмоциональной среды, которая окружает ребёнка в школе. Успешность обучения в школе зависит от стимулирования адаптации ребенка к обучению в школе. Родители и педагоги заинтересованы в успешной адаптации первоклассников к процессу обучения в школе.

В педагогической науке проблема адаптации ребёнка к школе рассматривалась в исследованиях Я.А. Коменского, А.Н. Леонтьева, В.В. Давыдова и др.

Впервые в отечественной психологии понятие адаптации ребенка к школе предложил советский психолог А.Н. Леонтьев. Далее этот вопрос рассматривался в работах Л.И. Божович, Л.А. Венгера, Н.И. Гуткиной, А.В. Запорожца, Е.Е. Кравцовой, Г.Г. Кравцова, М.И. Лисиной, В.С. Мухиной, Н.В. Нижегородцевой, Е.О. Смирновой, С.Л. Рубинштейна, В.Д. Шадрикова, Д.Б. Эльконина и других.

В условиях действия федеральных государственных образовательных стандартов начального общего образования (ФГОС НОО) кардинально изменились цели, задачи, структура и содержание образования. В стандартах стоит задача формирования у младших школьников универсальных учебных действий, ориентация на самообразование, самореализацию и т.д. В связи с этим возникает необходимость формирования у младших школьников системы знаний, умений и навыков как результат освоения образовательной программы и адаптация первоклассника к обучению в школе является одной из центральных. Успешность адаптации первоклассника к обучению в школе выражается в отношении ребенка к социальной действительности, определя-

ется мотивация его поведения. Все эти составляющие существенно влияют на учебную деятельность младшего школьника.

Термин «адаптация» (лат. *adapto* «приспосаблию») – «приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям внешней среды. Процессы адаптации направлены на сохранение гомеостаза» [1]. Этот термин изначально использовался в биологии.

В психологии «адаптация» - «сложный многофакторный процесс, в результате которого человек привыкает к новым условиям и становится частью общества. Через него проходят все люди, в той или иной жизненной ситуации» [3].

Ж. Пиаже характеризует «адаптацию как двунаправленный процесс, обеспечивающий равновесие между воздействием организма на среду и обратным воздействием среды» [6].

В своих исследованиях Л.И. Божович отмечает, что на ранних этапах онтогенеза «психические особенности и качества возникают путем приспособления ребёнка к требованиям окружающей среды. Но, возникнув, таким образом, они затем приобретают самостоятельное значение и в порядке обратного влияния начинают определять последующее развитие» [2].

Начало школьного обучения совпадает с периодом физиологического кризиса ребенка, который, по словам Л.С. Выготского - это кризис открывает школьный возраст. В возрасте 7 лет происходит существенные изменения в психологии ребенка, коренным образом меняется его отношение к окружающим его людям. Это проявляется, прежде всего, в поведении ребёнка. Семилетний ребёнок начинает кривляться, демонстративно ведет себя, его поведение становится не мотивированным. В своих исследованиях Л.С. Выготский обосновывает эти изменения утратой детской непосредственности. «Ребенок, вступивший в полосу кризиса, теряет детскую наивность, во всех своих проявлениях. По поведению ребенка взрослые не могут однозначно судить о

том, что думает, чувствует, переживает, чего действительно хочет. У ребёнка появляется своя внутренняя жизнь, недоступная окружающим» [4].

Г.М. Чуткина в своих исследованиях рассматривает три уровня адаптации детей к школе:

«- высокий уровень адаптации – легкий – 2 месяца;

- средний уровень адаптации – средний – 3-6 месяцев;

- низкий уровень адаптации – тяжелый – 6 месяцев – 1 год» [7].

Признаками успешной школьной адаптации является удовлетворенность ребёнком процессом обучения в школе. Если ребенок справляется с образовательной программой и у него наблюдается высокая степень самостоятельности, то смело можно говорить об успешной адаптации.

В вопросе адаптации первоклассников к школе большую роль играет преемственность между дошкольным и начальным образованием. Здесь важно взаимодействие между детским садом и школой и успехи в школе напрямую зависят от качества образования в дошкольном возрасте. Во многих учреждениях дошкольного и начального образования имеется план совместной деятельности. Такая работа осуществляется через взаимопосещение учителями начальных классов занятий в детском саду и воспитателями уроков в первом классе. Воспитатели и учителя начальных классов знакомятся с теми методами и приемами работы, которые применяются на уроках и на занятиях. Педагоги совместно определяют возможность применения тех или иных методов и приемов, направленных на качественный процесс обучения и воспитания будущих первоклассников.

Преемственность между дошкольным и начальным образованием рассматривается как непрерывный процесс воспитания и обучения ребенка. Здесь следует учитывать, что для каждого возрастного периода имеются общие и специфические цели. При постоянном взаимодействии,

при целенаправленной и систематической работе в условиях «детский сад - школа» развиваются личностные качества детей, которые необходимы для дальнейшей успешной учебной деятельности.

Современная школа находится в постоянном поиске таких систем обучения, которые могут обеспечить развитие личности с учетом их индивидуальных психофизиологических и интеллектуальных возможностей. По мнению ученых исследователей адаптация первоклассников к обучению в школе перестраивает весь образ жизни ребенка. Исследователи по данной проблеме указывают на то, что многие дети трудно проходят этап адаптации. Это, прежде всего, связано с индивидуальными психофизиологическими особенностями детей. Родители и педагоги должны понимать, что в момент поступления в школу ребёнок должен достичь определенного уровня умственного и эмоционально-волевого уровня развития, а также у него должно быть сложено положительное отношение к учению и способность к саморегуляции поведения. Поэтому очень важно в адаптационный период создать организационно-педагогические условия успешной адаптации первоклассников к школе. Такими условиями являются: комплексное диагностирование личности на этапе адаптации; реализация здоровьесберегающих технологий; разработка и реализация индивидуальных программ адаптации личности.

Одним из первых организационно-педагогических условий является комплексное диагностирование личности на этапе адаптации. Данный комплекс состоит из диагностики общей готовности детей к школе, диагностики уровня взаимодействия родителей и детей с целью совершенствования механизмов адаптации и диагностики уровня развития педагогических умений и психологической подготовленности самих педагогов к работе с детьми. В таблице 1 перечислены критерии и показатели диагностики личности на этапе адаптации.

Таблица 1. Критерии и показатели диагностики личности на этапе адаптации

№	Критерии	Показатели
1	Состояние здоровья	1. острая заболеваемость
		2. хроническая
		3. распределение учащихся по группам здоровья
2	Физическое развитие	1. уровень физического развития
		2. гармоничность физического развития
		3. уровень физической работоспособности
3	Психическое развитие	1. мотивация обучения
		2. психическое развитие
		3. личностное развитие
4.	Общеучебные способности, умения и навыки	1. темп усвоения знаний
		2. готовность к обучению

Для диагностики состояния здоровья детей составляются карты, в которых собирается вся медицинская и физиологическая информация о ребёнке. По этой информации педагоги, медицинские работники, психологи судят о характеристиках здоровья детей. На основе таких документов, в которых проведены плановые медико-физиологические обследования, готовятся рекомендации для учителей и родителей. Обычно в школе ведется целенаправленная работа по сохранению и профилактике здоровья детей.

Показатели физического здоровья отслеживаются с учетом гендерного подхода. Важно гармоничное физическое развитие девочек и мальчиков. Современные исследования свидетельствуют о том, что с каждым годом увеличивается количество детей, которые страдают сколиозом, повышенным артериальным давлением, миопией и т.д. Говоря о физическом развитии, имеется в виду комплекс различных показателей, которые определяют запас физических сил человека. При проведении мониторинга физического здоровья для определения уровня оцениваются показатели длины и массы тела, мышечная сила рук, развитие костно-мышечной системы, различные отклонения в телосложении, реакция сердечно-сосудистой и дыхательной систем на физическую нагрузку, физическая работоспособность и физическая подготовленность.

При проведении диагностики психического развития детского организма необходимо учитывать, что у детей преобладает произвольное внимание и память и на момент поступления в школу ребёнок впервые начинает управлять своим вниманием, а память начинает включаться в процесс становления личности. Речь ребёнка становится средством общения, мышления и сознательного изучения. Школьный психолог, используя различные современные методики и технологии проводит диагностику личности ребёнка. Одним из показателей психического развития ребенка является мотивация обучения. Важно соответствие возрастного психического развития на данном этапе. При личностном развитии налаживаются хорошие отношения с педагогом, одноклассниками и родителями.

Следующим критерием диагностики личности младшего школьника является общеучебные способности, умения и навыки. Показателем данного критерия являются темп усвоения знаний, готовность к обучению. Адаптация ребенка к школе протекает тяжелее, если ребенок не достигает определенного уровня физического и психического развития. Многие исследователи употребляют термин «школьная зрелость». Школьная зрелость – это понятие психолого-педагогического характера. Термин «школьная зрелость» означает соответствие определенного фи-

зического и социального развития определенным требованиям. Л.С. Выготский в своих работах говорил о том, что «в процессе развития ребёнка есть оптимальные сроки для различных типов обучения» [4]. При высоком уровне школьной зрелости достигается такой уровень развития психики, при котором обеспечивается способность ребёнка непосредственно участвовать в процессе обучения. Общеучебные способности – это универсальные способы получения и применения знаний. Они формируются в процессе обучения и обеспечивают возможность ребёнка самостоятельно осуществлять учебную деятельность, ставить учебные цели, искать, контролировать и оценивать результаты деятельности. В адаптационный период ребёнок воспринимает адекватно требования педагога, учебный материал усваивается легко и полно, ребёнок прилежен, внимательно слушает и выполняет указания учителя, проявляет самостоятельность, пользуется в классе уважением. При таком положении можно говорить о высоком уровне адаптации ребёнка к школе, об его высоком уровне развития общеучебных умений, знаний и навыков.

Вторым из организационно-педагогических условий эффективной адаптации первоклассников в школе является реализация здоровьесберегающих технологий в обучении. Здоровьесберегающие технологии направлены на сохранение работоспособности ребёнка, на исключение переутомления. Это важно в адаптационный период первоклассника. По последним исследованиям медиков и психологов около 25-30% детей-первоклассников имеют различные виды заболеваний и к концу 4 класса этот процент увеличивается. При использовании здоровьесберегающих технологий важно осознание самими обучающимися своего здоровья как высшей ценности. Осознание ведения здорового образа жизни позволяет полно осуществлять намеченные цели и планы и использовать максимально умственные и физические возможности. При исполь-

зовании здоровьесберегающих технологий необходимо у младшего школьника формировать систему гигиенических умений и навыков, которые необходимы для нормального функционирования организма. Компонентом здоровьесберегающих технологий является физкультурно-оздоровительный компонент, который предполагает, что ребёнок владеет способностями деятельности, которые направлены на повышение двигательной активности, на предупреждение гиподинамии. Роль двигательной активности детей является важной в жизнедеятельности школьника причем как в учебном режиме школы, при выполнении домашней работы, а также в повседневной жизни. Большую роль играют в этом уроки физической культуры. В движениях ребёнка заключается потенциал для роста и развития, в то же время необходимо избегать перегрузки детского организма. Двигательный режим младшего школьника является обязательной частью общего распорядка дня. Уроки по физической культуре проводятся в спортивном зале и на свежем воздухе. На уроках физкультуры необходимо создать специальные условия, отличающиеся многообразием двигательных ощущений, которые воздействуют на организм ребёнка. При этом необходимо дозировать физические упражнения количеством упражнений, их повторяемостью и длительностью выполнения. На уроках педагог следит за формированием правильной осанки. Многие педагоги включают двигательный компонент во время перемены и непосредственно во время урока. Такое систематическое проведение физкультурных мероприятий прививает у детей заботу о своем здоровье. Физминутки улучшают кровообращение, содействуют выправлению позвоночника и оптимизируют организм ребенка. Также необходимо проводить работу по снижению нагрузки на глаза, для профилактики нарушения зрения используются разнообразные специальные упражнения. Перемены должны использоваться для разумного отдыха детей и

для подготовки к следующему уроку. В своих исследованиях И.П. Павлов писал: «всякая живая работающая система, как ее отдельные элементы, должны отдыхать, восстанавливаться. А отдых таких активнейших элементов, как корковые клетки, должен в особенности тщательно быть охраняем» [5].

Правильное использование здоровьесберегающих технологий в образовательном процессе в период адаптации ребенка к школе улучшает состояние здоровья детей их физическое развитие и положительно влияет на успешную адаптацию детей к обучению в школе.

Третьим из организационно-педагогических условий эффективной адаптации ребенка в школе является разработка и реализация индивидуальных программ адаптации личности.

Деятельность любого педагогического коллектива школы направлена на организацию благоприятной адаптационной среды при переходе от дошкольного к начальному общему образованию. Для этого организуется режим школьной жизни первоклассников; создается предметно-пространственная среда; проводится оздоровительно-профилактическая работа; проводятся мероприятия по учебно-познавательной деятельности первоклассников; организуется внеурочная жизнь детей; налаживаются отношения с участниками образовательного процесса и изучается социально-психологическая адаптация детей к школе. Программа адаптации первоклассников представляет собой определенную систему действий по организации учебно-воспитательного процесса, направленную на создание благоприятных условий по адаптации первоклассников к школе. Такие программы должны учитывать возрастные и индивидуальные особенности первоклассников. Поэтому во многих школах разрабатываются и реализуются индивидуальные программы адаптации личности. В этой программе, в ее реализации участвуют учителя начальных классов, учителя – предметники (учитель физкультуры, учи-

тель музыки, учитель иностранного языка и другие), администрация школы, психолог, медицинский работник, педагоги дополнительного образования и родители. Такие индивидуальные программы позволяют скоординировать усилия всех участников. При слаженной работе максимально быстро и успешно проходит процесс адаптации первоклассников. В индивидуальные программы включаются мероприятия, которые обеспечивают выявление индивидуальных особенностей ребёнка, выявляют образовательные потребности каждого ребёнка, проводится мониторинг динамики изменения личностных качеств младшего школьника, вовремя проводится профилактика появления признаков дезадаптации. Также проводятся мероприятия, обеспечивающие интеграцию каждого ребенка в классный коллектив. Индивидуальные программы успешной эффективной адаптации к обучению в школе построены на использовании различных форм и методов. Педагоги в своей деятельности применяют ролевые, дидактические игры, проводят дискуссии, проводится работа в парах, выполняются упражнения для формирования и развития универсальных учебных действий. Эффективными методами в данной ситуации являются методы стимулирования, убеждения, психологической саморегуляции, самовоспитания и игровой терапии. Большая нагрузка по реализации индивидуальных программ адаптации ложится на учителя начальных классов, особенно тогда, когда нарушена предельная допустимая наполняемость класса, где вместо 25 человек находятся 30 человек. Педагогу необходимо наладить общение с первоклассниками с учетом особенностей поведения каждого ребёнка. Все дети требуют к себе внимания и поэтому требуются различные формы доброжелательной и терпеливой работы педагога. Конечно, здесь не допускается авторитарный стиль общения. Также своей спецификой отличается организация уроков по отдельным предметам в период

адаптации. Здесь важно уменьшить учебную нагрузку на первом этапе обучения.

Для эффективного формирования навыка письма в букварный период педагогу необходимо научить писать. При обучении письму леворуких детей следует использовать специальные прописи. Обязательно проведение специальных упражнений, которые тренируют мелкую моторику руки.

Формирование навыка чтения должно проходить в рамках нормативных значений скорости чтения. Хотя у каждого ребёнка может быть своя скорость чтения и педагогу важно совершенствовать качество чтения.

При организации уроков математики в период адаптации проводится подготовительная работа к восприятию понятия числа, отношения, величины, действий с числами. Педагогу необходимо уделить внимание развитию математической речи детей, логическому мышлению и пространственному воображению.

При организации уроков окружающего мира в адаптационный период педагоги проводят экскурсии и прогулки. Про-

исходит знакомство детей с окружающим миром, накапливается чувственный опыт. На экскурсиях проводится наблюдение и потом на уроке осмысливаются и обобщаются все наблюдения и формируется система представлений о мире.

Уроки изобразительного искусства в адаптационный период проходят в различных формах – это прогулки и экскурсии, сбор природных материалов, экскурсии в музей, игры. Для создания художественного образа ребёнку надо в него воплотиться и изобразить через движение своего тела. Все это создает разнообразие форм деятельности и полноту впечатлений на уроке, что способствует снятию напряжения.

Таким образом, организационно-педагогическими условиями эффективной адаптации первоклассников к обучению в школе являются комплексное диагностирование личности на этапе адаптации; реализация здоровьесберегающих технологий; разработка и реализация индивидуальных программ адаптации личности.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Адаптация // Wikipedia. Свободная энциклопедия. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Адаптация>
2. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Под ред. Д.И. Фельдштейна; Вступительная статья Д.И. Фельдштейна. 3-е изд. М.: Московский психолого-социальный институт, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. 352 с.
3. Виды и методы адаптации в психологии // [mystroimmir.ru](https://mystroimmir.ru). URL: <https://mystroimmir.ru/psihologiya/adaptatsiya.html>
4. Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Смысл; Эксмо, 2005. 1136 с.
5. Павлов И.П. Условный рефлекс. М.: ИГ Лениздат, 2014 г. 224 с.
6. Пиаже Ж. Психология интеллекта / пер. А.М. Пятигорский. СПб.: «Питер», 2003. URL: [https://booksafe.net/read/piazhe\\_zhan-psihologiya\\_intellekta-169889.html](https://booksafe.net/read/piazhe_zhan-psihologiya_intellekta-169889.html)
7. Чуткина Г.М. Адаптация первоклассников к педагогическому процессу школы: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Мин. гос. пед. ин-т им. А. М. Горького. Минск, 1987. 17 с.

#### REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Adaptacija // Wikipedia. Svobodnaja jenciklopedija. URL: <https://ru.wikipedia.org/wiki/Adaptacija>
2. Bozhovich L.I. Problemy formirovanija lichnosti: Izbrannye psihologicheskie trudy / Pod red. D.I. Fel'dshtejna; Vstupitel'naja stat'ja D.I. Fel'dshtejna. 3-e izd. M.: Moskovskij psihologo-social'nyj institut, Voronezh: NPO «MODJeK», 2001. 352 s.

- 
3. Vidy i metody adaptacii v psihologii // mystroimmir.ru. URL: <https://mystroimmir.ru/psihologiya/adaptatsiya.html>
  4. Vygotskij L.S. Psihologija razvitija cheloveka. M.: Smysl; Jeksmo, 2005. 1136 s.
  5. Pavlov I.P. Uslovnyj refleks. M.: IG Lenizdat, 2014 g. 224 s.
  6. Piazhe Zh. Psihologija intellekta / per. A.M. Pjatigorskij. SPb.: «Piter», 2003. URL: [https://booksafe.net/read/piazhe\\_zhan-psihologiya\\_intellekta-169889.html](https://booksafe.net/read/piazhe_zhan-psihologiya_intellekta-169889.html)
  7. Chutkina G.M. Adaptacija pervoklassnikov k pedagogicheskomu processu shkoly: avtoref. dis. ... kand. ped. nauk. Min. gos. ped. in-t im. A. M. Gor'kogo. Minsk, 1987. 17 s.

Поступила в редакцию 03.08.2020.

Принята к публикации 06.08.2020.

---

*Для цитирования:*

Хазыкова Т.С. Организационно-педагогические условия адаптации первоклассников к школе // Гуманитарный научный вестник. 2020. №7. С. 78-85. URL: <http://naukavestnik.ru/doc/2020/07/Khazykova.pdf>