

Адаптация ребенка к школе и ее виды

Адаптация первоклассников — это механизм социализации личности ребенка, а также его включение в систему новых отношений и связей. Поступление в школу — это изменение всех привычных условий дошкольника, его вступление в новый социальный статус ученика. Такой сложный процесс у каждого протекает по-разному, поэтому педагоги, психологи и родители совместными усилиями должны помочь успешно адаптироваться малышу.



Существуют следующие этапы адаптации ребенка к школе

1. **Ориентировочный** (2-3 недели). На этом этапе организм бурно реагирует на существенные изменения в жизни ребенка, все его системы работают на пределе, работа проходит в стрессовом режиме. Ученик только знакомится с новой обстановкой и условиями, ищет возможности подстроиться.

2. **Неустойчивое приспособление** (2-3 недели). На этом этапе ребенок начинает привыкать к новым правилам, требованиям и нормам поведения. Организм ищет оптимальные пути решения, реагирует на стресс менее тревожно.

3. **Относительно устойчивое приспособление** (от 1,5 месяцев до года). К этому этапу все способы реагирования на возникающие ситуации найдены, ребенок спокойно действует на основе приобретенного опыта. Организм уже не испытывает стресс и не заставляет все системы работать на пределе возможностей.

Виды адаптации

Социальная адаптация предполагает, что ребенок должен овладеть новой социальной ролью — ролью ученика.

Включает в себя следующие компоненты:

- умение слушать учителя;
- понимание своих обязанностей и их выполнение;
- следование школьным порядкам и требованиям;
- хорошие отношения с одноклассниками;
- отсутствие конфликтных ситуаций;
- умение самостоятельно организовать и выполнить задание.

Физиологическая адаптация предполагает, что детский организм испытывает большой стресс из-за сильных изменений, связанных с учебной работой. Даже небольшая нагрузка заставляет ребенка испытывать сильное напряжение. Это часто приводит к переутомлению.

К показателям физиологической адаптации относятся также:

- самочувствие;
- качество сна;
- работоспособность;
- аппетит;
- различные заболевания и их обострение.

Психологическая адаптация

Этот вид адаптации зависит от готовности ребенка к школе: чем больше развиты психические процессы, тем успешнее она пройдет.

Оценивается по следующим параметрам:

- мотивация к учебе;
- готовность выполнять задания и понимать их;
- уровень развития познавательных процессов;
- ежедневное настроение;
- способность оценивать себя и свою работу.