

Загатина Светлана Викторовна

студентка

Научный руководитель

Орлова Людмила Александровна

д-р пед. наук, доцент, профессор

ФГБОУ ВО «Тульский государственный педагогический

университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

ФАКТОРЫ РИСКА АДАПТАЦИИ

СОВРЕМЕННЫХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

***Аннотация:** статья посвящена проблеме адаптации современных первоклассников к школе. На основе анализа научной литературы выявлены факторы риска адаптации, выделяются их группы: медико-биологические, психолого-педагогические и социальные. Сделан вывод о необходимости педагогического сопровождения как условия снижения факторов риска.*

***Ключевые слова:** адаптация, дезадаптация, факторы риска, начальное образование.*

Поступление в школу вносит большие изменения в жизнь ребенка. Ситуация, связанная с адаптацией к школе, является для первоклассника объективно трудной. Ребенок приобретает новый социальный статус ученика, что дает ему новые права и обязанности. Ведущий вид деятельности сменяется с игрового на учебный, поэтому появляется главный признак – наличие конкретной цели. Также меняется и биологический ритм за счет изменения режима дня. Успешная адаптация – это залог не только успеваемости, но и хорошего психологического состояния ребенка.

Как отмечает А.Г. Сетко, адаптация представляет собой непрерывный и тяжелый процесс приспособления организма ребенка к новым условиям окружающей среды. К трудностям адаптации относятся освоение нового школьного

пространства, выработка нового режима дня, вхождение в новый коллектив, принятие множества ограничений и взаимоотношение с учителем [8]. В исследованиях М.М. Безруких подчеркивается, что адаптация – это прежде всего изменение социальной структуры и формирование личности ребенка, появление новых обязанностей и прав, в результате чего учебная деятельность начинает восприниматься как социально значимая, а с другой стороны – формируется внутренняя позиция ребенка [3]. В.В. Катунова отмечала, что на адаптацию одновременно влияет несколько факторов: эмоциональное состояние ребенка, степень тревожности, учебно-познавательная сфера, социально-коммуникативная сфера и биологические факторы [5].

Факторы риска адаптации первоклассников к школе – это объективно условия, которые повышают вероятность возникновения школьной дезадаптации, снижают успешность приспособления ребенка к новым условиям обучения и могут приводить к нарушениям здоровья, поведения или учебной деятельности. В отличие от трудностей, факторы риска требуют целенаправленной профилактики.

Анализ научной литературы позволяет выделить три группы факторов риска адаптации первоклассников.

Медико-биологические факторы риска.

О.В. Баландина и Е.Д. Божкова, изучая состояние ребенка в период адаптации к школе, выделяют следующие медико-биологические факторы риска: проблемы со здоровьем в виде резкой и необоснованной боли в животе, снижение иммунитета, нарушение физического развития [1]. Все это приводит к быстрой утомляемости ребенка и в конечном итоге – к дезадаптации. А.К. Барышникова и И.В. Тимофеев получили данные, демонстрирующие, что к концу учебного года сдвиг в состоянии здоровья в сторону появления новых заболеваний наблюдается у 36% мальчиков и 50,9% девочек [2].

Психолого-педагогические факторы риска.

В.В. Катунцова в своих исследованиях выделяет такие факторы риска, как синдром дефицита внимания и гиперактивности, агрессивное или чрезмерно замкнутое поведение в связи со стрессом и сильным эмоциональным потрясением [5]. Данные факторы снижают уровень успешной адаптации и способны приводить к дезадаптации. Н.Н. Заваденко выявил признаки дезадаптации у 31,6% исследуемых детей [4].

Социальные факторы риска.

В.А. Ратко и Л.А. Жарич доказывают существование следующих социальных факторов риска: множество раздражителей в школьной среде, отсутствие поддержки со стороны учителя, невнимание к состоянию здоровья ребенка со стороны родителей, отсутствие у первоклассников коммуникативных навыков [7]. Такие риски лишают ребенка чувства безопасности, что, по мнению В.В. Медведевой, приводит к тому, что 20% первоклассников сталкиваются с трудностями в период адаптации [6].

Необходимо подчеркнуть, что факторы риска адаптации современных первоклассников отличаются от традиционного понимания, которое сложилось 10–30 лет назад. Современные исследования (особенно работы 2020–2024 гг.) фиксируют следующие новые характеристики.

Цифровая среда. Раннее и интенсивное использование гаджетов до школы снижает произвольное внимание, способность выдерживать учебную нагрузку и навыки живого общения.

Информационные перегрузки. Обилие требований, электронных ресурсов, кружков и дополнительных занятий создает хронический стресс.

Снижение игрового опыта. Сокращение ролевых и коллективных игр в дошкольном возрасте ведет к дефициту саморегуляции и навыков взаимодействия со сверстниками.

Рост числа детей с особенностями нарушениями здоровья, что подтверждается современной эпидемиологией (по данным Н.Н. Заваденко – 31,6%, по

данным А.К. Барышниковой и И.В. Тимофеева – ухудшение здоровья более чем у трети первоклассников к концу года).

Если традиционные факторы риска были связаны преимущественно с уровнем подготовки к школе и семейным воспитанием, то у современных первоклассников к ним добавляются цифровые, информационные и регуляторные перегрузки, требующие иного подхода к педагогическому сопровождению.

Таким образом, период адаптации объективно труден для первоклассника. Самостоятельно преодолеть эти трудности ребенок не может в силу отсутствия опыта. Поэтому со стороны педагога требуется педагогическое сопровождение первоклассников к школе, под которым в науке понимается комплекс мероприятий, направленных на помощь ребенку в преодолении трудностей, связанных с переходом в школу. Это целостная и организованная деятельность, в процессе которой создаются необходимые условия для обеспечения успешного обучения и развития каждого ребенка в школьной среде. Эффективность педагогического сопровождения зависит от взаимодействия всех участников образовательного процесса: педагога, родителей, психологов и самого ученика. Снижение факторов риска адаптации современных первоклассников требует учета именно новых – цифровых и информационных – вызовов.

Список литературы

1. Баландина О.В. Медико-биологические факторы риска школьной дезадаптации у первоклассников / О.В. Баландина, Е.Д. Божкова // Российский педиатрический журнал. – 2022. – Т. 25. №4. – С. 45–49.

2. Барышникова А.К. Показатели здоровья и адаптационный потенциал первоклассников / А.К. Барышникова, И.В. Тимофеев // Российский педиатрический журнал. – 2024. – Т. 27. №1S. – С. 17–18.

3. Безруких М.М. Физиологические основы адаптации первоклассников к школе / М.М. Безруких // Физиология человека. – 2021. – Т. 47. №2. – С. 56–63.

4. Заваденко Н.Н. Синдром дефицита внимания и гиперактивности как фактор школьной дезадаптации / Н.Н. Заваденко, Т.Ю. Успенская // Журнал неврологии и психиатрии им. С.С. Корсакова. – 2019. – Т. 119. №4. – С. 67–73.
5. Катунова В.В. Психолого-педагогические предикторы дезадаптации младших школьников / В.В. Катунова // Вопросы психологии. – 2021. – №3. – С. 112–120.
6. Медведева В.В. Отчёт об адаптации детей первого года обучения / В.В. Медведева // Вестник образования. – 2024. – №1. – С. 15–22.
7. Ратко В.А. Социальные факторы адаптации первоклассников в цифровой среде / В.А. Ратко, Л.А. Жарич // Социологические исследования. – 2023. – №2. – С. 88–96.
8. Сетко А.Г. Физиолого-гигиеническая характеристика адаптационного потенциала организма первоклассников в условиях современного школьного образования / А.Г. Сетко, Е.В. Булычева, Е.И. Носова // Здоровье населения и среда обитания. – 2020. – №5(326). – С. 18–24. DOI 10.35627/2219-5238/2020-326-5-18-24. EDN ZCDAUP