Скрягина Татьяна Даниловна
старший воспитатель
Зозуля Татьяна Викторовна
педагог-психолог
Семенова Екатерина Александровна
воспитатель
Новикова Валерия Анатольевна
учитель-логопед

МБДОУ МО г. Краснодар «Д/С №116»
г. Краснодар, Краснодарский край

ПРЕЕМСТВЕННОСТЬ ДОШКОЛЬНОГО И НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ КАК ФАКТОР УСПЕШНОЙ ШКОЛЬНОЙ АДАПТАЦИИ

Аннотация: *статье рассматривается психофизиологическая готовность детей к систематическому школьному обучению как комплексный феномен, не сводимый к овладению учебными навыками. Школьная адаптация анализируется как критический период, связанный с освоением новой социальной роли ученика, изменением поведения и психоэмоциональным напряжением. Особое внимание уделено типичным трудностям первоклассников – тревожности, снижению самооценки, астении – и признакам успешной адаптации. Обосновывается необходимость комплексного психолого-педагогического сопровождения, включающего программы преемственности, щадящий режим обучения в первом полугодии и вовлечение родителей. Подчёркивается, что благополучное вхождение ребёнка в школьную жизнь возможно лишь при согласованной работе учителя, семьи и школьной психологической службы.*

Ключевые слова: *школьная адаптация, психофизиологическая готовность к школе, первоклассник, дезадаптация, психолого-педагогическое сопровождение, преемственность дошкольного и начального образования, учебная деятельность, социальная роль учащегося.*

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Проблема подготовки учащихся к жизни в новом, стремительно меняющемся социально-экономическом и культурном пространстве находит особую актуальность в связи с возникающими вопросами об эффективности начального этапа обучения. Современная школа требует от первоклассника не столько заученных фактов, сколько высокой нейродинамической выносливости, способности к саморегуляции и умения учиться в цифровой среде. Поэтому возникает закономерный вопрос: в какой степени способен вступающий в школьную жизнь ребенок учиться без выраженных затруднений? Ребенок, не достигший необходимого уровня психофизиологического развития, не привыкший к школьной жизни в период адаптации, сталкивается в школе с массой трудностей и неудач, что может иметь долгосрочные отрицательные последствия: от формирования школьной тревожности и стойкого отвращения к учебе до деформации личностных качеств. В этой связи возникла острая необходимость пересмотра работы по вопросам адаптации, глубокого анализа и преодоления различных трудностей, систематизации и поиска их первопричин, а также наметить научно обоснованные пути решения проблемы адаптации первоклассников.

Первый шаг в жизни ребенок делает с помощью своих близких – мамы, папы, бабушки, дедушки, которые всегда рядом, помогут и поддержат. А первые шаги в школе помогает сделать еще один человек – первая учительница. И именно от ее профессиональной и личностной зрелости зависит, какими будут эти шаги: легкими и уверенными или тяжелыми и с препятствиями. Учитель первого класса выступает не просто транслятором знаний, а архитектором новой социальной ситуации развития ребенка. Он должен обладать навыками кризисного психолога, чтобы вовремя заметить маркеры дезадаптации: соматические жалобы (боли в животе, головные боли без видимых причин), регресс в поведении (ребенок начинает вести себя как трехлетний), двигательное беспокойство или, наоборот, заторможенность. Помочь преодолеть препятствия, возникающие на этом пути, должна школа, которая обязана приспособиться к жизни ребенка, вместе с ним преодолевать трудности, то есть двигаться вперед. Иначе не будет раз-

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

вития ни ребенка, ни школы. Школа должна трансформироваться из строго регламентированного учреждения в гибкую развивающую среду, где правила служат опорой, а не инструментом подавления. Процесс адаптации тесно связан с тем, насколько ребенок способен отвечать новым требованиям. Период приспособления первоклассника к школьному обучению может сопровождаться ростом внутренней напряженности, повышением уровня ситуативной тревожности и временным снижением самооценки. Важно понимать, что это естественная «физиологическая буря» – реакция организма на смену динамического стереотипа, которая при грамотном педагогическом сопровождении проходит за 1,5–2 месяца.

Большинство детей, идущих в первый класс, сегодня действительно достаточно подготовлены интеллектуально. Желание новизны, осознание важности изменения своего социального статуса: «Я уже ученик!», готовность к выполнению поставленных перед ним задач помогают ребенку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий, иерархии дел и т. д. Однако парадокс заключается в том, что именно интеллектуально развитые, но эмоционально незрелые дети часто адаптируются сложнее: они быстрее схватывают материал, но не умеют ждать, проигрывать и подчиняться общим правилам, что ведет к конфликтам в коллективе.

Как правило, опытный учитель и родители знают и понимают, насколько важно, чтобы требование соблюдения правил и норм поведения не было эпизодическим и не зависело от настроения. Единство требований – фундамент адаптации. Если дома ребенку разрешают перебивать взрослых, а в школе за это наказывают, возникает когнитивный диссонанс, разрушающий доверие к взрослым. Учитель должен с самого начала объяснить детям не только что от них требуется, но и почему это важно для жизни всего класса. Важно сразу показать ученику отличие его новой позиции, прав и обязанностей от того, что было раньше, в дошкольном детстве. От отношения учителя к учащимся на этом начальном этапе адаптации к школе во многом зависит то, как будут складываться отношения

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

«учитель – ученик», отношения, определяющие в значительной степени психологическую адаптацию ребенка в школе. Педагогу необходимо сознательно избегать публичного сравнения детей, использовать только содержательную обратную связь («Ты сегодня сделал на одну строчку больше», а не «Ты молодец, а Петя – нет») и транслировать установку на успех для каждого.

Проблема адаптации первоклассников к школе волнует многих практикующих педагогов. Каждый находит свое решение данной проблемы исходя из особенностей детей и своего педагогического почерка. Однако сегодня этого недостаточно; необходим переход от интуитивного поиска к системной, командной работе.

Подход к такому сложному и ответственному периоду в жизни каждого ребенка должен быть комплексным, что соединяет скоординированные усилия всех участников образовательного процесса: администрации, психолога, логопеда, учителя, медицинских работников и семьи.

На сегодняшний день во многих школах сложилась своя система психолого-педагогического сопровождения адаптации первоклассников. В первую очередь это программа преемственности «Подготовка к школе» и курс «Введение в школьную жизнь». Главная цель – помочь шестилетним детям построить содержательный, позитивный образ настоящего школьника, который будет способствовать лучшей адаптации их к школе в условиях систематического обучения. Эффективная программа подготовки строится не на дублировании программы первого класса (натаскивание на чтение и счет), а на развитии школьно-значимых функций: произвольного внимания, фонематического слуха, пространственной ориентации и, главное, умения работать по инструкции в группе. Занятия проводит будущий учитель в стенах школы, чтобы дети чувствовали себя более комфортно при поступлении в школу, знали расположение туалета, столовой и своего будущего кабинета. Содержание занятий носит развивающий характер и направлено на формирование у детей более точного представления о школе и роли учащегося в ней. Эта программа позволяет дошкольникам не только усваивать обучающие знания, умения и навыки, но также готовит их к будущей школьной

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

жизни, снимая страх перед неизвестностью. Занятия проходят в игровой форме, решают дидактические, коррекционные и терапевтические задачи, развивают воображение, дивергентное мышление и язык. В свою очередь, учитель ведет наблюдение за индивидуальным развитием детей, через общение с их родителями, посещая (с согласия семьи) дошкольные учреждения, накапливает богатейшую информацию о каждом ребенке, его темпераменте и семейной ситуации. Все это помогает подготовиться к началу учебного года и заранее сформировать смешанные по темпераменту и уровню подготовки микрогруппы.

Адаптация ребенка в школу будет тем успешнее, чем активнее в этот процесс будет вовлечена его семья. Однако здесь кроется серьезный риск: часто именно гиперопека или, наоборот, завышенные ожидания родителей становятся главным фактором дезадаптации. Поэтому целесообразна системная работа с родителями будущих первоклассников, это не просто лекции, а практические семинары, тренинги и консультации на темы: «В игре готовимся к школе: как развивать руку и внимание», «Готов ли мой ребенок пойти в школу: чек-лист для родителей», «Портрет будущего первоклассника: эмоциональный интеллект важнее грамотности», «Трудности первого года: как не стать тревожным родителем».

Среди психолого-педагогических мероприятий, направленных на облегчение адаптации детей к школе, важное место принадлежит грамотной организации учебного процесса и уменьшению учебной нагрузки на первом этапе обучения. Помимо сокращения урока до 30–35 минут в первом полугодии, современная практика включает следующее.

1. «Щадящий режим»: отсутствие цифровых отметок в первом полугодии, замена их на словесную качественную оценку и систему поощрений (например, «линеечки успеха»).

2. Обязательное проведение не менее 2–3 динамических пауз (физкультминуток) в течение урока для снятия статического напряжения.

3. Отсутствие домашних заданий в первые месяцы или их выполнение в форме игры, занимающей не более 10–15 минут.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

4. Организация «динамической перемены» после второго урока, когда дети под присмотром педагога могут свободно двигаться в рекреации.

5. Уроки по 30 минут, обязательными являются 3 первых урока, родители могут забрать ребенка после третьего урока в период острой адаптации (сентябрь).

6. В уроки обязательно включаются элементы игры, театрализации, а если есть возможность, то часть занятий (окружающий мир, физкультура) проводится на открытом воздухе.

7. Введение должности тьютора или наставника (из числа учеников 4-х классов) для помощи первоклассникам в ориентации в школьном пространстве и на перемене.

Для объективного контроля за процессом в школе целесообразно вести «Карту адаптации первоклассника», где фиксируются не только учебные успехи, но и уровень утомляемости, аппетит, качество сна (по данным родителей) и характер общения со сверстниками. Это позволяет вовремя выделить «группу риска» и подключить к работе школьного психолога и логопеда до того, как трудности перерастут в неуспеваемость.

Список литературы

1. Анисимова, Т. Б. Ваш ребенок идет в школу: тревоги и страхи детей и родителей / Т. Б. Анисимова. – Ростов-на-Дону : Феникс, 2005. – 251 с.

2. Баданина, Л. П. Адаптация первоклассника: комплексный подход / Л. П. Баданина // Образование в современной школе. – 2003. – № 6. – С. 37–45.

3. Батуев, А. С. Высшая нервная деятельность : учебник для вузов / А. С. Батуев. – 2-е изд., испр. и доп. – Санкт-Петербург : Лань, 2002. – 416 с.

4. Безруких, М. М. Знаете ли вы своего ученика? : пособие для студентов пединститутов, пед. уч-щ и колледжей и родителей / М. М. Безруких, С. П. Ефимова. – 2-е изд. – Москва : Академия, 1997. – 230 с.

5. Гуткина, Н. И. Психологическая готовность к школе / Н. И. Гуткина. – Москва : Академический Проект, 2000. – 189 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

6. Ковалева, Л. М. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе / Л. М. Ковалева, Н. Н. Тарасенко // Начальная школа. – 1996. – № 7. – С. 17–22.

7. Коломинский, Я. Л. Учителю о психологии детей шестилетнего возраста : кн. для учителя / Я. Л. Коломинский, Е. А. Панько. – Москва : Просвещение, 1988. – 190 с.

8. Кравцова, Е. Е. Психологические проблемы готовности детей к обучению в школе / Е. Е. Кравцова ; НИИ дошк. воспитания АПН СССР. – Москва : Педагогика, 1991. – 150 с.

9. Особенности психического развития детей 6–7-летнего возраста / Е. З. Басина, Л. В. Берцфаи, Е. А. Бугрименко [и др.] ; под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера. – Москва : Педагогика, 1988. – 135 с.

10. Платонова, А. А. Успешное завтра будущего первоклассника / А. А. Платонова // Начальная школа. – 2005. – № 5. – С. 102–104.

11. Подласый, И. П. Курс лекций по коррекционной педагогике : учеб. пособие для студентов сред. спец. учеб. заведений / И. П. Подласый. – Москва : ВЛАДОС, 2002. – 350 с.

12. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования : Приказ Минпросвещения России : от 31.05.2021 №286.

13. Цукерман, Г. А. Введение в школьную жизнь : программа адаптации детей к школьной жизни : пособие для учителя / Г. А. Цукерман, К. Н. Поливанова. – 3-е изд. – Москва : Вита-Пресс, 2014. – 127 с.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)