

## РОЗДІЛ II

### Теорія навчання

УДК 373.3.011.3-052:316.614

Надія Алєндарь

#### Адаптація першокласників до навчання в школі

У зв'язку з реформуванням усіх ланок освіти в Україні актуальною є проблема адаптації першокласників до навчання в школі.

У статті розглянуто проблему адаптації першокласників до навчання в школі. Виокремлено чинники, що впливають на успішність адаптації дитини до школи, та вміщено рекомендації батькам щодо полегшення цього процесу.

**Ключові слова:** соціалізація, адаптація, адаптація до навчання в школі, молодший шкільний вік, першокласники.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** У зв'язку з реформуванням освіти в Україні у сучасних школах актуальною є проблема адаптації першокласників до навчання в школі. Вступ дитини до школи це період адаптації учня-першокласника до нового кола спілкування, до шкільного життя, до збільшення фізичного та емоційного навантаження. Першокласник має «влитися» у навчально-виховний процес, адаптуватися до нової для себе систематичної навчальної роботи, вимог класно-урочної системи, соціального середовища дитячого колективу, вимог, які висуває вчитель. Маючи багато нових шкільних обов'язків, він повинен ретельно й разом з усім класом працювати на уроці, бути стриманим, вчасно готувати домашні завдання та долати певні труднощі навчання. Навчально-виховний процес у школі ставить перед першокласником низку вимог, а саме: пристосування до заданого темпу уроку, швидкої зміни видів діяльності, потреба вставати та відповідати на запитання вчителя та ін.

Дослідження вчених В. Мухіної, Н. Головань та інших учених показують, що шестирічний вік у дитячому розвитку – це найбільш сприятливий період для початку навчання в школі. Учені називають цей вік «віком пам'яті», оскільки саме в цей час інтенсивно розвивається довільна, керована вольо-вим компонентом пам'яті [3, 54].

У шестирічному віці дитина відчуває певну невизначеність під час адаптації до школи, і це підвищує її здатність до наслідування. Так, В. Мухіна виділяє два типи здатності до наслідування: 1) мимовільний; 2) довільний. Мимовільний полягає в запозиченні дитиною манери поведінки однолітків, учителя. При цьому дитина, сама не помічаючи, запозичує дію. Мимовільно дитина може наслідувати і позитивні прояви поведінки, і негативні. Під час довільного наслідування дитина свідомо, цілеспрямовано копіює поведінку інших людей [7].

Отже, шість років – це період життя дитини, коли відбувається її інтенсивний розвиток. Дитина розвивається фізично, розумово, психологічно, активно розвиваються всі психічні процеси (мислення, увага, уява і т. д.), збагачується словниковий запас. Саме тому психологи та педагоги вважають цей вік найбільш сприятливим для початку навчання в школі. Знання вчителями і батьками вікових психологічних особливостей дітей-шестирічок допоможе правильно побудувати навчально-виховний процес та досягти високих результатів у навчанні [7].

**Мета** статті – проаналізувати процес адаптації першокласника до навчання в школі. У статті вміщено рекомендації, які можуть допомогти батькам полегшити цей процес.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Адаптація першокласників до навчання в школі – одна з найактуальніших проблем, яку намагаються вирі-

шити і педагоги, і психологи, і соціальні педагоги. Процес адаптації учня в школі – це процес становлення дитини як суб'єкта навчальної діяльності: по-перше, тому, що під час адаптації до шкільного навчання дитина отримує орієнтацію в системі поведінки, яка надовго визначає подальший її розвиток; по-друге, під час цього процесу формується учнівський колектив із певним рівнем соціально-психологічної згуртованості. Взаємини у класі виступають могутнім засобом залучення особистості дитини до нових соціальних функцій, культури, норм поведінки, які панують у школі.

Аналіз різних наукових джерел дає підстави стверджувати, що адаптація – універсальна форма взаємодії людини з навколишнім середовищем. Це складне соціально зумовлене явище, що охоплює три рівні адаптивної поведінки людини: біологічний, психологічний і соціальний із провідною роллю останнього. Адаптивну діяльність людей мотивують соціально зумовлені потреби. Водночас, як свідчать результати нашого дослідження, їй притаманне і специфічно біологічне. Все це характеризує адаптацію як цілісний біопсихосоціальний процес.

Під час дослідження ми з'ясували, що процес адаптації першокласників відбувається на всіх її рівнях:

- біологічному (пристосування до нового режиму навчання й життя);
- психологічному (прийняття нової системи вимог, пов'язаних із виконанням навчальної діяльності);
- соціальному (входження до учнівського колективу) [4].

Період адаптації дитини-першокласника до школи може тривати від двох-трьох тижнів до півроку. Адаптаційний період залежить від багатьох чинників, а саме:

- індивідуальних особливостей дитини;
- характеру взаємостосунків з іншими;
- типу навчального закладу (рівень складності освітньої програми);
- ступеня підготовленості дитини до шкільного життя.

Як свідчать результати нашого дослідження, звикання до школи – тривалий індивідуальний процес. Процес адаптації складається з багатьох тісно взаємозв'язаних аспектів: соціального, педагогічного, фізіологічного, психологічного тощо. Особливе місце займає фізіологічна і психологічна адаптація дитини. Батькам першокласників слід розуміти, що адаптація до школи – це процес багатоплановий, тобто в ньому задіяно і фізіологічні явища, і соціально-психологічні. Перед першокласниками в школі ставиться багато завдань, що вимагають від них розумового й фізичного напруження.

Науковці виділяють такі чинники, що впливають на успішність адаптації дитини до школи:

- функціональна готовність до початку систематичного навчання: організм дитини має бути функціонально готовий, тобто має досягти такого рівня розвитку окремих органів і систем, щоб адекватно реагувати на дії зовнішнього середовища;
- вік початку систематичного навчання;
- рівень тренуваності адаптаційних механізмів: першокласники, що відвідували раніше дитячий садочок, значно легше адаптуються до школи, ніж ті діти, які не відвідували, які не звикли до тривалого перебування в дитячому колективі;
- особливості життя дитини в сім'ї: велике значення мають такі моменти, як психологічна атмосфера в сім'ї, взаєностосунки між батьками, стиль виховання, статус дитини в сім'ї, домашній режим життєдіяльності дитини тощо;
- психологічна готовність до шкільного навчання: психологічна готовність передбачає інтелектуальну готовність (рівень розвитку пізнавальних здібностей), емоційно-вольову (емоційна зрілість, адекватність емоційного реагування, вольова регуляція поведінки) й особову готовність (мотиваційна готовність, комунікативна готовність);
- раціональна організація навчальних занять і режиму дня: однією з головних умов, без яких неможливо зберегти здоров'я дітей протягом навчального року, є відповідність режиму навчальних занять, методів викладання, змісту і насиченості навчальних програм, умов зовнішнього середовища віковим можливостям першокласників;
- відповідна організація рухової активності дитини: рухова активність – найефективніший спосіб вчасного запобігання стомлюваності, підтримки високої працездатності.

Аналіз наукової літератури дає змогу виділити такі типи адаптації: соціальний, шкільний, психологічний, фізичний. Соціальну адаптацію слід вважати процесом активного пристосування до умов

соціального середовища через прийняття і засвоєння норм та стилів поведінки, цілей та цінностей, прийнятих у суспільстві. Шкільна адаптація – процес пристосування дитини до умов шкільного життя, засвоєння його правил та норм, до пізнавальної діяльності, засвоєння потрібних навчальних знань, картини світу. Під психічною адаптацією розуміють процес взаємодії особистості з середовищем, при якому особистість повинна враховувати особливості середовища, активно на нього впливати, щоб забезпечити задоволення своїх потреб і реалізацію значимих ланцюгів [1].

Термін «шкільна адаптація» вживається як характеристика рівня пристосування дитини до шкільних умов. Водночас у діяльності шкільних психологів цей термін використовується і для опису різних навчально-виховних проблем і труднощів. Як зазначають вчені, ефективність адаптаційного процесу дитини до навчання буде визначати успішність учіння, збереження психічного й фізичного здоров'я [1, 1].

Б. Маршинін розглядав шкільну адаптацію як складний процес, який поєднує адаптацію функціональну, навчальну та соціально-психологічну. Під функціональною адаптацією розуміють пристосування особистості до виконання обов'язків, зумовлених функціональним призначенням навчальної діяльності. Під навчальною – пристосування до умов навчання в освітніх закладах. Щодо соціально-психологічної адаптації, то її визначають як найоптимальніше пристосування дитячої психіки до умов шкільного середовища через засвоєння і прийняття цілей, цінностей, норм і стилів поведінки, прийнятих у цьому середовищі [5].

Першокласники неоднаково успішно адаптуються до нових умов життєдіяльності. Зокрема, в дослідженні Г. Чуткіної виявлено три рівні адаптації до школи:

- високий – першокласники позитивно ставляться до школи, вимоги, що висуваються перед ними, сприймають адекватно; вчать добре, уважні, самоконтролюють поведінку, швидко включаються в суспільну роботу;
- середній – першокласники позитивно ставляться до школи, добре засвоюють навчальний матеріал, уважні, завдання та доручення виконують під контролем дорослих, суспільні доручення самостійно не виконують, але беруться за них, якщо їм доручають;
- низький – першокласники негативно або індивідуально ставляться до школи, домінує пригнічений настрій, спостерігаються порушення дисципліни, до уроків готуються нерегулярно, виникають часті скарги на стан здоров'я [6].

У свою чергу, Т. Дуткевич виділяє такі труднощі соціально-психологічної адаптації дитини до вимог навчання в школі:

- зміна режиму життєдіяльності. Дорослий повинен чітко, зрозуміло розкривати вимоги та доброзичливо контролювати їх виконання, використовуючи переважно схвалення дій дитини;
- специфіка відносин з учителем. Учитель займає іншу позицію, ніж вихователь дошкільного закладу. Він оцінює насамперед результати діяльності учня, а не його особистість. Дитина ж прагне до схвалення своїх дій з боку дорослого, а коли немає такого схвалення, вважає, що дорослий його «не любить»;
- нові вимоги в сім'ї, члени якої починають серйозніше ставитись до дитини, до її діяльності в школі. Зростає обов'язковість у поведінці дитини. У центрі відносин з батьками – результати й процес учіння;
- згасання інтересу до школи при появі перших труднощів у навчанні, коли потрібно докласти зусиль, проявити наполегливість, працелюбність. Подальший розвиток позитивної навчальної мотивації залежить від формування навчальної діяльності [4].

Досліджуючи проблему адаптації дитини шестирічного віку до навчання в школі, ми актуалізуємо роль батьків у цьому процесі та їх готовність до успішних адаптаційних змін у життєдіяльності першокласника. Ідеться насамперед про турботу батьків щодо забезпечення належних умов життєдіяльності майбутнього учня – режиму відпочинку, харчування, організації дозвілля дитини. Дотримання режиму має важливе виховне значення. У дітей, які привчилися до самообслуговування і виконання посильних доручень, закріплюються набуті навички. Організуючи життєдіяльність дитини у сім'ї, що сприяє її фізичному, розумовому, моральному, вольовому розвитку, батьки тим самим надають допомогу першокласникові в успішному засвоєнні програмних знань. Водночас увага до інтелектуального розвитку, успіхів у навчанні не повинна приводити до ігнорування інших факторів, які впливають на формування особистості дитини, – становлення її взаємин з ровесниками,

усвідомлення нею свого місця і позиції в учнівському колективі, її участі в житті класу. Тому батьки мають обговорювати спільно з дітьми події кожного шкільного дня, проявляючи інтерес не тільки з формального боку справи (чи всі завдання вчителя дитина виконала на уроці, скільки разів відпо-відала на його запитання тощо). При цьому їм не слід обмежуватися тим, що стосується безо-середньо їх дитини, а потрібно розпитувати і про цікаве на уроці, перерві, про однокласників.

Під час дослідження ми встановили, що батькам першокласників для полегшення процесу адап-тації дітей до навчання в школі потрібно взяти до уваги такі рекомендації:

- пояснити дитині, що означає «бути першокласником» та для чого це потрібно;
- дотримуватись режиму дня;
- навчити першокласника задавати вчителю питання (не боятися, не соромитися і т. д.);
- розвивати комунікабельні здібності;
- навчити виконувати правила школи;
- підтримувати бажання вчитися, заохочувати;
- уважно вислуховувати дитину;
- активно взаємодіяти з учителем.

**Висновки.** Отже, як свідчить аналіз соціально-педагогічної літератури, проблема адаптації першокласників до навчання в школі дуже складна. Вона ускладнюється ще й через несформованість відповідних психічних новоутворень дітей молодшого шкільного віку, які б забезпечували здійс-нення ними навчальної діяльності. Від того, наскільки вчасною і цілевідповідною буде допомога вчителів та батьків першокласникові в подоланні труднощів, залежить імовірність позитивної адап-тації дитини до школи.

#### *Джерела та література*

1. Адаптація дитини до школи / упоряд. С. Максименко, К. Максименко, О. Главник. – К. : Мікрос-СВС, 2003. – 111 с.
2. Адаптація дітей у 1, 5, 10 класах / упоряд. Т. Червонна. – К. : Шк. світ, 2008. – 128 с.
3. Головань Н. О. Вікові особливості дітей шестирічного віку та їх діагностика / Н. О. Головань // Навчання та виховання шестирічних першокласників. – К. : Освіта, 1990. – С. 52–67.
4. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія : навч. посіб. / Т. В. Дуткевич. – К. : Центр учбової л-ри, 2012. – 424 с.
5. Клиническая психология в социальной работе : учеб. пособие для студ. высш. учеб. завед. / под ред. Б. А. Маршнина. – М. : Академия, 2003. – 288 с.
6. Коцур Н. Психофізіологічний розвиток дошкільнят як один із критеріїв соціальної адаптації при вступі до школи / Н. Коцур, Л. Гармаш // Гуманізація навчально-виховного процесу. – Слов'янськ : [б. в.], 2010. – Спецвип. 4, ч. 1. – С. 172–179.
7. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития / В. С. Мухина. – 10-е изд. – М. : Изд. центр «Академия», 2006. – 607 с.
8. Сеніна В. К. Психолого-педагогічні особливості шестирічних першокласників / В. К. Сеніна, Є. Г. Бон-дар // Вісн. Черніг. держ. пед. ун-ту ім. Т. Г. Шевченка. – Сер. : Психол. науки. – Чернігів : ЧДПУ, 2009. – Вип. 68. – С. 119–121.

**Алендарь Надежда.** Адаптация первоклассников к учебе в школе. В связи с реформированием всех звеньев образования в Украине актуальной является проблема адаптации первоклассников к обучению в школе.

В статье рассмотрена проблема адаптации первоклассников к учебе в школе. Выделены факторы, которые влияют на адаптацию ребенка к школе и предоставлено рекомендации родителям относительно облегчения этого процесса.

**Ключевые слова:** социализация, адаптация, адаптация к учебе в школе, младший школьный возраст, первоклассники.

**Alendar Nadiya.** *Adaptation of First-Class Boys is to the Studies at School.* The problem of adaptation of the first year pupils to studies in school is actual connected to the reformation of all levels of education in Ukraine. In the article the problem of adaptation of first-class boys is considered to the studies at school. Factors which influence on progress of adaptation of child to school and it is given recommendation parents are selected, in relation to the facilitation of this process.

**Key words:** socialization, adaptation, adaptation to the studies at school, midchildhood, first-class boys.

Стаття надійшла до  
редколегії 14.02.2013 р.