**Адаптація першокласників**

Початок навчання у школі — знакова подія в житті дитини, перший крок у доросле життя. І ми, дорослі, навіть у цей надскладний воєнний час відповідальні за те, щоб ця подія була радісною для першокласника.

Зазвичай, до початку навчального року батьки й діти починають готуватися заздалегідь – як практичними завданнями для інтелектуального розвитку так і морально, формуючи приємне очікування надбання ролі «школяр».

Вік 6-7 років традиційно пов’язаний з відповідною віковою кризою — періодом бурхливих змін, завдяки яким особистість дитини зростає та розвивається. Дозрівають лобні долі мозку, які відповідають за довільність діяльності, формуються самоконтроль та воля. Тепер дитина вчиться планувати та передбачати результати та наслідки своїх дій. – до біологічної та фізіологічної складової адаптації до навчання.

Розвивається логічне мислення, вміння класифікувати та узагальнювати явища. – Це про психічний розвиток.

Надважливе. Формується внутрішній образ «Я» та більш стале самовідношення. У формуванні позитивної самооцінки важливу роль відіграють оцінки вчителя, і тут варто пригадати про формувальне оцінювання в Новій українській школі, яке робить оцінки більш зрозумілим для дитини, спрямованими на пошук позитивного та корисного у будь-якому досвіді. Невід’ємною частиною «Я» дитини є соціальна складова. Тепер вона «учень» або «учениця», ця роль потребує формування нових звичок та паттернів поведінки, а також прийняття нових правил поведінки цього соціуму-класу (Приклади цих правил: готувати певні необхідні предмети на урок, уважно слухати, виконувати вказівки та завдання вчителя і.т.д.)

Провідне завдання першого класу – навчити дитину вчитися. Тому все, що відбувається протягом першого класу закладає основу майбутніх успіхів і саме тому тема адаптації у першому класі вкрай важлива.

Перший рік навчання - період адаптації школяра:

* до нового кола спілкування,
* до нового укладу життя,
* до збільшення фізичного та емоційного навантаження.

Щоб у дитини не сформувався комплекс неповноцінності через низку невдач, протягом першого року навчання старанність першокласників і їх успішність оцінюється виключно у словесній формі без застосування системи балів.

Соціально-психологічна адаптація полягає в освоєнні нового соціального статусу «учень», а також у налагодженні ефективного спілкування з однолітками і вчителем.

Спостереження соціального педагога спрямоване на вивчення емоційного сприйняття першокласниками процесу навчання та їх ставлення до школи.

Первинна адаптація дітей до школи, без перебільшення, є найскладнішим для дітей і найвідповідальнішим для дорослих. У рамках даного етапу - з вересня по січень - здійснюєтьсяється:

**1.** Консультативна й просвітницька робота з батьками першокласників, яка спрямована на ознайомлення дорослих з основними завданнями й труднощами періоду первинної адаптації, тактикою спілкування й допомоги дітям.

**2.** Групових й індивідуальні консультації з педагогами для вироблення єдиного підходу до окремих дітей і єдиної системи вимог до класу з боку різних вчителів і вихователів, які працюють з класом.

**3.** Методична робота педагогів, направлена на побудову учбового процесу відповідно до індивідуальних особливостей і можливостей першокласників, виявлених в ході діагностики й спостереження за дітьми в перші тижні навчання.

**Звикання до школи - тривалий індивідуальний процес.** Згідно зі статистикою, тільки 50% дітей адаптується до нових умов і вимог протягом шести місяців. Другий половині потрібно більше часу. Від чого залежить тривалість адаптації? Перш за все, від того, чи була дитина психологічно готова до школи, а також від її стану здоров'я та рівня розвитку.

За основу визначеня рівня адаптації , у своїй роботі користувалася даними методиками:

1. ***Проективний тест особистих відношень, соціальних емоцій і цілісних орієнтацій « Будиночок».***

Методичною основою тесту є кольорово-асоціатівний експеримент, відомий за тестом відношень А.Еткінда. Тест розроблений О.А.Ореховою і дозволяє провести діагностику емоційної сфери дитини, а саме вищі емоції соціального генезу, особистісні переваги і дяльнісні орієнтації, що робить його особливо цінним з точки зору емоційного ставлення дитини до школи. Процедура дослідження складається з трьох завдань, які передбачають розфарбовування, і триває близько 20 хвилин.

1. ***За допомогою опитування : « Мій клас***», визначається рівень соціальної приналежності учнів до адаптації у соціумі. Кожному учневі запропоновано розповісти про свій клас таким який він є на думку кожного. Більшість дітей бачать клас дружнім та комфортним.

Отже, за допомогою даного діагностичного інструментарію для визначення рівня адаптації учнів 1 класу, можна зробити дані висновки: у 1 класі Малоперещепинського ліцею навчаються - 14 учнів, з них 11 – дівчаток, 3 – хлопчиків. Позитивний мікроклімат класу який створений класним керівником добре впливає на дітей та їх навчання.

**8 дітей мають – високий рівень адаптації.**

**5 дітей мають - середній рівень адаптації.**

**1 дитина має - низький рівень адаптації.**

Як зрозуміти, що дитина успішно адаптувалася?

***По-перше***, процес навчання викликає у першокласника позитивні емоції, він впевнений у собі і не відчуває страх.

***По-друге***, новоспечений учень справляється зі шкільною програмою.

***По-третє***, дитина проявляє самостійність при виконанні домашніх завдань і звертається за допомогою до мами або тата тільки після того, як сама спробувала їх виконати.

***По-четверте***, першокласник задоволений своїми стосунками з однокласниками і вчителем.

Кожному, хто працює у першому класі слід розуміти, що адаптація до школи - це процес багатоплановий, тобто в ньому задіяно як фізіологічні явища, соціально-психологічні так і соціально-педагогічні.

**Рекомендації вчителям щодо успішної адаптації учнів :**

1. Ураховувати вікові й індивідуальні психологічні особливості дітей.

2 . Зняття неуспішного оцінювання на перших етапах навчання.

3. *Запобігання груповій критиці дитини* або її робіт, а також порівнянь її помилок з постійними успіхами інших учнів.

4. Порівнювати якість роботи дитини тільки з її попередніми роботами.

5. Вказуючи на помилки, намітити шлях до успіху.

6. *Акцентування уваги на успіхах учня, перемогах.*

7. Створювати ситуації успіху.

8. Надавати емоційну підтримку учням *словами, поглядом, дотиком.*

9. Запобігати частому використанню в мові слів-заперечень.

10. Уроки організовувати лише на позитивних емоціях.

11. *Недопускати ситуації стресу на уроках.*

12. Використовувати гру, наочність .

13. Пам’ятати правило: ***«Учитель, який використовує у роботі***

***лише книжку і дошку, – нічому не вчить»***

**АДАПТАЦІЯ УЧНІВ 5-го КЛАСУ ДО НОВИХ УМОВ НАВЧАННЯ**

Упродовж усього життя нам (і дорослим, і дітям) доводиться адаптуватись до різних ситуацій. Переступаючи поріг школи, дитина також увесь час адаптується: до дітей, до вчителів, до уроків, до нового режиму дня. Одним зі складних адаптаційних періодів є навчання у 5-му класі.

Перехід із молодшої школи до основної пов’язаний із внесенням змін у динамічні стереотипи спілкування, діяльності, а також зі збереженням окремих компонентів попереднього соціального досвіду.

Адаптація дитини до навчання в середній школі відбувається не одразу. Це досить тривалий процес, пов’язаний зі значним навантаженням на всі системи організму.

Здається, тільки-но діти й батьки адаптувалися в початковій школі, як необхідно переходити до п’ятого класу. На жаль, у цей період (10-11років) у дітей втрачається інтерес до навчання. Для учнів 5-го класу багато що стає новим і непізнаним: ***нові вчителі, нові предмети, форми навчання, а іноді і однокласники.*** Звичайно ж, є діти, які легко й вільно вливаються в шкільну систему вимог, а є діти, які відчувають потребу в допомозі вчителів, батьків, шкільного психолога, соціального педагога.

Умови, що змінилися з переходом учнів до основної школи, характеризуються високим рівнем вимог до інтелектуального й особистісного розвитку учнів, ступеня сформованості знань, умінь і навичок. Після переходу до основної школи в житті учнів відбулися такі зміни:

* збільшився обсяг і кількість навчальних предметів;
* посилилося значення багатопредметного навчання;
* розширилося коло вчителів-«предметників», з якими учні мають систематично спілкуватися;
* на зміну першій учительці прийшов класний керівник;

Для учнів у цей період характерні, зазвичай:

* низька організованість неуважність і недисциплінованість на уроках
* зниження інтересу до навчання і його результатів,
* зниження самооцінки, високий рівень тривожності.

Адаптація – це процес звикання до шкільних вимог і порядків, нового для п’ятикласників оточення, нових умов життя. Дитина в школі адаптується не тільки до своєї соціальної ролі, але *перш за все до особливостей засвоєння знань у нових умовах.*

Умовно цей процес має три складові:

* *Психологічна* – нові задачі та вимоги, перша відповідальність, відчуття дорослості.
* *Біологічна* – пристосування до нового режиму праці і відпочинку;
* *Соціальна* – нове коло спілкування – однокласники і вчителі, нові авторитети.

У свої роботі користувалася даними методиками адаптації для учнів 5-го класу:

1. ***Спочатку проведено анкетування : « Ставлення учнів до школи та класу», за допомогою нього познайомилася з переживаннями та характером кожної дитини , яка проходила дане анкетування.*** Воно розраховане на одержання інформації, пов’язаної з різними аспектами особистісного розвитку, ставлення учнів до школи, себе й інших. Звичайно, ця анкета не може бути універсальною. Деякі діти відповідали на запитання анонімно, але дане анкетування не заперечує таку форму надавання відповідей. За допомогою неї учні розкривають свої позиції у спілкуванні з однокласниками, ставлення до тих чи інших предметів, охоплюються проблеми особистісного харакутеру.
2. ***Наступним етапом діагностики відбувалося безпосереднє анкетувапння « Адаптація п’ятикласників».*** Метою анкетування є з'ясування можливих проблемних зон і труднощів навчання в школі, переважаючі інтереси учнів, відношення до себе і людей, плани на майбутнє тощо. Більшість дітей давали розгорнуті , чіткі відповіді, які дали змогу зробити певні висновки , щодо мікроклімату класу, та частково захопивши особисті питання.
3. ***Кінцевим результатом діагностики стало опитування***

***« Класний керівник очима учнів»*** За допомогою даного опитування можна визначити ставлення учнів до класного керівника, щоб він міг обрати найбільш оптимальну педагогічну позицію. По закінченню тестування було проведено бесіду з класним керівником Бутко Т.С.. Разом із нею обговорили питання мікроклімату та співпереживань у класі.

***Отже, за допомогою даного діагностичного інструментарію для визначення рівня адаптації учнів 5- го класу, можна зробити дані висновки:***

У 5-му класу Малоперещепинського ліцею навчається 23 учні, деякі діти знаходяться на дистанційному навчанні, дані діти отримали завдання у Viber ( особисті повідомлення), зворотній зв’язок дали 2 учні. Мікроклоклімат класу створений класним керівником – позитивний. Діти знаходять спільну мову один з одним та класним керівником***.***

**12 дітей мають – високий рівень адаптації.**

**7 дітей мають – середній рівень адаптації.**

**4 дітей мають – низький рівень адаптації.**

Ознаки успішної адаптації:

* Задовільний стан здоров’я. Психічне перенапруження та негаразди іноді знаходять відображення у частих ОРЗ, головних болях, проблемах з ЖКТ, проблемах зі сном та інш.
* Гарний емоційний фон. Нормально відчувати відносно школи повний спектр емоцій, від радості та задоволення до суму та злості, та у нормально адаптованої дитини переважає добрий спокійний настрій.
* Дитина спілкується з однолітками, проявляє цікавість до однолітків. У першому класі з’являються перші друзі за інтересами, перші симпатії та антипатії. Дитина відчуває єдність з колективом, ідентифікує себе частиною спільноти свого класу.
* Дитина виявляє активність та ініціативу на уроці.
* Творчість та креатив у будь-якій справі.
* Сформованість знань, умінь та навичок відповідно до змісту навчальної програми. Становляться більш явними певні схильності, інтереси та таланти дитини.
* Прагнення до самостійності та дорослості.

Однак дивлячись на надскладні умови, що склалися і в яких нам випало починати навчальний рік. Складнощі пов ‘язані з відірваністю процесу навчання від школи, як атрибута навчання. Тож тут ми можемо говорити, в першу чергу, про складнощі соціальної адаптації дитини та прийняття ролі школяра у повному обсязі.

**Рекомендації для вчителів :**

Шкільне життя п'ятикласників ускладнюється часто невиправдано високими вимогами до них з боку вчителів. Цього не можна допускати щонайменше з трьох причин:

- уповільнюється темп діяльності учнів, тоді як виконання певних видів робіт потребує більше часу;

- зміст навчальних предметів основної школи вибудовується систематично, що, у свою чергу, передбачає сформованість у школярів добре розвиненого теоретичного мислення. У п'ятикласників же воно тільки формується; вони звикли працювати з одиничними поняттями та термінами;

- високі вимоги до самостійності та відповідальності підлітків без урахування їх вікових особливостей можуть становити загрозу для емоційного благополуччя дитини.

Дорослі очікують від підлітків здатності розуміти інших людей, співіснувати з ними на принципах рівноправності та толерантності. Але у п'ятикласників ці властивості тільки починають формуватись, і їх розвиток вимагає терпіння, обережності, діалогового навчання, створення ситуацій, в яких підлітки навчаються враховувати різні точки зору. За цих обставин важливо, щоб учитель-предметник не переносив механічно методи навчання й форми взаємодії зі старшими школярами на учнів 5-го класу. Необхідно поступово вводити новий зміст і нові форми навчальної діяльності.

**Рекомендації класному керівнику:**

* Працюйте над формуванням колективу через різноманітні доручення, змінюючи групи.
* Розвивайте почуття колективізму через спільну турботу про престиж класу (зовнішній вигляд, успіхи в навчанні, максимальна участь у святах, естафетах, конкурсах).
* Пріоритет віддавайте індивідуальній роботі (спостереження, бесіди, анкетування, доручення).
* Уникайте «гострих» кутів, проявляйте стриманість, терплячість.
* Пам'ятайте: діти потребують ласки, ніжності, співучасті, турботи.
* Вчасно й мудро підтримуйте дитячу активність.
* Не забувайте: формування класного, батьківського колективу не менш важливе, ніж дитячого. Ретельно готуйтесь до батьківських зборів, проводьте сімейні вечори, активно залучайте батьків і вчителів-предметників до життя класу.

Пам’ятаймо, ми виховуємо дітей власним прикладом, системою власних цінностей, звичним тоном спілкування, ставленням до праці та дозвілля. І, навіть, тоді, коли ми не помічаємо, наші діти спостерігають за нами і вчаться бути такими, як ми.