**Особенности адаптации первоклассников к школе**

Существуют различные трактовки термина «адаптация».

Слово **«адаптация»** произошло от латинского - «приспособление, привыкание».

**Адаптация** - это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, социальному развитию.

**Адаптацию** можно понимать как состояние, в котором потребности индивида, с одной стороны, и требования среды – с другой, полностью удовлетворены. Это своеобразное состояние гармонии между индивидом и природой или социальной средой. В некотором смысле адаптацию можно понимать как процесс достижения гармонии индивида и среды.

**Адаптация ребёнка к школе** – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

**Адаптация к школе** – «перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребёнка при переходе к систематическому организованному школьному обучению» (Коломинския Я.Л.)

В последнее время проблеме адаптации к школе уделяется особенно пристальное внимание, что связано с увеличением числа детей, которые уже в начальной школе не справляются с программой обучения, имеют трудности школьной адаптации. Поступление в школу и начальный период обучения вызывают перестройку всего образа жизни и деятельности ребенка. Приспособление ребенка к новым условиям, в частности, к школе, называется адаптацией.

Наблюдения физиологов, психологов и педагогов показывают, что среди первоклассников есть дети, которые в силу индивидуальных психофизиологических особенностей трудно адаптируются к новым условиям, лишь частично справляются (или не справляются вовсе) с режимом работы и учебной программой.

Тяжелее всего адаптируются дети, у которых неблагоприятно протекал период новорожденности; дети, перенесшие черепно-мозговые травмы, часто и тяжело болеющие, страдающие хроническими заболеваниями, имеющие нервно-психические расстройства.

**Условия возникновения необходимости психологической адаптации первоклассника к школе:**

- смена социальной позиции (с дошкольника на школьника);

- смена ведущей деятельности (с игровой на учебную);

- смена социальной ситуации развития;

- новые сложные обязанности;

**Различают физиологическую и социально-психологическую адаптацию.**

Под физиологической адаптацией понимается изменение чувствительности анализаторов в результате их приспособления к изменению силы воздействующих раздражителей.

**Выделяют три фазы физиологической адаптации:**

1. Реакция, когда в ответ на новое воздействие практически все системы организма ребёнка отвечают бурной реакцией и напряжением. Эта **«физиологическая буря»** длится достаточно долго – 2–3 недели. В этот период дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре первоклассники часто болеют.
2. **Неустойчивое приспособление**, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на непривычные воздействия, «буря начинает затихать».
3. **Относительно устойчивое приспособление**, когда организм находит наиболее подходящие, адекватные новым нагрузкам варианты реагирования, т.е. собственно адаптация.

**Социально-психологическая адаптация** – это процесс активного приспособления индивида к условиям новой социальной среды.

Социально-психологическая адаптация – процесс активного приспособления. Для того чтобы адаптироваться, нужно проявить специальные умения. Человек как сам может менять ситуацию, так и среда может менять его. Поэтому адаптироваться приходится не только ребенку к учителю, классу, школе, но и самим педагогам к новым для них ученикам. Первоначальный этап пребывания в школе – это период социально-психологической адаптации ребенка к новым условиям. Основными показателями психологической адаптации ребенка к школе являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности.

Выделяют три формы адаптации:

1.**Адаптация организма к новым условиям жизни и деятельности.** В данном случае уровень адаптации будет зависеть от возраста ребенка, который пошел в школу; от того, посещал ли он детский сад или его подготовка к школе осуществлялась в домашних условиях; от степени сформированности морфофункциональных систем организма; уровня развития произвольной регуляции поведения и организованности ребенка (соблюдение режима дня, наличие особого места для хранения школьных принадлежностей); от того, как изменялась ситуация в семье.

2.**Адаптация к новым социальным отношениям и связям** относится уравнивание ребенка в правах со старшими братьями, сестрами, признание его «взрослости», предоставление самостоятельности и др.); формировании новых отношений (отношение к ребенку в классе, общение со сверстниками и взрослыми, отношение к школе, к самому себе как учащемуся).

3. **Адаптация к новым условиям познавательной деятельности** зависит от актуальности образовательного уровня ребенка (знаний, умений, навыков), полученного в дошкольном учреждении или в домашних условиях; интеллектуального развития; от обучаемости как способности овладеть умениями и навыками учебной деятельности, любознательности как основы познавательной активности; от сформированности творческого воображения; коммуникативных способностей (умение общаться со взрослыми, сверстниками).

Длительность периода адаптации к школе для каждого ребёнка при разных условиях неодинакова, поэтому называемые исследователями сроки её не совпадают.

**Выделяю три уровня адаптации к школе: высокой, средний и низкий.**

Если ребенок не адаптировался к школе к концу второй четверти, то можно говорить о низком уровне адаптации, то есть о дезадаптации.

Понятие **«школьная дезадаптация»** стало пользоваться в последние годы для описания различных проблем и трудностей, возникающих у детей разного возраста в связи с обучением в школе. С этим понятием связывают любые отклонения в учебной деятельности. Эти отклонения могут быть у психически здоровых детей или у детей с разными нервно-психическими расстройствами, но не распространяются на детей, у которых нарушения учебной деятельности вызваны органическими расстройствами, олигофренией, физическими дефектами [30].

**Школьная дезадаптация** - это образование неадекватных механизмов приспособления ребенка к школе в форме нарушений учебной деятельности и поведения, повышенного уровня тревожности, искажений в личностном развитии. Следует отметать, что единого мнения по поводу формулировка и определения данного понятия на сегодняшний день не существует.

Но, существует ряд критериев, по которым можно предположить наличие у ребенка дезадаптированого поведения, а именно:

-первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе;

-нередко жалуется на нездоровье;

-у ребёнка доминирует подавленное настроение;

-зачастую нарушает дисциплину;

-объясняемый учителем материал, усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебником затруднена;

- при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса;

- к урокам готовится нерегулярно, ему необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей;

-близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.

Дезадаптированные дети. Они не приспособились к школьному функционированию. Хронически неуспешные, тревожные, потерявшие веру в себя и интерес к познанию.

Легкую адаптацию и адаптацию средней тяжести можно считать закономерной реакцией организма на изменившиеся условия жизни. Тяжелое протекание адаптации свидетельствует о непосильности учебных нагрузок и режима обучения для организма первоклассника.

Создание благоприятных условий адаптации ребенка к школе с учетом особенностей ее проявления является важнейшим фактором обеспечения преемственности в его развитии. От того, как протекает процесс адаптации, во многом зависит психофизическое состояние будущего ученика.

Говоря о проявлениях школьной дезадаптации, следует отметить, что к числу основных её первичных внешних признаков и врачи, и педагоги, и психологи единодушно относят затруднения в учебе и различные нарушения школьных норм поведения. В этой связи, с чисто педагогических позиций, к категории детей с нарушениями школьной адаптации, прежде всего, дети с недостатками способности к обучению. И относятся вполне правомерно, так как среди требований, которые предъявляет ребёнку школа, в первую очередь выделяется необходимость успешно овладеть учебной деятельностью. Известно, что учебная деятельность является ведущей в младшем школьном возрасте, что её формирование обусловливает главнейшие изменения в психических процессах и психологических особенностях личности ребенка на данной стадии онтогенеза (Леонтьев А.Н.)

Таким образом, можно говорить о том, что дети с выраженной дезадаптацией могут быть обследованы на ПМПК с целью создания специальных образовательных условий, соответствующих их потребностям. Если ребенок прошел ПМПК и ему присвоен статус ОВЗ, то по Приказу Минобрнауки РФ от 19 декабря 2014 года №1598 «Об утверждении ФГОС НОО обучающихся с ОВЗ» он будет иметь право на создание специальных условий проведения текущей, промежуточной и итоговой аттестации по итогам освоения АООП НОО.