**Автор статьи:** Андреева Анастасия Алексеевна,

воспитатель группы продленного дня ЧОУ «Точка будущего»

**Особенности адаптации первоклассников к школьной среде в условиях группы продленного дня**

*Статья посвящена вопросам успешной адаптации детей младшего школьного возраста к обучению и пребыванию в образовательной организации, особенно в условиях функционирования групп продленного дня. Рассматриваются психологические аспекты, методы поддержки и практические рекомендации педагогам и родителям для облегчения процесса социализации и адаптации ребенка к новым условиям учебной деятельности и коллективному взаимодействию.*

Переход ребёнка от дошкольного периода к началу школьного обучения сопровождается значительным изменением привычного уклада жизни и освоением новых социальных ролей. Этот период оказывает большое влияние на дальнейшее развитие личности ребёнка, определяя особенности формирования интеллектуальных способностей, эмоционально-волевую сферу и социальную активность. Важность изучения вопросов адаптации детей первого класса связана с высокой степенью зависимости эффективности учебно-воспитательного процесса от уровня готовности ребёнка к школьному образу жизни.

Один из способов смягчения негативного влияния нового окружения и повышения качества адаптации ребёнка — создание оптимальных условий для обучающихся в рамках группы продлённого дня (ГПД), которая служит своеобразным буфером между семьёй и школой, помогающим постепенно привыкнуть к требованиям школьной системы образования.

Актуальность рассмотрения вопроса заключается в сложности протекания адаптационного периода у современных первоклассников, обусловленной повышенными нагрузками, стрессовыми ситуациями и ограниченностью ресурсов индивидуального сопровождения каждого ребёнка. Поэтому задача состоит в создании комплекса мероприятий, позволяющих создать условия для комфортного включения ребёнка в новую среду, преодоления кризисных моментов и стимулирования активного развития положительных сторон личности.

Проблематика адаптации детей младшего школьного возраста давно привлекает внимание российских исследователей в области детской психологии и педагогики. Рассмотрим наиболее важные положения теории и практики, позволяющие глубже понять механизм адаптации ребёнка к школьной среде и предложить научно обоснованные меры помощи ребенку в процессе привыкания к новому окружению.

Первым важным этапом анализа проблемы является определение самого понятия адаптации. Согласно классическим представлениям отечественной психологии, адаптация рассматривается как активный процесс приспособления индивида к окружающей среде путём выработки определённых поведенческих стереотипов и внутренних изменений, направленный на достижение гармонии между субъектом и объектом взаимодействия (Леонтьев А.Н.). Этот процесс охватывает различные уровни человеческого бытия: биологически-физиологический, психологический и социальный.

Что касается именно школьной адаптации, то большинство исследователей выделяют два основных направления адаптации: внутреннюю и внешнюю. Внутренняя адаптация направлена на перестройку сознания ребёнка, изменение внутренней позиции относительно своей принадлежности к школьной общности, принятие обязанностей и целей, присущих школьнику. Внешняя же адаптация включает процессы принятия и соблюдения внешних требований, регламентации поведения и установления продуктивного контакта с одноклассниками и учителями.

Классик советской психологии Леонтьев А.Н. подчёркивал ведущую роль активной деятельности ребёнка в процессе адаптации, рассматривая игру как ведущий вид деятельности дошкольника и обучение — младшего школьника. Соответственно, одной из главных задач ГПД является помощь ребёнку в переходе от ведущей игровой деятельности к учебной, осуществляя плавный переход от прежних игровых ориентиров к выполнению заданий, характерных для школьников.

Однако нельзя забывать, что начало школьного обучения связано также с рядом значительных возрастных изменений. Учёные указывают на критические периоды развития, совпадающие с началом поступления в школу, когда наблюдаются изменения функциональной зрелости мозга, эмоциональной нестабильность и снижение сопротивляемости стрессу (Выготский Л.С.).

Эти обстоятельства делают необходимым особый подход к процессу адаптации, включающий внимательное отношение к индивидуальным особенностям каждого ребёнка, своевременную диагностику возможных отклонений и использование специальных методов и технологий, облегчающих вхождение ребёнка в школьную жизнь.

Среди зарубежных концепций адаптации к школьному обучению заслуживает внимания теория американского исследователя У.Бронфенбреннера, предложившего концепцию экологической модели развития ребёнка, согласно которой поведение ребёнка формируется под влиянием разных уровней среды обитания, начиная от ближайшего окружения (семьи, дома) и заканчивая макросредой (обществом, культурой).

Эта концепция нашла отражение в исследованиях российского учёного Щукина Б.Г., разработавшего методологию диагностики и коррекции нарушений адаптации в ГПД. Он выделил ряд критериев оценки состояния адаптации: удовлетворённость условиями проживания в ГПД, способность соблюдать правила поведения, активное вовлечение в учебные и внеклассные мероприятия, устойчивость к стрессовым ситуациям и сохранение нормального физического самочувствия.

Поддерживая идею Бронфенбреннера о многоуровневом воздействии среды на ребёнка, российские учёные Петровская Л.А. и Шапиро К.Е. подчёркивали особую роль психологического климата ГПД, который непосредственно влияет на успех адаптации. Они выделили такие факторы, как установление доверительных отношений с воспитателями, открытость и доступность преподавателей, положительные эмоции от участия в мероприятиях и признание успехов ребёнка взрослыми и сверстниками.

Анализируя современные публикации по данной тематике, отметим, что существует значительное количество работ, освещающих отдельные аспекты адаптации ребёнка к школе, однако недостаточно комплексных исследований, охватывающих полный спектр педагогических и психологических воздействий на адаптацию детей первого класса в ГПД.

Безруких М.М. рассматривает механизмы интеграции психофизиологических и социальнопсихологических характеристик детей в условиях ГПД, уделяя особое внимание физическим факторам риска дезадаптации.

Захарова Э.Э. исследует взаимосвязь между уровнем сформированности учебной мотивации и качеством адаптации ребёнка в первом классе.

Петрова Г.П. акцентирует внимание на особенностях социализации детей, посещающих ГПД, выделяя различия в восприятии школьником нормативной структуры группы и собственных возможностей реализации потребностей в контактах со сверстниками.

Фельдштейн Д.И. обращает внимание на фактор времени, отмечая различие скорости и глубины адаптации у мальчиков и девочек, а также зависимость динамики процесса от типа нервной системы и общей степени воспитанности ребёнка.

Многие исследователи обращают внимание на важность раннего выявления признаков неблагополучия в адаптации ребёнка, связывая успешность последующего обучения с качеством проведённой диагностической работы и последующим мониторингом. Эта мысль находит подтверждение в работах Васильковой О.В., Колесниковой И.А., Строгановой Н.К., подтверждающих необходимость внедрения регулярных профилактических мер, направленных на предупреждение появления негативных последствий адаптации.

Современные педагоги и психологи подчёркивают, что качество воспитательной работы в ГПД должно основываться на принципах гуманизма, индивидуализации и вариативности, предполагающих гибкость выбора форм и методов работы, исходя из конкретных обстоятельств и нужд каждого конкретного ребёнка.

Обеспечение эффективного процесса адаптации детей в ГПД невозможно без чёткого понимания сущности этого процесса и механизмов его осуществления. Исходя из изложенных выше положений, сформулируем следующие методические рекомендации:

* Развитие внутреннего комфорта. Необходимо создавать атмосферу дружелюбия и доверия, поощрять инициативу и стремление к познанию, помогать ребёнку преодолевать чувство неуверенности и страха перед новыми обязанностями.
* Формирование положительного отношения к учебе. Следует уделять внимание формированию устойчивых позитивных эмоций от учебных действий, создав систему поощрений и наград за успехи в выполнении заданий.
* Укрепление здоровья и профилактика переутомления. Рациональный режим дня, физическая культура, прогулки на свежем воздухе являются необходимыми элементами профилактики утомляемости и укрепления иммунитета.
* Повышение уверенности в себе и чувства собственного достоинства. Нужно ставить ребёнка в ситуацию успеха, способствовать росту его самооценки и веры в собственные силы, регулярно проводить самооценивание и оценку достижений сверстниками.
* Индивидуально-дифференцированный подход. Воспитание и образование в ГПД требуют учета личных особенностей каждого ребёнка, включая тип темперамента, индивидуальные интересы и склонности.
* Регулярная диагностика и коррекционная работа. Организация регулярного мониторинга состояния ребёнка помогает своевременно выявлять признаки неблагополучия и осуществлять коррекционные мероприятия, предупреждая возможные трудности.
* Активизация родительского участия. Привлечение родителей к активному участию в жизни своего ребёнка, проведение консультаций и семинаров по вопросам адаптации ребёнка помогут существенно уменьшить риск появления трудностей и осложнений.
* Практическая реализация перечисленных рекомендаций позволит эффективно управлять процессом адаптации детей, создавая комфортные условия для полноценного усвоения содержания обучения и стабильного эмоционального фона.

Проведённый обзор показал, что проблема адаптации детей первого класса в ГПД остаётся актуальной и многогранной темой научного обсуждения. Несмотря на значительный объём накопленных знаний, многие аспекты ещё нуждаются в дополнительном изучении и углублении, что свидетельствует о перспективности дальнейшей разработки данной проблематики.

Необходимо отметить, что современные требования к качеству образования диктуют необходимость разработки инновационных методик и технологий, ориентированных на повышение уровня адаптации ребёнка к современным реалиям школьной жизни. Среди приоритетных направлений будущих исследований выделяются следующие:

* разработка моделей интегрированной системы адаптации ребёнка, объединяющих усилия педагогов, психологов и родителей;
* исследование роли информационных технологий в обеспечении быстрой и точной диагностики состояний адаптации ребёнка;
* оценка влияния экологических факторов на процесс адаптации ребёнка в ГПД;
* выявление закономерностей успешной адаптации в условиях смешанных образовательных учреждений.

Таким образом, решение задачи оптимизации процесса адаптации детей первого класса в ГПД требует комплексного подхода, основанного на интеграции лучших практик отечественного и зарубежного опыта, глубокого понимания возрастных особенностей детей и грамотного использования методов и технологий, обеспечивающих оптимальное прохождение адаптационных этапов.

**Список использованной литературы:**

1. Выготский Л.С. Проблема возраста // Собрание сочинений. Том IV. Детская психология. — Москва: Педагогика, 1984.
2. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. — Москва: Политиздат, 1975.
3. Захарова Э.Э. Учебная мотивация и успешность адаптации первоклассников. — Екатеринбург: УрГУПС, 2006.
4. Безруких М.М. Здоровье вашего ребёнка. Пособие для родителей и учителей. — Москва: АСТ-Пресс Книга, 2003.
5. Бронфенбреннер У. Экология человеческой жизни. Перевод с английского. — Москва: Прогресс, 1988.
6. Щукин Б.Г. Опыт построения комплексной диагностики нарушений адаптации детей в школах. — Саратов: Саратовский государственный университет, 2002.
7. Васильев Л.А., Ильина Р.Ф. Некоторые проблемы первичной адаптации детей к школе // Вопросы психологии. — 2005. — № 3.
8. Зимняя И.А. Педагогическая психология. Учебник для вузов. — Ростов-на-Дону: Феникс, 1997.
9. Петрова Г.П. Социализация детей младшего школьного возраста в условиях группы продлённого дня // Начальная школа. — 2004. — № 6.
10. Хухлаева О.В. Возрастная психология. Часть I. Психология детства. Учебное пособие. — Москва: Академия, 2004.