

THE SOCIALLY-PSYCHOLOGICAL ADAPTABLE STATUS OF SIX-SUMMER FIRST-GRADERS. PROBLEMS EARLY CORRECTIONS SCHOOL NOT ADAPTATION

Davydok A.M., Titova A.M.

АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ РАННЕЙ КОРРЕКЦИИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ



Цель исследований: изучить социально-психологическую адаптацию к обучению в школе шестилетних первоклассников. Дать гигиеническую оценку методам ранней психологической коррекции адаптационного статуса младших школьников при выявлении трудностей приспособления к учебным нагрузкам и при изменении поведения.

Вопросам адаптации шестилетних детей к систематическому обучению в школе посвящено значительное число исследований, однако социально-психологический аспект этой проблемы изучен в настоящее время в меньшей степени [1, 2]. Несомненно, успешность приспособления шестилетних учащихся к школьной среде зависит от уровня физического и психического развития детей, условно называемого "школьной зрелостью". Физиологическая и психологическая незавершенность развития в возрастном аспекте лежит в основе многих

нарушений адаптации, в том числе и социально-психологической. Известно также, что физиологические и психологические механизмы адаптации не у всех детей формируются в соответствии с хронологическим возрастом [1, 3].

Первый класс школы — один из наиболее существенных и критических периодов в жизни ребенка. Поступление в школу приводит к возникновению эмоционально-стрессовой ситуации: изменяется привычный стереотип поведения, возрастает психо-эмоциональная нагрузка. Школьный период — новый, не связанный непосредственно с предыдущим опытом, требующий максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил. На ребенка влияет комплекс факторов: личность учителя, новый коллектив, изменение режима дня, длительное ограничение двигательной активности, новые, непривычные обязанности.

Организм ребенка приспосабливается к этим факторам,

ДАВЫДОК А.М., ТИТОВА А.М.

ГУ "Республиканский научно-практический центр гигиены",
Начальная школа № 103,
г. Минск, Республика Беларусь
УДК
613.954/96:37:612.6:612.087

Ключевые слова: младшие школьники, социально-психологическая адаптация, школьная зрелость, нервно-психическое развитие, состояние здоровья, коррекционные мероприятия.

АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ РАННЬОЇ КОРЕКЦІЇ СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНОЇ АДАПТАЦІЇ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Давидок А.М., Титова А.М.

ДУ "Республіканський науково-практичний центр гігієни", м. Мінськ,
Мінська початкова школа № 103,
Республіка Білорусь

Мета роботи: вивчити соціально-психологічну адаптацію шестирічних першокласників до навчання у школі, дати гігієнічну оцінку методам ранньої психологічної корекції адаптаційного статусу молодших школярів у разі виявлення труднощів пристосування до навчальних навантажень та змін поведінки.

Методи. Протягом учбового року велось спостереження за учнями з трьох паралельних перших класів (71 уч.). Вивчення розвитку шкільно-значимих функцій до початку навчання у школі проводилося за медичними та психофізіологічними критеріями. Рівень соціально-психологічної адаптації першокласників визначався за допомогою методики Е.М. Александровської. У дослідженнях брали участь вчителі та шкільний психолог. Вивчено та узагальнено досвід психолого-педагогічної корекції адаптаційного статусу шестирічних першокласників.

Результати. Поширеність функціональних порушень у стані здоров'я першокласників склала 63,3%, хронічних захворювань — 12,7%. Низький рівень психофізіологічної зрілості визначено у 28,1% шестирічних дітей. У результаті досліджень встановлено, що наприкінці першої учбової чверті у 87,3% школярів перших класів показники соціального, психологічного, інтелектуального розвитку відповідали оптимальній адаптованості до вимог навчально-виховного процесу. Рівень адаптації у 12,7% школярів вказував на неповну соціально-психологічну адаптацію до систематичного навчання у школі. Тривала цілеспрямована корекція адаптаційного статусу першокласників, які вступили до школи у 6 років з низьким і недостатнім рівнем "шкільної зрілості", сприяла інтелектуальному, соціальному, емоційному розвитку школярів і дозволила у другому півріччі у 90,1% випадків уникнути негативних установок до подальшого навчання, безболісно включитися у навчально-виховний процес.

Ключові слова: молодші школярі, соціально-психологічна адаптація, шкільна зрілість, нервово-психічний розвиток, стан здоров'я, корекційні заходи.

© Давидок А.М., Титова А.М. СТАТТЯ, 2013.

мобилизуя систему адаптационных реакций. Не день и не неделя потребуется ученику, чтобы освоиться в школе по-настоящему. Адаптация к школе — довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма и предъявляющий повышенные требования к центральной нервной системе, являющейся ведущей в процессе обучения, воспитания, адаптации и имеющей большое значение в формировании специфических и неспецифических защитных механизмов, которые определяют во многом резистентность организма ребенка к различным неблагоприятным воздействиям окружающей среды. Уровень адаптации во многом обусловлен состоянием здоровья ребенка, в первую очередь, его нервно-психическим здоровьем. При наличии хронического соматического заболевания состояние напряжения компенсаторно-приспособительных механизмов адаптации возрастает [2-4].

Материал и методы исследований. Под наблюдением в течение учебного года находились учащиеся 3-х параллельных первых классов (71 чел.). Изучение развития школьно-значимых функций до начала обучения в школе проводилось по медицинским и психофизиологическим критериям. Низкий уровень психофизиологической зрелости выявлен у 28,1% шестилеток. Распространенность функциональных нарушений в состоянии здоровья первоклассников составила 63,3%, хронических заболеваний — 12,7%. Максимально допустимая учебная нагрузка в первом классе соответствовала типовому учебному плану и составляла 19 часов в неделю. Уровень социально-психологической адаптации первоклассников определялся с помощью методики Э.М. Александровской [5]. В исследованиях принимали участие учителя и школьный психолог. Изучен и обобщен опыт психолого-педагогической коррекции адаптационного статуса шестилетних первоклассников.

Результаты и их обсуждение. Физиологи выделяют три фазы адаптации к школе: фаза значительного напряжения (физиологическая "буря" со стороны сердечно-сосудистой

и вегетативной нервной систем) — 2-3 недели; фаза неустойчивого приспособления: организм ищет и не находит оптимальные реакции на непривычное воздействие; фаза относительно устойчивого приспособления, адекватного новым нагрузкам. Длительность адаптации к школе индивидуальна. Сроки для всех детей не совпадают и не у всех детей протекают безболезненно. Все многообразие школьных трудностей можно разделить на 2 типа: *специфические* — имеющие в основе те или иные нарушения развития моторики, зрительно-моторных координаций, зрительно-пространственного восприятия, речевого развития и *неспецифические* — вызванные общей ослабленностью организма, низкой и неустойчивой работоспособностью, быстрой утомляемостью, низким индивидуальным темпом деятельности.

Феномен "готовность к школе" физиологи и гигиенисты всегда рассматривают как определенную "зрелость" организма, достижение основных систем такого развития, которое позволяло бы ребенку без напряжения справляться с учебной деятельностью. Функциональная готовность к школе в целом определяет развитие психики, моторики и речи. В частности, это умение сосредоточенно, не отвлекаясь, целенаправленно выполнять задание учителя в течение 10-15 минут, умение сконцентрировать внимание для быстрого и прочного последовательного запоминания, для создания условных связей, лежащих в основе процесса обучения, это степень регуляции возбудительного и тормозного процессов нервной деятельности, определенное развитие мелких мышц кисти руки, обеспечивающее успешное овладение навыками письма и рисования, словарный запас.

На уровне физиологической зрелости организма и функциональной готовности к школе объектом пристального внимания ученых в последнее время становится социально-психологическая готовность к обучению в школе. Социально-психологическая готовность к школе вправе рассматриваться как основная составляющая адаптационного статуса школьника

в разные возрастные периоды. Отдельные авторы утверждают, что нарушения социально-психологической адаптации проявляется в младшем школьном возрасте в 37% случаев. Степень дезадаптации различна: от проблемности в усвоении учебного материала до конфликтности и социо-культурной запущенности. Проявления дезадаптации также различны. Они могут быть выявлены по объективным и внешне выраженным показателям (социометрическим статусом, неуспеваемостью, нежеланием или неумением общаться, проявлением неуверенного или агрессивного поведения), по субъективным переживаниям (неудовлетворенности, тревожности, враждебности, невротическим жалобам) [3, 5].

Психологические, поведенческие критерии адаптации весьма существенны. Если при определении функционального состояния имеется возможность пользоваться четкими количественными параметрами, то при характеристике поведения приходится ограничиваться описательными средствами. Поэтому поиск количественных критериев поведения, способных характеризовать степень адаптации, представляет важную задачу.

В результате исследований установлено, что к окончанию первой учебной четверти у 87,3% школьников первых классов показатели социального, психологического, интеллектуального развития соответствовали оптимальной адаптированности к требованиям учебно-воспитательного процесса. Уровень адаптации у 12,7% школьников (восьми мальчиков и одной девочки) указывал на неполную социально-психологическую адаптацию к систематическому обучению в школе. Низкий уровень развития когнитивных функций, неустойчивые формы отношений со сверстниками и взрослыми, эмоциональная неустойчивость, неуверенность в своих действиях осложняли процесс адаптации. Наблюдалась задержка развития мелкой моторики и связанных с ней навыков, были низкие показатели непосредственного объема слуховой и зрительной памяти, трудности в усвоении сенсорного учебного материала

THE SOCIALLY-PSYCHOLOGICAL ADAPTABLE STATUS OF SIX-SUMMER FIRST-GRADERS PROBLEMS EARLY CORRECTIONS SCHOOL NOT ADAPTATION

Davydok A.M., Titova A.M.

Republican Scientifically-Practical Centre of hygiene", Minsk, Elementary school № 103, Minsk, Republic of Belarus

Research objective. To study social and psychological adaptation of six-year-old first graders to training at school. To give a hygienic assessment to methods of early psychological correction of the adaptation status of younger school students at detection of difficulties of the adaptation to academic loads and behavior change.

Material and methods of researches. Under supervision within academic year there were 71 pupils of the 3-rd parallel first classes. Development studying school significant functions prior to training at school was carried out by medical and psychophysiological criteria. Level of social and psychological adaptation of first graders decided on the help of a technique of E.M. Aleksandrovska.

In researches teachers and the school psychologist took part. Experience of psychology-pedagogical correction of the adaptation status of six-years-old pupils first graders is studied and generalized.

Result. By researches it is established that prevalence of functional violations in a state of health of first graders at the beginning of training made 63,3%, chronic diseases — 12,7%. Low level of a psycho-physiological maturity is revealed at 28,1% a six-years-old pupils. To the termination of the first educational quarter at 87,3% of school students of the first classes indicators of social, psychological, intellectual development corresponded to optimum adaptedness to requirements of teaching and educational process. Adaptation level at 12,7% of school students indicated incomplete social and psychological adaptation to systematic training at school. Long purposeful correction of the adaptation status of the first graders who have arrived in school in 6 years with low and insufficient level of "a school maturity", promoted intellectual, social, emotional development of school students, and allowed in the second half of the year of academic year in 90,1% of cases to avoid negative installations to further training, without serious consequences to join in teaching and educational process.

Keywords: younger school students, social and psychological adaptation, school maturity, psychological development, state of health, correctional actions.

ла на уроках чтения, письма, математики. По результатам профилактических медицинских осмотров все дети с трудной адаптацией относились ко II группе здоровья. Диагностируемые функциональные нарушения представлены гипертрофией миндалин и аденоидов, хроническим назофарингитом, аллергическими реакциями, нарушением осанки, нарушением звукопроизношения, негармоничным физическим развитием. Практически весь контингент детей данной группы характеризовался недостаточной психофизиологической зрелостью.

Алгоритм психолого-педагогического сопровождения дальнейшего процесса адаптации предусматривал приглашение родителей на консультацию; разработку индивидуальных рекомендаций по организации режима дня школьника с достаточной продолжительностью ночного сна, прогулок на свежем воздухе, организации совместного с родителями отдыха, по созданию доброжелательной обстановки в домашней среде. Практика показала, что несмотря на высокий уровень информированности современных родителей большинство из них теряется, сталкиваясь с изменениями в поведении детей в данный период. Несомненным условием нор-

мальной адаптации к обучению в школе является сотрудничество учителя и родителей.

В школе психологом разработан и проводился коррекционный курс занятий — "адаптационный классный час" один раз в неделю, включающий развивающие игры, побуждающие развитие познавательного интереса, развивающие мышление, внимание, память, речь. Особое место занимали целенаправленные занятия для развития учебно-познавательной мотивации на фоне эмоционального благополучия и сохранения психического здоровья.

Уровень адаптации учащихся данной выборки не зависел от интенсивности учебной нагрузки, что указывает на возможное влияние других, более значимых факторов, формирующих дезадаптацию. В ходе дальнейших психолого-педагогических коррекционных действий к группе "трудно адаптированных" детей присоединились еще двое школьников с возникшими трудностями социально-психологической адаптации в более поздние сроки обучения и требующие к себе повышенного внимания психолога. Цели и реализующие задачи дальнейших психологических занятий по коррекции адаптации были направлены на развитие у детей когнитивных умений и

способностей, социальных и коммуникативных умений, необходимых для установления межличностных отношений со сверстниками и соответствующих ролевых отношений с педагогами. Большое значение придавалось формированию позитивного поведенческого компонента по модели развития личности "Я-концепция", создающей условия и ситуацию положительного эмоционального принятия сверстников. Использовались такие методы и приемы: игры-коммуникации, развивающие игры, игры-релаксации, музыка, ролевое прочтение сказок, рисование, рефлексия.

Длительная целенаправленная коррекция адаптационного статуса первоклассников, поступивших в школу в 6 лет с низким и недостаточным уровнем "школьной зрелости", способствовала интеллектуальному, социальному, эмоциональному развитию школьников и позволила во втором полугодии учебного года в 90,1% случаев избежать негативных установок к дальнейшему обучению, безболезненно включиться в учебно-воспитательный процесс. Адаптация к учебной деятельности у одного ребенка не имела отчетливой положительной динамики. Во время коррекционных занятий преобладала игровая мотива-

ция. В "ситуации преодоления трудностей" возникала депрессивность, связанная, по мнению специалистов, с индивидуальными особенностями развития произвольного внимания, его концентрации и устойчивости, требующими дальнейших наблюдений.

Заключение. Полученные в ходе исследований результаты позволяют говорить о том, что успешное обучение шестилетних детей в школе и благоприятная адаптация к учебному процессу предполагают физическую, психологическую, социальную и личностную готовность к обучению. Трудности социально-психологической адаптации школьников шестилетнего возраста тесно связаны с "незрелостью" школьно-значимых функций, индивидуальными особенностями развития и состоянием здоровья детей. Диагностику и коррекцию нервно-психического развития, ориентировочное определение степени функциональной и физиологической готовности к систематическому обучению рекомендуется проводить в старших группах учреждений дошкольного образования до начала обучения в школе.

ЛИТЕРАТУРА

1. Антипенко А.Я. Интеллектуальная готовность шестилетнего ребенка к школе / А.Я. Антипенко // Пачатковая школа. — Минск, 1992. — № 4. — С. 23-29.
2. Ефимова С.П. "Школьная зрелость" и ее связь с состоянием здоровья детей / С.П. Ефимова // Физиологические и психологические критерии готовности к обучению в школе: материалы симп. — М., 1977. — С. 27-28.
3. Дорожевец Т.В. Изучение школьной дезадаптации / Т.В. Дорожевец // Методические рекомендации. — Минск, 1995. — 32 с.
4. Иванова Н.В. Адаптационный период в школе. Смысл, значение, опыт / Н.В. Иванова, М.П. Кузнецова // Журнал практического психолога. — М., 1997. — № 2. — С. 6-13.
5. Александровская Э.М. Критерии социально-психологической адаптации детей к школе / Э.М. Александровская // Проблемы адаптации в гигиене детей и подростков: сб. науч. тр. — М., 1983. — С. 32-39.

Надійшла до редакції 18.12.2012.

PECULIARITIES OF PSYCHO-EMOTIONAL STATE AND MENTAL CAPACITY OF JUNIOR PUPILS

Moskvyak N.V.

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЕМОЦІЙНОГО СТАНУ ТА РОЗУМОВА ПРАЦЕЗДАТНІСТЬ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ



МОСКВЯК Н.В.

Львівський національний медичний університет ім. Данила Галицького

УДК

613.955: 612.015.5: 616-072.8

очатковий етап навчання у школі, що супроводжується впливом фізичного, емоційного, комунікативного і розумового навантаження, висуває низку вимог до особистості дитини та до її адаптивних ресурсів. У цей складний момент можуть спостерігатися різноманітні розлади адаптації: невротичні реакції, навіть з появою симптомів, які виходять за межі нормальної відповіді на стрес, а також порушення навчальної діяльності. Типовим проявом неадекватного перебігу процесу адаптації є стан тривоги [1]. Відповідно до

ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЭМОЦИОНАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ И УМСТВЕННАЯ РАБОТОСПОСОБНОСТЬ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Москвяк Н.В.
Цель работы. Изучение уровня школьной тревожности учащихся младших классов общеобразовательных учебных учреждений в зависимости от возраста при поступлении в школу (с 6 и 7 лет) как показателя течения процесса адаптации, а также сравнительный анализ характеристик умственной работоспособности в динамике обучения.

Методы исследования. Оценка школьной тревожности проведена на основании результатов тестирования 150 школьников младшего школьного возраста по методике Филиппса. Уровень умственной работоспособности учащихся изучали с помощью методики корректурной пробы.

Результаты. Оценка общей тревожности у младших школьников показывает, что психоэмоциональное состояние значительной части обследованных (28,7%) характеризуется высоким и повышенным уровнем. У детей, начавших обучение с шестилетнего возраста, этот показатель составляет $29,3 \pm 5,3\%$, в то же время у их одноклассников семи лет он меньше в 2,3 раза ($p < 0,05$). По отдельным показателям (фрустрация потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, страх в отношениях с учителем) высокий уровень тревоги установлен исключительно у детей, которые начали обучение в школе с 6 лет. У 7-летних школьников достоверно ($p < 0,05$) выше показатель повышенного уровня тревоги по таким критериям, как проблемы страха в ситуации проверки знаний и в отношениях с учителем. Психофизиологическая диагностика формирования адаптации на основании определения динамики умственной работоспособности показывает, что индивидуальные особенности реагирования контингента детей 7 лет на учебные нагрузки позволяют поддерживать более стабильный и адекватный уровень психофизиологических функций в течение длительного времени по сравнению с их одноклассниками 6 лет.
Ключевые слова: младшие школьники, адаптация, школьная тревожность, умственная работоспособность.

© Москвяк Н.В. СТАТТЯ, 2013.

№ 2 2013 ENVIRONMENT & HEALTH 46