

УДК 159.9

## АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПРОБЛЕМА

**Сергей Юрьевич Астапов**

кандидат технических наук, доцент

astapovv@mail.ru

**Ирина Александровна Астапова**

ассистент

irina\_astapova@inbox.ru

Мичуринский государственный аграрный университет

г. Мичуринск, Россия

**Аннотация.** Адаптация первоклассников к школе представляет собой важную социально-психологическую проблему, поскольку этот процесс влияет на дальнейшее развитие ребенка, его эмоциональное состояние и учебные успехи. В данной статье мы рассмотрим основные аспекты адаптации первоклассников, а также факторы, способствующие или препятствующие этому процессу.

**Ключевые слова:** младшие школьники, начальная школа, развитие, социально-психологическая адаптация, внутренняя позиция школьника, учебная мотивация.

Термин «адаптация» происходит от лат. *adaptatio* – прилаживание, приспособление. Под ним подразумевают устройство организма и его функций, клеток и органов к условиям среды. Адаптация ориентирована на сохранение психической организации, органов и сбалансированной работы систем индивида при изменившихся критериях жизни [1].

Адаптация к школе — это сложный многофакторный процесс, включающий в себя как социальные, так и психологические аспекты. Для первоклассников этот этап является первым значительным переходом в их жизни, что может вызывать стресс и тревогу.

### **Социальные аспекты адаптации**

**Взаимодействие со сверстниками:** Первоклассники начинают взаимодействовать с новыми друзьями, что требует от них навыков общения и умения строить отношения. Наличие поддержки со стороны одноклассников может значительно облегчить процесс адаптации [2].

**Отношения с учителем:** Педагог играет ключевую роль в адаптации. Позитивное взаимодействие с учителем способствует формированию у детей уверенности и интереса к учебе.

**Семейная поддержка:** Поддержка родителей и других членов семьи является важным фактором, который влияет на эмоциональное состояние ребенка и его готовность к школе.

### **Психологические аспекты адаптации**

**Эмоциональное состояние:** Страх перед новым, тревога и неуверенность — нормальные реакции на изменения. Важно, чтобы дети могли открыто обсуждать свои чувства и получать поддержку [3].

**Когнитивные навыки:** Уровень развития когнитивных навыков (внимание, память, логическое мышление) также влияет на успешность адаптации. Дети, обладающие хорошими навыками, легче справляются с новыми требованиями.

**Личностные особенности:** Индивидуальные характеристики, такие как уровень тревожности, самооценка и адаптивные стратегии, могут существенно влиять на процесс адаптации.

### **Методы поддержки адаптации**

Для успешной адаптации первоклассников необходимо применять различные методы и подходы:

а) Создание комфортной школьной среды:

– Разработка программ, направленных на создание дружелюбной атмосферы в классе.

– Вовлечение родителей в школьные мероприятия.

б) Психологическая поддержка:

– Проведение индивидуальных и групповых консультаций для детей.

– Введение в школьную практику психологов, которые помогут детям справиться с тревожностью.

в) Социальные программы:

– Организация совместных мероприятий для детей, направленных на развитие социальных навыков.

– Поддержка инициатив, которые способствуют формированию дружеских отношений.

г) Обучение родителей:

– Проведение семинаров и тренингов для родителей по вопросам поддержки детей в процессе адаптации.

– Информирование о том, как создать благоприятную домашнюю атмосферу.

### **Заключение**

Адаптация первоклассников к школе – это сложный и многогранный процесс, требующий внимания как со стороны образовательных учреждений, так и со стороны родителей. Понимание социально-психологических факторов, влияющих на этот процесс, может помочь разработать эффективные стратегии поддержки детей в переходный период. Эта статья подчеркивает важность

комплексного подхода к проблеме адаптации, который учитывает как социальные, так и психологические аспекты.

### **Рекомендации**

Организация адаптационных программ в школах.

Проведение тренингов для родителей по вопросам поддержки детей.

Внедрение программ по развитию социальных и эмоциональных навыков у первоклассников.

### **Список литературы:**

1. Индивидуальные особенности психического развития / Словарь - URL: <http://business.amiro.ru/knowledge/razvitie-rebenka/individualnye-osobennosti-psiicheskogo-razvitija>.
2. Ахмадиева, Н. Р. Психолого-педагогические аспекты подготовки детей к школе // NovaUm.Ru 2019. № 19. С. 244-247. EDN ZYKTRB.
3. Егорова Е. А. Участие семьи в адаптации первоклассников к школе // Академия профессионального образования. 2019. № 11-12 (90-91). С. 63-71. EDN BTAESX.

**UDC 159.9**

## **ADAPTATION OF FIRST-GRADERS TO SCHOOL AS A SOCIO- PSYCHOLOGICAL PROBLEM**

**Sergey Yu. Astapov**

candidate of technical sciences, associate professor

astapovv@mail.ru

**Irina Al. Astapova**

assistant

irina\_astapova@inbox.ru

Michurinsk State Agrarian University

Michurinsk, Russia

**Annotation.** The adaptation of first-graders to school is an important socio-psychological problem, as this process affects the further development of the child, his emotional state and academic success. In this article, we will look at the main aspects of first-graders' adaptation, as well as the factors contributing to or hindering this process.

**Keywords:** primary school students, primary school, development, socio-psychological adaptation, student's inner position, educational motivation.

Статья поступила в редакцию 30.01.2025; одобрена после рецензирования 21.03.2025; принята к публикации 31.03.2025.

The article was submitted 30.01.2025; approved after reviewing 21.03.2025; accepted for publication 31.03.2025.