

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний лінгвістичний університет
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА з

психології

на тему: «Адаптація до нового шкільного середовища дітей-ВПО»

Студентки II курсу групи Сл (укр)
03-21

педагогічного факультету
романо-германської та
української філології

Спеціальності 014 Середня освіта
Фабер Лілії Максимівни

Науковий керівник: викладач
кафедри психології і туризму
Пліш Г. Й.

Національна шкала: _____

Кількість балів: _____ Оцінка ЄКТС: _____

Члени комісії:

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

(прізвище та ініціали)

(підпис)

ЗМІСТ

ВСТУП	3
РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДО НОВОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА	7
1.1. Поняття «адаптація» в психолого-педагогічній літературі	7
1.2. Вивчення проблеми адаптації до шкільного середовища у сучасній психології	11
Висновки до першого розділу	15
РОЗДІЛ 2 ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ СПРИЯННЯ АДАПТАЦІЇ ДО НОВОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА ДІТЕЙ-ВПО ПЕРШИХ КЛАСІВ	16
2.1. Соціально-психологічні умови адаптації дітей до навчання в школі	16
2.2. Педагогічні форми роботи з сприяння адаптації дітей до навчання в школі	22
2.3. Методичні рекомендації для батьків та вчителів зі створення необхідних умов з адаптації до нового шкільного середовища дітей-ВПО	28
Висновки до другого розділу	31
ВИСНОВКИ	33
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ	36
ДОДАТКИ	40
РЕЗЮМЕ	43

ВСТУП

Актуальність теми. Наша держава сьогодні переживає кризовий період, пов'язаний з воєнними діями. Фактично збройний конфлікт вже триває десятий рік і не можливо передбачити час його завершення. З початку повномасштабного російського вторгнення велика кількість сімей змушена була терміново змінити своє місце проживання в пошуках захисту, посилилися тривожні настрої в суспільстві, страх, розпач, розчарування, невпевненість у завтрашньому дні. За даними Міністерства з питань реінтеграції окупованих територій України до початку лютого 2022 року в Україні було зареєстровано 1,4 млн. внутрішніх переселенців, але станом на 16 лютого 2023 року, внутрішньо переміщених осіб (ВПО) вже налічується 4,9 млн. осіб і 25% з них це діти. Фактично, кожна друга сім'я – це сім'я, яка має одного або більше дітей.

Психологічні проблеми членів сімей-переселенців мають комплексний характер. Особливо травмується психіка дітей, тому що вони взагалі є більш чутливими та вразливими до впливу несприятливих чинників довколишнього середовища, аніж дорослі. Діти-ВПО зазнають впливу травматичних і стресових чинників в період свого розвитку, значно частіше, тим самим порушуючи звичні процеси формування і становлення особистості. Пережиті події, порушення звичного способу життя, втрата родичів, друзів негативно впливають на когнітивні процеси, особливості поведінки, міжособистісні стосунки, самооцінку і, у цілому, на світогляд.

Процес адаптації – найважливіший момент становлення дитини як суб'єкта навчальної діяльності. По-перше, тому, що в ході адаптації до шкільного навчання дитина отримує орієнтацію у системі поведінки, що надовго визначає подальшу долю її розвитку. По-друге, під час цього процесу формується учнівський колектив із певним рівнем соціально-психологічної згуртованості. Взаємини у шкільному класі виступають сильним засобом

залучення дитини до нових соціальних функцій, культури, норм поведінки, притаманних в школі. Найважливішим є те, що процес звикання до шкільного життя та його умов є складним. Одні діти проходять цей процес легко без психічних травм, інші досить складно, внаслідок чого й виникає проблема «шкільної дезадаптації».

В умовах надзвичайних викликів, що постали під час війни, на особливу увагу заслуговує саме адаптація дітей з числа внутрішньо переміщених осіб. Війна Росії проти України спричинила найбільшу хвилю біженців після Другої світової війни. Діти, які стали ВПО, потребують соціально-педагогічної підтримки, з метою успішної інтеграції їх у соціум та адаптації до нових умов проживання й навчання. Виникає потреба вдосконалення наявних та розробка нових методик роботи з такими дітьми. І особливо це стосується першокласників, які тільки починають інтегруватися у навчальний процес.

Відповідно до державних освітніх стандартів початкової загальної освіти для успішної адаптації першокласника-ВПО класний керівник повинен забезпечити індивідуальний підхід до кожного учня.

Проблемою адаптації до школи займалися та займаються вчені, педагоги, психологи, фізіологи, медики. У тому числі Ш.А. Амонашвілі, Н.Г. Лусканова, Р.В. Овчарова, І.А. Коробейніков, С.А. Белічева, А.Я. Варламова, С.І. Незважаючи на значний інтерес дослідників до проблеми адаптації дітей-ВПО в школі, багато питань залишаються слабо вивченими, зокрема, питання, що стосуються педагогічних умов адаптації дітей-ВПО до навчання в школі. Адже основною метою адаптаційного періоду учня є створення педагогічних умов, що забезпечують сприятливий перебіг адаптації дітей-ВПО до шкільного навчання.

Об'єкт дослідження: адаптація дітей-ВПО до нового шкільного середовища.

Предмет дослідження: умови, що забезпечують процес успішної адаптації дітей-ВПО до нового шкільного середовища.

Мета дослідження: полягає у теоретичному обґрунтуванні комплексу заходів, спрямованого на адаптацію дітей-ВПО до нового шкільного середовища.

Для досягнення мети маємо локальні **завдання** дослідження:

1. Розглянути визначення поняття «адаптація» в психолого-педагогічній літературі;
2. Вивчити проблеми адаптації до шкільного середовища у сучасній психології;
3. Описати методику адаптації до нового шкільного середовища дітей-ВПО перших класів;
4. Надати методичні рекомендації для батьків та вчителів зі створення необхідних умов з адаптації до нового шкільного середовища дітей-ВПО.

Гіпотеза дослідження: соціально-педагогічна діяльність щодо сприяння адаптації першокласників-ВПО до школи буде ефективна, якщо включатиме комплекс заходів, спрямованих на адаптацію першокласників до шкільного навчання, для якого характерне введення знань про нові умови життєдіяльності, використання ігрових завдань та вправ, групової форми роботи.

Методи дослідження:

- методи теоретичного дослідження (абстракція та конкретизація, індукція та дедукція, аналіз та синтез, порівняння, класифікація, узагальнення);
- організаційні – методи збору та систематизації інформації про предмет дослідження.

Теоретичне значення:

- уточнено поняття та сутність адаптації молодшого школяра;
- вивчено та систематизовано особливості соціально-педагогічної роботи з молодшими школярами-ВПО;
- теоретично представлено та описано комплекс заходів щодо сприяння адаптації першокласників-ВПО у школі.

Практична значущість роботи полягає в тому, що розроблено комплекс заходів щодо сприяння адаптації першокласників-ВПО у школі. Результати дослідження можуть бути використані у практичній роботі освітньої установи з першокласниками.

РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ АДАПТАЦІЇ ДІТЕЙ ДО НОВОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА

1.1. Поняття «адаптація» в психолого-педагогічній літературі

Термін «адаптація» походить від латинського *adaptatio* - пристрій, пристосування. Його пояснюють як пристосування організму до умов середовища. Процес адаптації спрямований на збереження повноцінної діяльності систем, органів та психічної організації індивіда за умов життя, що змінилися.

Адаптація є однією із найважливіших наукових проблем. Це підтверджує те, що ще в 1865 році вперше постало у науковому світі питання адаптації. Тоді Р. Ауберт запровадив термін «адаптація», який почав використовуватись у літературі. Спочатку під адаптацією розуміли зміну чутливості аналізаторів під впливом пристосування органів чуття до діючих подразників [7, с. 15]. Зазначене свідчить про те, що до зародження наукової психології питання актуальності адаптації вивчали провідні фізіологи того часу. І не дивно, що в результаті майже 150-річної історії дослідження вказаного питання отримало широке та ґрунтовне вивчення.

Більшість дослідників адаптації погоджуються з тим, що адаптація – це досить складний феномен. Так, адаптацію у широкому значенні трактують:

- як процес пристосування індивідуальних та особистісних здібностей до життя та діяльності в змінних умовах [2] ;
- як активну взаємодію особистості та середовища залежно від ступеня її активності [5];
- як перетворення середовища відповідно до потреб, цінностей та ідеалів особистості, або як переваги залежності особистості від середовища [12];

- як зміни, що супроводжують на рівні психічного регулювання, становлення (і відновлення), збереження динамічної рівноваги особистості [19].

Одночасно широта досліджень набула такого розмаху, що сформувалися принципово різні підходи до вивчення цього питання. Так, останні теоретичні дослідження вказують на значну розбіжність у поглядах щодо виділення наукових підходів. Ю.Р. Хачатурян, яка здійснила аналіз підходів дослідження адаптації, вирізняє такі основні підходи: біофізіологічний, психологічний, інформаційно-комунікативний [25, с. 8].

Біофізіологічний підхід. Пристосування та активна підтримка необхідного рівня організму до внутрішніх та зовнішніх змін, що виникають під впливом середовища біологічних, хімічних, екологічних, фізіологічних (температурі, атмосферному тиску, освітленні та ін.) факторів.

Психологічний підхід. Формування індивідуального стилю діяльності. Діалектична єдність діяльнісних та соціально-психологічних відносин суб'єктів адаптації та соціального середовища. Входження людини в систему внутрішньогрупових відносин та пристосування до них. Вироблення якостей мислення та поведінки, що створюють систему цінностей та норм конкретного виробничого колективу. Придбання, закріплення та розвиток умінь та навичок міжособистісного спілкування у такому колективі.

Інформаційно-комунікативний підхід. Зміна структури або функції системи та керуючих впливів на основі отриманих даних та поточної інформації з метою досягнення оптимального стану за недостатньої апріорної інформації або змінених умов діяльності. Пошук, сприйняття і переробки інформації в контактах. Взаємна адаптація психосемантичних систем.

Підхід Н. Сабат розрізняє три основні напрями дослідження проблеми адаптації, кожен із яких лежить у галузі психофізіології. Він виділяє:

а) клініко-психологічні дослідження стресу (адаптація вивчається поза контекстом конкретної предметної діяльності);

б) вивчення реакцій конкретних органів прокуратури та психічних процесів на робоче навантаження чи несприятливі умови діяльності (шум, гіпоксія, тиск);

в) комплексне вивчення психічного та фізіологічного стану індивіда в процесі адаптації [23, с. 145].

В. Мушинський, О. Попова, О. Бондар виділили такі підходи у поясненні (дослідженні) механізмів адаптації:

- організм-центричний, де одиницею еволюції є окремий індивід, а добору приділяється незначна роль, еволюційний розвиток дуже заперечувався. Ця концепція еволюції породила хибні уявлення про перебіг філогенетичної адаптації, що відбувається шляхом функціонального пристосування або внаслідок психічних реакцій індивідів та цілеспрямованості еволюційного процесу загалом;

- популяційно-центричний (популяція розглядалася як система взаємозалежних індивідів, де на вирішальній ролі грає обмін генетичної інформації між індивідами і внутрішньо популяційний добір). Необхідно зазначити, що саме генетична інформація забезпечує адаптацію наступних поколінь, яка придбана їхніми предками;

- біо-центричний. Його сутністю (змістом) є здатність біосистеми до саморегулювання, де проявляється динамічна суперечність понять: причина і наслідок, випадкове та необхідне, внутрішнє та зовнішнє. Так, внутрішні процеси біосистем спрямовані на стабілізацію внутрішнього середовища (гомеостаз) та на безперервну його модуляцію з потребами;

- медико-фізіологічний, згідно з яким існує адаптація, яка йде за індивідуальним життям (онтогенезом). Ця адаптація формується у процесі взаємодії з довкіллям і нерідко забезпечується глибокими структурними змінами організму. Придбані у житті зміни не передаються у спадок, вони нашаровуються на спадкові ознаки організму, і разом формується індивідуальний облік;

- ще один підхід, який вчені чітко не визначили, але охарактеризували як соціологічний підхід, оскільки вказав, що адаптація є процесом «входження», «вживання» людського індивіда до певної цілісної системи соціальних зв'язків [12, с. 26].

З викладеного доцільно здійснити узагальнення. Так, я вважаю, що найбільш ґрунтовним, прагматичним та систематизованим є бачення виділених наукових підходів Ю.Р. Хачатурян. Інші результати теоретичного дослідження наукових підходів відображають лише окремі аспекти адаптації та представлені у Ю.Р. Хачатурян. Розподіл цих підходів доцільний лише з теоретичної точки зору. Практично реальна взаємодія якостей здійснюється одночасно на трьох рівнях. Тому при розгляді цих рівнів адаптації треба дотримуватись погляду на них як на взаємодіючі підсистеми відповідних підпросторів характеристик особистості, що у відносинах гнучкої ієрархії.

За наслідками теоретичного дослідження можна встановити такий підхід до вивчення адаптації: системний. На основі низки досліджень і визначень вважається, що головна властивість біологічних систем виявляється в їхній здатності до гнучкої поведінки в середовищі. Для таких систем характерні невизначеність (неповний детермінізм) та надмірність [21, с. 111].

Проведений теоретичний аналіз останніх досліджень та основних підходів до дослідження змісту, сутності адаптації у різних її аспектах дозволив встановити, що:

1) сучасне розуміння сутності адаптації у науковій літературі можна викласти так: це процес бажаного чи вимушеного входження до будь-якої сфери діяльності особистості, успішність якого залежить від ступеня узгодженості умов із можливостями організму та психіки людини;

2) смисловим наповненням адаптації є поетапне набуття задоволеності між середовищем (біофізичним та суспільним) та особистістю із застосуванням взаємного певного впливу;

3) ефективність процесу адаптації багато в чому залежить від взаємозалежності та взаємодоповнюваності біофізіологічних особливостей людини, екологічних обставин у країні, психічних характеристик особистості, психічного стану, психологічних реакцій на стрес, особливостей навчальної діяльності, культури людини, технологічного, науково-інформаційного розвитку суспільства.

1.2. Вивчення проблеми адаптації до шкільного середовища у сучасній психології

Останніми десятиліттями в психології і педагогіці набув поширення термін «шкільна адаптація», який використовують для опису проблем та труднощів, що виникають у школярів.

Адаптація до навчання у школі розглядається на етапі розвитку психології як комплексна характеристика дитини, у якій розкриваються рівні розвитку психологічних якостей, є найважливішими передумовами для нормального включення до нового соціального середовища та формування навчальної діяльності.

У роботах сучасних психологів [3, 9, 11, 15, 22] міститься глибоке теоретичне дослідження проблеми адаптації до школи, в тому числі і серед дітей-переселенців.

Дослідження Є.М. Олександровської показали, що тільки у 56% дітей адекватна форма такої адаптації. Серед інших 30% - діти з нестійкою адаптацією, для яких характерна підвищена стомлюваність, захворюваність, порушення сну, схильність до страхів, 14% - діти з порушенням форм соціально-психологічної адаптації, яка виражається в низькому рівні засвоєння навчальної програми, проблемах поведінки, труднощах у встановленні контактів з учителями і ровесниками.

На сьогоднішній день практично загально визнано, що адаптація до шкільного навчання – багатокomплектна освіта, яка потребує комплексних психологічних досліджень.

Проблема психологічної адаптації дітей молодшого шкільного віку до шкільного навчання одна із актуальних проблем сучасної психології. Незважаючи на цей факт, за даними дослідників, кількість неадаптованих учнів залишається досить високою.

На основі різних даних, наприкінці половини минулого століття у психологічному аспекті, звернулися до питань шкільної дезадаптованості.

На відміну від біологічного визначення, у психологічній науці під шкільною адаптацією розуміється психологічне пристосування до нових умов школи. Від адаптаційного періоду залежить успішність подальшої соціально-психологічної діяльності школяра [1, с. 21].

Важливо врахувати, що з початком навчання у школі першокласник входить у новий психологічний вік, який супроводжується зміною діяльності. Також відбувається нова соціальна ситуація розвитку.

Складовими компонентами психологічної адаптації є достатній рівень інтелектуального розвитку, мотивація школяра, емоційно-вольова сфера.

Мотивація школяра - це наявність бажання вчитися. Вирізняють дві групи мотивів вчення. Соціальні мотиви вчення та мотиви, пов'язані з потребами дитини у спілкуванні з іншими людьми, з бажанням школяра зайняти певне місце у системі доступних йому суспільних відносинах [3, с.9].

Багато досліджень показало, що виникнення усвідомленого ставлення дитини до школи визначається способом подання інформації про неї. Важливо щоб відомості про школу, що повідомляються дітям, були не тільки зрозумілі, а й відчуті ними.

Рівень інтелектуального розвитку дитини пов'язаний з розвитком розумових процесів. Таких як здатність узагальнювати, порівнювати об'єкти, виділяти суттєві ознаки, робити висновки. Багато дослідників вважають, що рівень інтелектуального розвитку є головною складовою адаптації до школи, а основа її навчання навичкам читання, рахунки, письма. Це переконання є причиною помилок під час підготовки дітей молодшого шкільного віку до школи. Насправді інтелектуальний розвиток не передбачає будь-яких певних

знань чи умінь, хоча певні навички мають бути у дитини. Головне це наявність високого рівня психологічного розвитку, що забезпечує довільне регулювання уваги, пам'яті, мислення, дає можливість дитині читати, рахувати, вирішувати завдання. Таким чином, інтелектуальний рівень дитини характеризується дозріванням аналітичних психологічних процесів, оволодінням навичками мисленнєвої діяльності [4, с. 69].

Емоційно-вольова сфера - вміння дитини довільно діяти відповідно до зразка і здійснювати контроль шляхом зіставлення з нею як з еталоном.

Емоційна сфера дитини до школи передбачає:

- радісне очікування початку навчання у школі;
- досить тонко розвинені вищі почуття;
- сформовані емоційні властивості [13, с.11].

Адаптація полягає у здатності дитини напружено працювати, роблячи те, що від неї вимагають навчання та режим шкільного життя. Дитина має вміти керувати своєю поведінкою, розумовою діяльністю.

Вольова сфера необхідна для нормальної адаптації дітей до шкільних умов. Питання тут полягає не так у вмінні дітей слухатися, хоча виконувати певні правила шкільного розпорядку теж важливо, скільки про вміння слухати, вникати у зміст того, про що говорить дорослий. Справа в тому, що учневі потрібно вміти зрозуміти і прийняти завдання вчителя, підкоривши йому свої безпосередні бажання та спонукання. Для цього необхідно, щоб дитина могла зосередитися на інструкції, яку отримує від дорослого [14, с. 52].

Крім психологічної адаптації до школи дитині так само потрібна і фізіологічна адаптація до неї, до нових умов життєдіяльності.

Фізіологічна адаптація школяра визначається морфологічним та функціональним розвитком. Якщо дитина фізично ослаблена, їй важко зберегти поставу сидячи за партою, важко працювати на уроці – через швидку стомлюваність. Крім того, у дитини повинні бути розвинені і великі групи м'язів, основні рухові навички у бігу, стрибках, лазні, метанні та ін. Це

допоможе їй керувати своїм тілом, беручи участь у іграх, змаганнях, взаємодії з друзями.

Отже, адаптація до шкільного навчання – це сукупність фізичних та психологічних особливостей дитини молодшого шкільного віку, що забезпечує успішний перехід до систематично організованого шкільного навчання [15, с. 65].

На думку О.М. Пехота, «дитя, що поступило до школи, має мати певні ознаки школяра: бути зрілим у розумовому, емоційному та соціальному відносінах» [17, с. 72].

Молодший шкільний вік характеризується як період, коли починає формуватися інтенсивне логічне мислення, цим визначаючи перспективу розумового розвитку.

Адаптаційний період першокласників супроводжується такими процесами:

- відбувається фізіологічне пристосування діяльності функціональних систем організму першокласника до змін у режимі навчання та навантаженні;
- формуються, розвиваються та засвоюються способи та прийоми нової діяльності – процесу навчання;
- через емоційну сферу першокласника здійснюється оцінка змін у навколишній реальності як суб'єктивно комфортних чи дискомфортних та, відповідно до них, відбувається регулювання його поведінки та діяльності [21, с. 276].

Накопичений до молодшого шкільного віку достатній рівень розвитку пам'яті, мислення, сприйняття підвищують у дитини почуття впевненості у своїх силах. Це виявляється у постановці дедалі різноманітніших і складних цілей, досягненню яких сприяє вольова регуляція поведінки.

Дуже важливо навчити першокласників не боятися робити помилки, що дозволить працювати над собою, проводити самоперевірку з подальшим обговоренням проблемних моментів.

Інформацію, отриману про першокласника та його особливості адаптації, психолог використовує для розробки корекційних заходів, що здійснюються батьками та педагогом.

Діагностика проходить індивідуально з кожною дитиною, що дозволяє виявити не тільки той рівень, на якому знаходиться дитина в даний момент, а й «зону її найближчого розвитку», тобто те, що дитина може зробити за допомогою дорослого [26, с. 81]. Це дозволяє зробити висновок про такий важливий компонент як здатність до навчання, тобто здатність до засвоєння знань. Залежно від конкретної ситуації психологу слід проконсультувати батьків та вчителів, дати рекомендації щодо подолання виявленого психологічного неблагополуччя.

Отже, адаптацію можна розглядати не тільки як пристосування дитини до успішного функціонування в шкільному середовищі (до нової системи відносин, соціальних умов, нових вимог, видів діяльності, режиму життєдіяльності тощо, причому без серйозних внутрішніх втрат, погіршення самопочуття, настрою, самооцінки), але і здатність до подальшого психологічного, особистісного, соціального розвитку. Адаптаційний період першокласників, супроводжується низкою процесів, серед яких можна виділити фізіологічні пристосування діяльності функціональних систем організму першокласника до змін у режимі та навантаженні, формування та розвиток способів та прийомів процесу навчання, оцінка змін у навколишній реальності як суб'єктивно комфортних чи дискомфортних.

Висновки до першого розділу

Підсумовуючи різні літературні джерела, можемо дійти висновку, що поняття «адаптація» є досить суперечним і навколо неї точиться багато дискусій. У вчених сформувалися абсолютно різні підходи до вивчення цього питання. Ознайомившись з їхніми роботами, можемо зробити висновок, що підходи, які виділила Ю.Р. Хачатурян, є найбільш ефективними та практичними. Це такі підходи: біофізіологічний, психологічний та інформаційно-комунікаційний.

Термін «шкільна адаптація» з'явився в психології лише в останніх десятиріччях. Учені встановили, що шкільна адаптація це багатокomплектна освіта. Вона потребує вивчення на кожному етапі. Складовими компонентами психологічної адаптації є достатній рівень інтелектуального розвитку, мотивація школяра, емоційно-вольова сфера. Процес шкільної адаптації проходить індивідуально у кожної дитини і потребує втручання дорослих: вчителів та батьків.

РОЗДІЛ 2 ПРИКЛАДНІ АСПЕКТИ СПРИЯННЯ АДАПТАЦІЇ ДО НОВОГО ШКІЛЬНОГО СЕРЕДОВИЩА ДІТЕЙ-ВПО ПЕРШИХ КЛАСІВ

2.1. Соціально-психологічні умови адаптації дітей до навчання в школі

Невід'ємною частиною навчання у школі є соціально-психологічна адаптація. Процес адаптації у дітей відбувається по-різному, це залежить від того, в яких умовах починається навчальний рік першокласника. Цей фактор нап'язу пов'язана з успішністю першокласника на етапі навчання у школі. Створення сприятливих умов адаптації до школи сприяє успішному розвитку школяра.

Соціально-психологічна адаптація - одна із провідних механізмів, які забезпечують соціалізацію особистості та її цілісне формування [6, с. 73].

Соціально-психологічна адаптація є процесом активного пристосування, на відміну від фізіологічної адаптації, яка відбувається як би автоматично. Стосунки з середовищем, до якого треба пристосовуватися, особливі. Тут не лише середовище впливає на людину, але і вона сама змінює соціально-психологічну ситуацію. Тому адаптувати доводиться не лише дитину до класу, до свого місця в школі, до вчителя, але і самого педагога до нових для нього учнів.

Основні показники психологічної адаптації дитини до школи - формування адекватної поведінки, тобто встановлення контактів з однокласниками, з учителем; оволодіння навичками навчальної діяльності – навчитися вчитися.

В першому розділі ми проаналізували проблеми адаптації дітей до шкільного середовища, вивчили основні чинники, що сприяють або перешкоджають соціально-психологічній адаптації, проте є відмінності в процесі соціально-психологічної адаптації дітей-переселенців та дітей місцевої громади. У дітей-ВПО процес адаптації ускладнюється ще й нестабільним емоційно-психологічним станом внаслідок травматичного досвіду. Такі діти мають вищий рівень тривожності, агресивності, ворожості, дратівливості.

Травматичні події можуть викликати у дітей різні поведінкові особливості, почуття, які важливо відслідковувати та адекватно допомогти дитині пережити, проявити й пропрацювати їх. Це можуть бути почуття незахищеності, надмірна настороженість, страх майбутнього, спалахи гніву, агресія, сором і відчуття провини, відчуженість та ізоляція від оточуючого середовища, сум. У дітей можуть виникнути проблеми з навчанням, увагою, можливістю запам'ятовувати інформацію, психосоматичні порушення (такі, як логоневроз (заїкання), енурез (нетримання сечі), бронхіальна астма, нейродерміти та ін.).

Соціально-психологічна адаптація конкретного індивіда залежить від спілкування та взаємодії з іншими людьми, а також відповідної діяльності. Загальна освіта, виховання, професійна підготовка виступають як досягнення успішної соціально-психологічної адаптації. Процес адаптації першокласника залежить від його індивідуальних особливостей, тому займає різний час залежно від ситуації. Але на виході з соціально-психологічної адаптації дитина завжди отримує нові знання, вміння та навички, а також розвиває вже існуючі. А за її підсумками успішно засвоює зразки поведінки, успішно функціонує у соціумі.

Відповідно до досліджень Р. К. Левченко, В. Панок, І. Трубавіна та інших, терміни адаптації першокласника різні. Перші тижні навчання особливо важливі для школяра. Найбільш напруженими є перші чотири тижні, саме в цей період закладаються основи для розвитку навчальної успішності, тому багато дослідників велике значення надають соціально-психологічній адаптації першокласника до нових умов систематичного навчання. Цей період вважається «гострою адаптацією», яка негативно впливає на психічний стан учня. Сенсом адаптаційного періоду є його природно протікання та благополучні результати. [24, с. 76]

В.М. Пігіда описує три рівні адаптації до шкільного навчання. Від різних факторів рівень соціально-психологічної адаптації до нових умов може бути високим, нормальним та низьким.

Наявність високого рівня адаптації першокласника характеризується позитивним ставленням до школи, він адекватно сприймає навчальний матеріал легко та повно опановує його, сумлінно виконує громадські доручення, виявляє інтерес до самостійної роботи, у класі займає сприятливе статусне становище, вирішує ускладнені завдання.

Середній рівень адаптації першокласника характеризується позитивним ставленням до школи, учень зосереджений під час виконання завдань, відвідування школи не викликає переживань, до громадських доручень належить сумлінно, стосунки з однокласниками дружні.

При низькому рівні адаптації у першокласника спостерігається негативне ставлення до школи, при відвідуванні школи домінує пригнічений настрій, школяр не виявляє інтерес при виконанні домашніх завдань, до уроків готується нерегулярно, громадські доручення виконує без особливого бажання та під контролем дорослих, при освоєнні матеріалу потрібна допомога батьків та вчителів, систематичне порушення дисципліни, друзів у класі не має [18, с. 130].

Д. О. Ніконова виділяє фактори, що зумовлюють високий рівень адаптації, такі як: функціональна готовність до навчання в школі, адекватна

самооцінка, відсутність конфліктних ситуацій, сприятливий статус у класі, рівень освіти батьків. Адаптацію в школі визначає, як багатоплановий процес, де школа ставить перед дитиною завдання, що вимагають від неї інтелектуальних та фізичних сил [16, с. 76].

М. В. Григор'єва, С. В. Дмитрієва зазначають, що соціально-психологічна адаптація дітей-ВПО до умов загальноосвітнього середовища залежить від емоційного (шкільна тривожність, емоційне благополуччя), когнітивного (рівень мислення), мотиваційно-особистісного (рефлексія, внутрішня мотивація навчання, соціальний статус і соціальна компетентність) ресурсів особистості.

У стані військового положення діти належать до найуразливішої категорії населення. За небезпеки дитина тривалий час перебуває в стресовому стані, позбавлена нормальних умов для розвитку та освіти. В умовах військових дій особливо важливо забезпечити продовження здобуття освіти. Тяжкий психологічний стан учасників освітнього процесу, що спричинений війною, є однією із серйозних проблем, що створює перепони на шляху забезпечення якості освіти. Учні, студенти, педагоги, які постраждали від військової агресії Російської Федерації, потребують значної психологічної підтримки. У цей перехідний період постають специфічні проблеми, вирішення яких вимагає мобілізації всіх психічних та психофізіологічних сил дитини для того, щоб звикнути до нового середовища, пристосуватися до нового режиму дня, освоїти необхідні вміння, навички, встановити доброзичливі взаємини з однолітками й вчителями.

Відчуття тривоги, напруги, страху, невизначеності ускладнюють процес повноцінної соціалізації дитини. Діти, які були вимушені переїхати із зони активних бойових дій, зазвичай стикаються з великими проблемами соціальної адаптації.

Метою соціально-педагогічної діяльності є створення педагогічних та соціально-психологічних умов, що сприяють школяреві успішно адаптуватися до умов школи та розвиватися у шкільній системі відносин.

На основі даних факторів дослідження виділяються такі соціально-психологічні умови адаптації дітей-ВПО молодшого шкільного віку до навчання в школі, а саме: ставлення з однолітками, уміння працювати у певному темпі, прояв самостійності та ініціативності, адекватна самооцінка, ставлення до нового місця перебування, до нової школи, статусне становище школяра, міжособистісні проблеми.

Основним завданням педагогів та батьків є зацікавити та залучити дітей до навчання, допомогти адаптуватися їм у нових соціальних умовах [6, с. 73].

Дослідження О.А. Медведева: більшість першокласників готові до навчання у школі. Готовність виконувати поставлені завдання допомагають дитині свідомо приймати вимоги, які пред'являються вчителем. Відбувається осмислення важливості статусу «я вже учень». Виконання та дотримання нових правил для першокласника є важким завданням, але він їх сприймає як значущі та необхідні і це полегшує процес його соціалізації [13, с. 10].

У школі першокласник повинен відчувати почуття комфортності, почуватися впевнено і весело серед однокласників, тому що в даний період йому дуже важлива їхня оцінка та відношення. Такі емоції, отримані від спілкування з однолітками, відбиваються на поведінці, також прискорюють та полегшують адаптацію дитини у школі. Деяким першокласникам складно побудувати взаємини з однолітками, це проявляється тим, що вони грають на самоті, уникають групової діяльності, часто залишаються осторонь. Для усунення цієї проблеми соціальний педагог, психолог та вчитель початкових класів повинні створити атмосферу співробітництва та взаєморозуміння між дітьми. Від взаємин педагога з учнями залежить як соціальна, так й психологічна адаптація школяра. Адже при вступі до школи педагог для учня є авторитетом, який потребує дотримання правил та норм поведінки. Усвідомлюючи цю дистанцію, набувають його статусу та відрізняють його від інших дорослих. Діти, які не приймають цей факт, не повинні каратися. Педагогу необхідно здобути довіру школярів. Для цього важливо до кожної

дитини застосовувати індивідуальний підхід. Ставлення психолога та соціального педагога до школяра є орієнтиром взаємин у класі. Діти мають різний рівень особистісного, інтелектуального розвитку, відповідно педагог не повинен виділяти «улюблених учнів» та акцентувати увагу на недоліках дітей. Така поведінка працівників школи часто призводить до роз'єднання колективу та виникнення булінгу у різних його проявах. Тому надзвичайно важливо підтримувати дітей у період соціально-психологічної адаптації, формувати та розвивати інтереси школярів та орієнтувати дітей на дружні взаємини між учнями класу. Важливим моментом є сприйняття дитиною школи як доброзичливого, завжди готового допомогти колектив однолітків, молодших і старших товаришів.

На етапі соціально-психологічної адаптації у шкільництві роль грає як педагогічний колектив школи, так і батьки школярів. Кожен з батьків проходив навчання у школі та має досвід організації виховної та навчальної діяльності. Шкільні чинники постійно змінюються. Батькам необхідно бути обізнаними про закони та правила, за якими функціонує школа. Це дозволить уникнути подвійних стандартів, яким піддана дитина з боку школи та сім'ї. [9, с. 56]

Для соціально-психологічної адаптації важливою умовою є особистісний розвиток першокласника. На думку О.М. Пехоти особистісний розвиток дитини до школи виступає одним з найважливіших критеріїв успішності початкової освіти. Особистісний розвиток визначає рівень розвитку емоційної сфери дитини. По-перше, передбачає мотиваційну готовність, комунікативну готовність, формує самооцінку першокласника [17, с. 72].

На успішну адаптацію першокласника-ВПО у школі впливає самооцінка. Характер самооцінки зумовлений чинниками сімейного виховання, оскільки самооцінка виникає доти, як дитина вступає до школи. Незважаючи на те, що діти, в яких склалася сприятлива самооцінка в дошкільному віці, також можуть відчувати труднощі в школі, якщо тип

поведінки, цінності не відповідають шкільним правилам. Школа для першокласника стає джерелом нового досвіду, який не може не вплинути на розвиток самооцінки.

Аналізуючи вище згадане, було виявлено умови, які сприяють успішній соціально-психологічній адаптації дітей-ВПО молодшого шкільного віку до навчання в школі. У процесі було встановлено, що адаптація успішна, якщо першокласник має необхідні якості для навчання, які надалі розвиватимуться і вдосконалюватимуться. Слід звернути увагу на всі чинники, які як впливають на успішність процесу адаптації, так і можуть спричинити виникнення проблем у дітей-переселенців під час адаптації.

2.2. Педагогічні форми роботи з сприяння адаптації дітей до навчання в школі

Адаптація дитини до школи – це важливий крок у доросле життя, і від того, як воно пройде, залежить його здатність адаптуватися до нових умов та реалізувати власні потенційні можливості. Дитина, що вступає до школи має бути фізично і психічно здоровою, соціально зрілою, вона повинна досягти певного рівня розумового та емоційно-вольового розвитку, вміти планувати свою діяльність та здійснювати самоконтроль. Тому поняття «адаптація дитини до школи» вчителі початкової ланки розглядають як комплексне і таке, що охоплює всі сфери життєдіяльності майбутнього першокласника[8, с. 51].

У школі мають бути створені всі необхідні умови для повноцінного навчання першокласників зі статусом ВПО, а саме: мати необхідні матеріали для навчально-виховної діяльності, створені умови для повноцінного фізичного та психічного розвитку, для розвитку музичних та інших творчих здібностей дитини тощо. У класних кімнатах умови утримання дітей мають відповідати санітарно-гігієнічним вимогам. Класи повинні бути наповнені

меблями відповідно до вікових особливостей дітей, повинні бути спеціальні шафи для роздягання.

Першокласники повинні бути під постійним наглядом медичної сестри. Своєчасно проводити планові щеплення, огляди стану здоров'я дітей. На початку навчального року має бути визначено групу здоров'я кожної дитини, що дає можливість надалі використовувати індивідуальний підхід до виховання, розвитку та навчання дітей як на уроках фізичної культури, так і в позакласний час [10, с. 132].

Однією з умов фізіологічної підготовки дітей до навчання та адаптації у школі є повноцінне харчування дитини, виконання нормативів. Велику увагу вчителі мають звертати увагу на повноцінний фізичний розвиток дітей. З цією метою повинні організуватися, крім занять з фізкультури, і такі види робіт, як: фізкультхвилинки, фізкультурні розваги, спортивні ігри та змагання.

Формування всіх складових адаптації дитини до школи здійснюється у певній системі. Так, у річному плані роботи психолога школи має бути передбачена робота з проблемою готовності дитини до подальшого навчання та її адаптації до умов школи. Як показує вивчення роботи педагогів, що працюють у перших класах, велику увагу вони приділяють не тільки формуванню спеціальних умінь, а головне - створюють для дитини умови для формування здатності емоційно реагувати на навколишній світ, розмірковувати, планувати свою діяльність, доводити роботу до кінця, що є найважливішими чинниками у формуванні успішної навчальної діяльності. Важливо, щоб під час кожного заняття з дітьми-ВПО проводився контроль їхнього емоційного стану [18, с. 131].

Усе це простежується у різних видах діяльності: образотворчої - через ліплення, малювання, конструювання; через ознайомлення з навколишнім світом, ознайомлення з природою, у музичній діяльності, фізкультурній, ігровій, дослідницькій діяльності тощо. Крім того, значна робота проводиться з розвитку сприйняття (це оперування сенсорними поняттями: кольором, формою, величиною), із зорово-моторної координації (вправністю дрібних

рухів руки дитини) та здатністю оперувати певними предметно-кількісним відношенням (порівняння предметів, орієнтація у просторі).

Велику увагу вчителі повинні приділяти мовленнєвому розвитку дитини, який необхідний для успішного подальшого навчання. Особливо гарно потрібно прорацьовувати цей напрямок розвитку з першокласниками-ВПО, оскільки у них можуть бути заїкання, невимовляння літер та слів. Це є наслідком війни Росії з Україною, тому що багато дітей чули вибухи, хтось залишився без будинку або квартири, а хтось ледь вижив під завалами в очікуванні поки його дістануть рятувальники. Усе це значним чином відображається на психіці дитини-переселенця, а особливо у мовленні. З метою підвищення рівня адаптації дітей здобуття знань систематично використовуються такі форми роботи, як:

- читання дітям художніх творів, перегляд улюблених мультфільмів;
- організація сюжетно-рольових ігор;
- постійно діючі виставки дитячої творчості;
- класні свята, інсценування казок [23, с. 146].

Все це позитивно впливає на соціалізацію дітей, тому що між дітьми виникають дружні відносини, що сприяють формуванню у них дисциплінованості, почуття обов'язку та інших якостей, необхідних для успішного співіснування у шкільному середовищі.

Ефективність процесу шкільної адаптації значною мірою визначає успішність подальшої навчальної діяльності, збереження фізичного та психологічного здоров'я дітей. Тому вирішення цієї проблеми відбувається у комплексі, із залученням до роботи не лише педагогів, психологів, логопедів, а й дітей та їхніх батьків.

Концепція адаптації першокласника, що охоплює такі основні положення:

- стан здоров'я першокласника є інтегральним показником у суспільному розвитку, відбиває його фізичний, психологічний і соціальний добробут, емоційну гармонію;

- процес входження дитини у нові соціальні ситуації, вироблення нею власної системи відносин до громадського оточення;
- розвиток внутрішньої рівноваги, впевненості у собі, формування всебічно розвиненої особистості, людської поваги;
- стабілізація емоційного самопочуття, що впливає на внутрішню напруженість та підвищення продуктивності навчальної діяльності;
- головною фігурою у формуванні психічної, фізичної та гармонійно розвиненої особистості має стати вчитель [24, с. 16].

Психологічна готовність дитини до навчання в школі - предмет постійної уваги психологів. Збереження та зміцнення здоров'я першокласників вимагає свідомого відношення їхніх батьків як необхідного елемента загальної культури, відповідальності кожного дорослого члена сім'ї за дитину.

Для полегшення процесу адаптації першокласників до школи розробляється ряд заходів, відвідуючи які дитина ще до початку навчання поступово звикає і до школи, і до вчителя, і до майбутніх однокласників. Батьки дітей відвідують батьківський лекторій, де одержують необхідні консультації фахівців. Шкільним психологом повинні проводитися з першого дня навчання співбесіди з кожною дитиною. Співбесіда проходить в атмосфері доброзичливості та орієнтована на перспективного оптимістичного першокласника. Із цього і починається перший етап профілактики шкільної дезадаптації [26, с. 130].

Ця робота включає, по-перше, психологічну діагностику готовності дітей до навчання у школі, а саме:

- дослідження рівня розвитку пізнавальних процесів;
- вивчення рівня самосвідомості;
- вивчення мотивації готовності;
- дослідження соціально-психологічної готовності (уміння спілкуватися у групі однолітків, готовності «грати» соціальну роль школярів);
- вивчення рівня мовленнєвого розвитку;

- на кожну дитину психолог заповнює анкету, в якій фіксуються дані, що допомагають у плануванні подальшої роботи психолога з учнями-ВПО, вчителями та батьками, вивчені дітей, у яких можуть виявитися симптоми шкільної дезадаптації [17, с. 78].

Наступним етапом профілактики шкільної дезадаптації є індивідуальне консультування батьків з питань особливостей психічного розвитку, а також рекомендації щодо навчання у школі. Успішно проведена превентивна робота психолога сприяє благополучній адаптації дітей. Навчальна діяльність вимагає від першокласника певного запасу знань про світ, сформованість елементарних понять. Дитина, йдучи до школи, повинна вміти слухати, сприймати інформацію, узагальнювати диференціювати предмети та явища навколишнього світу, планувати свою діяльність та здійснювати самоконтроль.

Метою адаптаційного періоду в 1-му класі педагоги та психолог ставлять процес привчання дітей самостійно працювати, формують вміння дискутувати та відстоювати власні думки, пропозиції, ставити питання та відповідати на них. Для безболісної адаптації дітей до систематичного шкільного навчання, зняття статичної напруги першокласників при одночасному виконанні навчальних програм з усіх предметів повинен бути складений оптимальний розклад уроків, в якому враховано допустиме навчальне навантаження протягом дня, тижня, а також - психофізіологічні та фізичні можливості першокласників [16, с. 77].

Розглянемо зразкову програму корекції шкільної адаптації у Додатку А.

Початок навчання дитини-ВПО у першому класі – складний етап у його житті. Для нього це не лише нові умови життя та діяльності, а й нові контакти, нові відносини, нові обов'язки. Змінюється соціальна позиція дитини: від дошкільника до школяра. Ігрова діяльність грає роль адаптаційного компонента як у житті, так і у навчанні дитини. Навчити дитину адекватно сприймати навколишню дійсність, ставитись до людей, вчинків, спілкуватися, вчитися, працювати, відпочивати – завдання непросте.

Отже, необхідно розробити таку систему взаємодії педагогічного колективу, психолога, учнів, батьків з проблеми адаптації молодших школярів, яка б мала подолати труднощі у дітей, допомогти батькам і педагогам підвищити ефективність навчання та виховання [4, с. 78].

Налагоджена система роботи педагогів відкриває можливість розробки стратегій навчально-виховної роботи з дітьми та психолого-педагогічних рекомендацій щодо подолання різної праці адаптації, а також дає можливість досягнути високого рівня адаптації учнів. Спостереження за дітьми, різні методики, тести дозволяють визначити різні сторони готовності до навчання. Це є актуальним завданням сучасної школи, робота якої спрямована на гармонійне формування особистості, створення сприятливих умов самореалізації кожної дитини. Головна роль у створенні сприятливого клімату у класі належить вчителю. Йому необхідно постійно працювати над підвищенням рівня навчальної мотивації, створюючи дитині ситуації успіху на уроці, під час перерв, позашкільної діяльності, у спілкуванні з однокласниками [3, с. 13].

Метою педагогічної діяльності є створення педагогічних умов, що дозволяють дитині-ВПО функціонувати та розвиватися у шкільній системі відносин. Дуже велике місце у процесі адаптації молодших школярів належить дорослим і саме сім'ї. Тому велике значення у профілактиці труднощів адаптації має поглиблена індивідуальна та групова консультація ще на етапі вступу дитини до школи. Батькам необхідно давати рекомендації з урахуванням індивідуальних особливостей дитини, необхідно проводити індивідуальну роботу з ними про можливі шкільні труднощі дитини, а також шляхи надання допомоги з їхнього боку [2, с. 58].

Таким чином, успішна адаптація залежить від сприятливих умов та змісту навчання, діяльності та спілкування дитини в сім'ї та школі. Особисті якості педагогів, збереження тісних емоційних контактів дітей з дорослими, постійна та доброзичлива, конструктивна взаємодія педагогів та батьків – умови створення та розвитку загального позитивного емоційного фону

відносин у новому соціальному просторі, де співпраця вчителя та батьків забезпечує зниження рівня тривожності у всіх суб'єктів, що діють в ньому. Супровідна діяльність педагогів у період адаптації першокласників спрямована на створення сприятливих умов для успішного навчання та розвитку дитини.

2.3. Методичні рекомендації для батьків та дітей зі створення необхідних умов з адаптації до нового шкільного середовища дітей-ВПО

Підбиваючи підсумки нашої дослідницької роботи з вивчення психолого-педагогічних проблем адаптації молодших школярів до школи, нами розроблено низку рекомендацій, метою яких є створити психолого–педагогічні умови, що забезпечують сприятливий перебіг адаптації першокласників-ВПО до шкільного навчання.

Ми виокремлюємо такі завдання адаптаційного періоду:

- сприяння у формуванні у дитини внутрішньої позиції школяра;
- здоров'язберігаюча діяльність;
- формування навчальної мотивації;
- ознайомити із поняттями оцінки, самооцінки;
- розвивати такі внутрішні якості, як рішучість, впевненість, відкритість, контактність;
- підготувати батьків до нової ролі – батька школяра [5, с. 143].

Розглянувши процес адаптації як психолого-педагогічну проблему і пов'язавши з психолого-педагогічними особливостями першокласників, можна виділити умови успішної адаптації дітей 6-8 років до шкільного навчання:

- Відвідування дитячих садків.
- Використання спортивних вправ під час уроків.
- Активний відпочинок на відкритому повітрі під час змін.

- Відповідність санітарно-гігієнічних умов навчання.
- Скорочення часу уроку.
- Чергування уроків щодо їх складності.
- Організація активного дозвілля першокласника.
- Правильно організована робота спеціалістів шкіл: психологів, медиків, вчителів щодо своєчасного проведення різних видів діагностик та видачі рекомендацій.
- Керівництво вчителем усіх шкільних процесів та його компетентність щодо учнів.
- Позитивне ставлення сім'ї до нового статусу учня [7, с. 89].

Рекомендації класному керівнику.

Класним керівникам перших класів рекомендується проводити корекційну роботу з такими дітьми:

- у яких погано розвинена навичка узагальнення, оскільки вона є основним критерієм інтелектуальної готовності до школи;
- які не вміють підкоряти свої дії правилам, мають підвищену рухову активність;
- які не орієнтуються на задану систему вимог;
- які не здатні уважно слухати того, хто говорить, і легко виконувати завдання, пропоновані в усній формі [12, с. 118].

Класному керівнику необхідно проводити роботу:

- над формуванням навчальних мотивів;
- над розвитком пізнавальних інтересів дітей;
- заохочувати потребу в інтелектуальній активності та оволодінні новими вміннями, знаннями та навичками;
- необхідно формувати «внутрішню позицію школяра».

Вчителю також варто звернути пильну увагу на:

- розвиток уваги (такі якості, як концентрація, стійкість, обсяг, розподіл, перемикання);
- формування у дітей вміння працювати за зразком та за інструкцією;
- вміння дітьми планувати та здійснювати контроль над своєю діяльністю;
- розвиток навичок самостійної діяльності;
- розвиток умінь підпорядковувати свою діяльність часу, відведеному виконання завдання тощо [15, с. 130].

Рекомендації батькам першокласників-ВПО:

1. Приділяйте дитині достатньо уваги. Не залишайте його питання без відповіді і не ігноруйте його - він потребує вашої допомоги.
2. Кожна дитина має свої індивідуальні особливості, враховуйте їх і не порівнюйте з іншими.
3. Беріть участь у позаурочній діяльності класу, спілкуйтеся з батьками інших дітей. Ви також є частиною колективу і в усьому є прикладом для дитини.
4. Потрібно як дати дітям знання, норми поведінки у шкільництві, так й будувати виховання щоб воно сприяло розвитку в дитини певних морально-етичних висновків.
5. Необхідно організувати дитині розпорядок дня, правильний режим харчування та дотримуватись його. Оберегайте дитину від перевтоми.
6. Хвалите дитину, коли вона в чомусь досягла успіху, але не лайте, якщо щось не виходить як личить, а допоможіть виправити помилки і впоратися з труднощами.
7. Не робіть за дитину завдання самі. Це зміцнить його впевненість у власних силах і, до того ж, зміцнить його розуміння та виконання своїх обов'язків.
8. Постійно підтримуйте контакт із класним керівником вашої дитини. Цікавтеся його успішністю, стосунками з однокласниками та поведінкою.

9. Підтримуйте сприятливу атмосферу будинку. Початок навчання може призвести дитину до стресу, тому спокій і влаштованість сімейного життя допоможе ефективному вирішенню проблем у школі.

10. Підтримуйте та розвивайте інтерес дитини до навчання.

11. Ставтеся спокійно до шкільних турбот і не переживайте за питання, що виникли. Бачивши ваш спокій та впевненість, дитина відчує, що боятися школи не потрібно.

12. Сприяйте зняттю психологічного та фізичного напруження дитини. Обов'язково зберігайте тілесний контакт.

13. Не примушуйте дитину до швидкого виконання домашнього завдання. Після повернення додому, дайте дитині відпочити. Під час виконання домашнього завдання дозволяйте робити перерви.

14. Не замикайте коло інтересів та діяльності дитини тільки на школі, Займайтеся відмінною – поза навчальною діяльністю, де дитина здатна самостверджуватись.

15. Дайте можливість дитині розгорнути діяльність уяви у творчій діяльності (малюванні, конструюванні, ліпленні). У цій діяльності забезпечте одразу увагу, емоційну підтримку, успіх.

16. Не вимагайте швидких успіхів і не створюйте для себе та дитини зразок. Не показуйте дитині свою стурбованість шкільними успіхами [18, с. 135].

Висновки до другого розділу

Проаналізувавши різні дослідження та праці, ми можемо зробити висновок, що соціально-психологічна адаптація є невід'ємною частиною навчання у школі. Діти-переселенці адаптуються до нового місця, однокласників, вчителів, розпорядку дня та обов'язків. Варто зазначити, що адаптація проходять не лише в учнів, але й у вчителів. Їм так само необхідно адаптуватися до класу.

Для успішного процесу адаптації у школі повинні бути створені відповідні умови: підготовлені обладнані класні кімнати, дотримано санітарно-гігієнічних норм, на початку року обов'язковий медогляд у медичного працівника, якісне та збалансоване харчування у шкільній їдальні.

Протягом усього періоду адаптації вчителі та батьки повинні діяти разом, тому що саме він них залежить як пройде цей процес та які наслідки він за собою понесе. Тільки бажання та підтримка з боку дорослих на усіх етапах адаптації дитини-ВПО здатні сформувати сильну, впевнену, готову до будь-яких перешкод особистість.

ВИСНОВКИ

Провівши наше дослідження можемо зробити наступні висновки.

У ході розгляду теоретичних аспектів соціально-психологічних умов адаптації дітей-ВПО молодшого шкільного віку до навчання у школі було вивчено проблеми адаптації до шкільного навчання у сучасній психології. Також розглянуто поняття та сутність соціально-психологічних умов адаптації у школі. Виявлено соціально-психологічні умови адаптації дітей-переселенців молодшого шкільного віку до навчання у школі.

При розгляді понять адаптації до навчання в школі було визначено що: адаптація до школи – пристосування дитини до умов та вимог нового середовища. Її результатом є пристосованість дитини до життєвих умов у шкільному житті, яке ставить вимоги до компетентності дитини, її гнучкості, вміння виділяти головне та другорядне, здатності до друга пристосовуватися, а іншим чинити опір, обстоюючи непередбачені ситуації, проблеми, що потребують вирішення та відчувають дитину на вміння. Приймати самостійно рішення, надавати чомусь перевагу, відмовляти у прихильності, відстоювати власну точку зору.

На основі дослідження були виявлені такі соціально-психологічні умови адаптації дітей-ВПО молодшого шкільного віку до навчання в школі, саме: ставлення з однолітками, вміння працювати у певному темпі, прояв самостійності та ініціативності, адекватна самооцінка, ставлення до школи, статусне становище школяра, вміння вирішувати міжособистісні проблеми. Описано рівні адаптації до шкільного навчання. Отже, відповідно до вимог цих умов, адаптація першокласника-переселенця до навчання буде успішною. Також адаптація є успішною, якщо школяр має необхідні якості, які під час навчання будуть розвиватися та вдосконалюватися.

Війна в Україні призвела до руйнівних наслідків для дітей у таких масштабах і темпах, яких не було з часів Другої світової війни, – заявляє ЮНІСЕФ.

Тяжкий психологічний стан учасників освітнього процесу є однією із серйозних проблем, що створює перепони на шляху забезпечення якості освіти. Педагоги, учні, студенти, які постраждали від військової агресії РФ, потребують значної психологічної підтримки.

Щоб допомогти дітям, їхнім батькам і опікунам зменшити стрес, упоратися з емоційним навантаженням, зберегти психологічне й фізичне здоров'я, забезпечити безпеку та розвиток дітей під час війни, на сайті цієї організації публікуються практичні рекомендації експертів і корисні матеріали з цих питань.

У стані війни діти дошкільного віку належать до найуразливішої категорії населення.

Вивчаючи проблему адаптації дітей молодшого шкільного віку до навчання в школі в сучасній психології, слідую висновок, що інформацію, що отримується про першокласників, психолог повинен використовувати при розробці корекційних заходів. Діагностика з кожним школярем має проходити індивідуально, це дозволить виявити рівень, на якому знаходиться першокласник. І залежно від цього рівня, психолог дає рекомендації, консультує батьків та вчителів щодо подолання виявленого психологічного неблагополуччя.

Оптимальний адаптаційний період становить один-два місяці. Залежно від різних факторів рівень адаптації дітей до нових умов може бути різним: високим, нормальним та низьким. Адаптація дитини до школи – процес не односторонній: не лише нові умови впливають на малюка, а й сам він намагається змінити соціальну ситуацію. Дослідження впливу готовності до школи, умов розвитку та виховання дитини на процес адаптації школярів є необхідною умовою розвитку активності та творчості дитини.

Аналізуючи вищевикладене можна дійти висновку найважливіші досягнення соціально-психологічного розвитку дитини 6-7 років, можна зробити висновок, що у цьому віці діти відрізняються досить високим рівнем розумового розвитку, що включає розчленоване сприйняття, узагальнені норми мислення, смислове запам'ятовування. У цей час формується певний обсяг знань та навичок, інтенсивно розвивається довільна форма пам'яті, мислення, уваги, спираючись на які можна спонукати дитину слухати, розглядати, запам'ятовувати, аналізувати. Молодший школяр, дотримуючись цих умов, вмітиме узгоджувати свої дії з однолітками, учасниками спільних ігор чи продуктивної діяльності, регулюючи свої дії з громадськими нормами поведінки. Його власна поведінка охарактеризується наявністю сформованої сфери мотивів та інтересів, внутрішнього плану дій, здатністю до достатньо адекватної оцінки результатів власної діяльності та своїх можливостей.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адаптація дітей до навчання у школі в діяльності психологічної служби: методичні рекомендації / за наук. ред. В.Г. Панка Київ, Український НМЦ практичної психології і соціальної роботи, 2013. 102 с.
2. Бахмат, Н. В. Постінтернатна адаптація вихованців інтернатних закладів: інтерактивна програма формування життєвої компетентності: навч.-практ. посіб./ Н. В. Бахмат ; Кам'янець-Поділ. нац. ун-т ім. Івана Огієнка, Пед. ф-т, Каф. теорії та методик поч. освіти. Кам'янець-Подільський: Друк-Сервіс, 2018. 139 с.
3. Грибоєдова Т. О. Соціальна адаптація молодших школярів загальноосвітніх шкіл-інтернатів до самостійного життя: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.05 / Грибоєдова Тетяна Олександрівна; Держ. ВНЗ "Донбас. держ. пед. ун-т". Слов'янськ, 2020. 19 с.
4. Гура Е. І. Теорія розвитку особистості: адаптація у період ранньої зрілості: монографія / Е. І. Гура. Дніпропетровськ : Журфонд, 2014. 169 с.
5. Дорофей С. В. Соціально-психологічна адаптація дітей в умовах пандемії *Габітус*. 2021. Вип. 24(2). С. 140-145.
6. Завацька Н. Є. Соціальна підтримка як інтерперсональна складова адаптаційного потенціалу особистості *XVI Науково-практична конференція "Університет і регіон: проблеми сучасної освіти". Збірник наукових праць*. Луганськ, 2010. С. 73-74.
7. Кавалеров А. І. Соціальна адаптація: феномен і прояви: монографія / А. І. Кавалеров, А. М. Бондаревська. Одеса: Астропринт, 2005. 112 с.
8. Ковязіна К. О. Соціальний захист дітей трудових мігрантів: концептуальні основи та державна політика. *Стратегічні пріоритети*. 2013. № 4. С. 50-56.
9. Криштоф С. Д. Гуманістична сутність педагогічної підтримки *Збірник наукових праць Харківського національного педагогічного*

університету імені Г. С. Сковороди. Засоби навчальної та науково-дослідної роботи. 2011. Вип. 35. С. 55-60.

10. Мазіна Н. Е. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру *Вісник Маріупольського державного університету. Серія : Філософія, культурологія, соціологія.* 2016. Вип. 12. С. 131-138.

11. Мазіна Н. Е. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб: підходи до виміру. *Вісник Маріупольського державного університету, Серія: Філософія, культурологія, соціологія.* 2016. Вип. 12. С. 131-138.

12. Маценко Ж. М. Адаптація дитини в ДНЗ / Жанна Маценко, Галина Нижник; упоряд. Т. Шаповал. Київ : Шкільний світ, 2016. 134 с.

13. Медведєв О. А. Адаптація учнів перших класів з підвищеною емоційною чутливістю до навчально-виховного середовища загальноосвітньої школи: автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07 / Медведєв Олег Анатолійович ; Уман. держ. пед. ун-т ім. Павла Тичини. Умань, 2015. 20 с.

14. Між війною та соборністю. Соціокультурна інтеграція та адаптація переселенців з Донбасу та Криму. Західноукраїнський вектор: колект. Монографія / НАН України, Ін-т українознавства ім. І. Крип'якевича; відп. ред. М. Литвин. Львів : Ін-т українознавства ім. І. Крип'якевича НАН України, 2017. 452 с.

15. Мушинський В. П. Адаптація учнів і випускників: посібник / В. Мушинський, О. Попова, О. Бондар ; упоряд. Т. Червонна. Київ : Шкільний світ, 2015. 165 с.

16. Ніконова Д. О. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених осіб засобами громадських організацій *Часопис економічних реформ.* 2016. № 3. С. 75-80.

17. Пехота О. М. Особистісно орієнтоване навчання: підготовка вчителя: монографія / О. М. Пехота, А. М. Старєва. Миколаїв : Іліон, 2007. 272 с.
18. Пігіда В. М. Форми й методи соціально-педагогічної підтримки дітей трудових мігрантів у системі взаємодії соціальних служб та навчальних закладів. *Вісник Луганського національного університету імені Тараса Шевченка. Педагогічні науки*. 2012. № 16. С. 129-137.
19. Подобєд О. Настрій переміщених українців та їх адаптація до життя у повоєнній Західній Німеччині *Наукові записки Тернопільського національного педагогічного університету імені Володимира Гнатюка. Серія : Історія*. 2017. Вип. 2(2). С. 121-127.
20. Психосоціальна допомога внутрішньо переміщеним дітям, їхнім батькам та сім'ям з дітьми зі Сходу України: посіб. для практиків соціальної сфери / Мельник Л.А. та ін. ; за ред. Волинець Л.С. – К. :ТОВ «Видавничий дім «Калита», 2015. – 72 с.
21. Путінцев А. В. Адаптація внутрішньо переміщених осіб в регіонах України: сутність, поняття, підходи. *Економіка. Фінанси. Менеджмент: актуальні питання науки і практики*. 2018. № 9. С. 110-121.
22. Риндзак О. Т. Соціально-економічна адаптація внутрішньо переміщених громадян у приймаючому соціумі (на прикладі м. Харкова) *Проблеми економіки*. 2015. № 3. С. 275-280.
23. Сабат Н. Адаптація дітей мігрантів до нового соціокультурного простору: педагогічна допомога і підтримка *Освітній простір України*. 2017. Вип. 9. С. 144-151.
24. Соціально-педагогічна та психологічна допомога сім'ям з дітьми в період військового конфлікту : навч.-метод. посіб. / заг. ред. : К. Левченко, В. Панок, І. Трубавіна. К. : Агентство “Україна”, 2015. 176 с.
25. Хачатурян Ю.Р. Соціально-психологічна адаптація дітей-мігрантів в освітньому середовищі: автореф. дис. ... канд. психол.

наук : 19.00.05 / Хачатурян Юлія Рафаелівна ; Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка. Київ, 2021. 20 с.

26. Юрчишин О. М. Адаптація дітей молодшого шкільного віку до навчальних навантажень в йододефіцитному регіоні: дис. ... канд. мед. наук : 14.03.03 / Юрчишин Оксана Михайлівна; Держ. ВНЗ "Терноп. держ. мед. ун-т ім. І. Я. Горбачевського МОЗ України". Тернопіль, 2012. -181 с.

ДОДАТКИ

Додаток А

Програма корекції шкільної адаптації

Мета програми: створити психолого-педагогічні умови, що забезпечують успішний перебіг адаптації першокласників до навчання у школі.

Очікувані результати роботи за програмою:

- дитина: успішна адаптація до школи; зведення до мінімуму проблем дезадаптації;
- педагог: вміння забезпечити комплекс умов успішної адаптації;
- батьки: усвідомлення того, що успішна адаптація в основному залежить від батьківської підтримки та розуміння.

Основні показники успішної адаптації: збереження фізичного, психічного та соціального здоров'я дітей; встановлення контакту однолітками, з учителем; формування адекватної поведінки; оволодіння навичками навчальної діяльності.

Завдання: 1. Створення згуртованого класного колективу.

2. Встановлення норм взаємовідносин із однолітками, вчителями та іншими співробітниками школи.

3. Пред'явлення дітям єдиних та обґрунтованих вимог (норми та правила поведінки, режим шкільного дня, можливі критерії оцінки роботи тощо).

4. Здійснення розвитку в дітей віком умінь і здібностей, необхідні успішного навчання у початковій школі.

5. Адаптація змісту навчальної програми, навантаження уроку віковим та індивідуальних можливостей та потреб учнів.

Напрями роботи з організації успішної адаптації першокласників:

1. Співпраця школи з дитячим садком.
2. Спільна робота з батьками.
3. Психолого-педагогічна робота з учнями першого класу.

Забезпечити ефективний поступовий розвиток дитини, її успішний перехід на наступний ступінь навчання допомагає співпраці школи з дитячим садком.

Система роботи цієї співпраці передбачає:

1. Організаційна робота: екскурсії майбутніх першокласників до школи; запрошення на Свято першого та останнього дзвінка; шефська робота гуртків школи; відкриті виховні заходи у школі для дітей із ЗДО.

2. Методична робота: робота вчителів початкових класів та вихователів ДНЗ над єдиною методичною проблемою; вивчення та аналіз програми розвитку дитини в дошкільний період та у початковій школі, вимог, визначених у нормативних документах; проведення занять у старших дошкільних групах.

3. Діагностична та корекційно-розвивальна робота: проведення діагностичної роботи з дітьми 5-6-річного віку, спрямованої на виявлення рівня розвитку дитини, її готовності до навчання; організація спеціальних занять із дітьми, які не відвідують ЗДО; корекційно-розвивальні заняття вчителя з дітьми (1 раз на тиждень); проведення обстеження дошкільнят логопедом; консультації, збори батьків майбутніх першокласників; контроль адміністрації ЗДО за адаптацією першокласників.

У 6-7 років відбувається новий рівень соціального розвитку. вона прагне вийти за межі дошкільного віку. У цей період стає характерною домінуюча роль сім'ї у задоволенні матеріальних, комунікативних, емоційних потреб дитини, тому робота з майбутніми першокласниками починається саме зі знайомства із сім'єю. Це відбувається задовго до того, як дитина стане першокласником.

Система спільної роботи з батьками передбачає:

1. Проведення організаційних зборів батьків майбутніх першокласників у дитячому садку «Школа та будинок - одна сім'я» (проводяться у листопаді-грудні за рік до відвідування дитиною школи). Мета зборів: познайомити батьків із психолого-педагогічними умовами школи, з

матеріально-технічною базою, з особливостями організації навчально-виховного процесу, традиціями школи.

2. Запис майбутніх першокласників (відповідно до положення).

3. У травні проводяться перші класні збори "Дай руку, першокласник!".

Мета зборів: ознайомити батьків майбутніх першокласників із класною кімнатою, з будівлею школи, із класним керівником, один з одним; допомогти батькам у підготовці дитини до майбутнього шкільного життя та нового соціального статусу: учня. Наприкінці серпня проводяться батьківські збори на тему «Проблеми адаптації. Знайомство з особливостями навчально-виховного процесу у перших класах».

4. Протягом року проводяться батьківські збори, індивідуальні консультації, відкриті уроки, анкетування батьків із проблем адаптації першокласників.

Діяльність педагогічного колективу школи з організації сприятливого адаптаційного середовища під час переходу від дошкільної до початкової шкільної освіти спрямована на створення таких психолого-педагогічних умов:

1. Організація шкільного режиму першокласників. Створення предметно-просторового середовища: розробка оптимального річного навчального плану, що дозволяє рівномірно чергувати навчальну діяльність та відпочинок першокласників; вимог навчально-виховного процесу першокласників: тривалість уроків 35 хвилин, п'ятиденний режим навчання, обов'язкове проведення фізкультхвилинки під час уроків тощо;

2. Організація оздоровча-профілактичної роботи: медико педагогічна діагностика стану здоров'я першокласників:

- медичний огляд майбутніх першокласників лікарями-спеціалістами, моніторинг стану здоров'я, захворюваності;
- моніторинг мовленнєвого розвитку;
- профілактична робота щодо попередження захворювань: вакцинація, вітамінізація, профілактика простудних захворювань, дотримання

санітарно-гігієнічних та епідеміологічних норм, проведення коректуючи занять тощо;

- максимальне забезпечення рухової активності дітей: проведення фіззарядки, фізкультхвилинки, динамічних пауз, рухливих ігор на змінах, позакласних фізкультурно-спортивних заходів, прогулянок та спортивних годин;

- Організація раціонального повноцінного харчування першокласників;

- Організація психолого-педагогічного супроводу адаптації першокласників;

- Використання в навчальному процесі здоров'язберігаючих освітніх технологій;

- контроль та оцінка результатів навчання: навчальні досягнення перших класів, що навчаються, оцінюються вербально.

3. Організація навчально-пізнавальної діяльності першокласників під час адаптації: специфіка організації уроків під час адаптації: зменшення навчального навантаження першому етапі навчання, відсутність домашніх завдань; широке використання ігрових технологій навчання на уроці; використання різноманітних форм індивідуальної роботи з першокласниками.

4. Організація позаурочної навчальної діяльності першокласників (здійснюється відповідно до інтересів та бажань дітей та їх батьків): організація ГПД; загальношкільні та класні заходи у позаурочний час; організація позаурочної діяльності різних напрямів: спортивно-оздоровча, проектна, науково-пізнавальна, художня, технічна тощо; організація екскурсій.

5. Вивчення та аналіз ходу адаптації першокласників: малюнки на тему «Що мені подобається у школі?»; анкетування дітей; складання карт характеристик готовності дітей до навчання до шкіль.

РЕЗЮМЕ

Адаптація до нового шкільного середовища дітей-ВПО

Фабер Лілія Максимівна

Ключові слова: адаптація, адаптація до школи, психологічна адаптація, фізіологічна адаптація, соціально-психологічна адаптація, особистість, діти-ВПО, шкільний колектив, біофізіологічний підхід, психологічний підхід, інформаційно-комунікативний підхід, емоційно-вольова сфера.

Адаптація до школи – це багатоплановий процес, складовими якого виступають фізіологічна адаптація та соціально-психологічна адаптація. Актуальним завданням сучасної школи є робота, яка спрямовує своє русло на гармонійне формування особистості, створення сприятливих умов для самореалізації кожної дитини. Тому завдання учителя полягає в наданні допомоги дитині з успішною адаптацією в колективі ровесників. І тому, на адаптацію вихованців до школи і шкільних вимог, на їх емоційний стан, бажання вчитися впливає характер спілкування учителя з молодшими школярами-переселенцями.

Але відповідальність за успішну адаптацію лежить не тільки на педагогах, але й на сім'ї дитини. Відсутність зовнішніх норм, обмежень є причиною виникнення дезадаптації до школи, яка проявляється у нездатності керувати своєю поведінкою. Діти відчувають труднощі адаптації в шкільному колективі і страх перед учителем. В основі цього страху лежить страх зробити помилку і бути осміяним.

Під впливом стресу відбуваються негативні зміни у психічному стані дітей-переселенців, що накладає відбиток на поведінку дитини, міжособистісні стосунки, когнітивні функції, самооцінку та й загалом на світогляд.

У психологічному плані вимушена міграція небезпечна тим, що людина часто виявляється не готовою до змін у своєму житті. Людина не може інтегруватись в середовище, яке потрапила. Мігрант ставиться до існуючої

дійсності, як до неминучої. Зміни, які відбуваються, на його думку, небажані, не залежать від нього.

Слід зрозуміти, що адаптація дитини-ВПО не є односторонньою. Вчителю теж доводиться адаптуватися. І його завдання полягає не тільки в організації освітнього процесу, а ще й в попередженні та недопущенні своїми діями чи бездіяльністю травматизації учня.

У шкільному середовищі слід створити сприятливі, динамічні, доброзичливі умови для успішного соціального навчання, розвитку, соціальної адаптації та інтеграції школярів-ВПО з урахуванням індивідуальних соціально-психологічних проблем кожної дитини.

ABSTRACT

Adaptation to the new school environment for IDP children

Faber Liliia Maximovna

Key words: adaptation, adaptation to school, psychological adaptation, physiological adaptation, socio-psychological adaptation, personality, IDP children, school team, biophysiological approach, psychological approach, information and communication approach, emotional and volitional sphere.

Adaptation to school is a multifaceted process that includes physiological adaptation and social and psychological adaptation. The urgent task of a modern school is to work towards the harmonious formation of the individual, creating favorable conditions for the self-realization of each child. Therefore, the task of the teacher is to help the child with successful adaptation in the team of peers. Therefore, the nature of the teacher's communication with younger IDP students affects their adaptation to school and school requirements, their emotional state, and their desire to learn.

But the responsibility for successful adaptation lies not only with teachers, but also with the child's family. The absence of external norms and restrictions is the cause of school maladjustment, which manifests itself in the inability to control one's behavior. Children experience difficulties in adapting to the school community and fear of the teacher. This fear is based on the fear of making a mistake and being ridiculed.

Under the influence of stress, there are negative changes in the mental state of displaced children, which affects the child's behavior, interpersonal relationships, cognitive functions, self-esteem and, in general, the worldview.

Psychologically, forced migration is dangerous because people are often unprepared for changes in their lives. A person cannot integrate into the environment he or she finds himself or herself in. The migrant treats the existing reality as inevitable. The changes that are taking place, in his opinion, are undesirable and do not depend on him.

It should be understood that the adaptation of an IDP child is not one-sided. The teacher also has to adapt. And his task is not only to organize the educational process, but also to prevent and prevent traumatization of the student through his actions or inaction.

The school environment should create favorable, dynamic, friendly conditions for successful social learning, development, social adaptation and integration of IDP students, taking into account the individual social and psychological problems of each child.