

УДК 371–372.3/4

Волобуева Наталья Александровна

Старший преподаватель кафедры анатомии, физиологии и безопасности жизнедеятельности ГОУ ВПО «Новосибирский государственный педагогический университет», Новосибирск

**СОВРЕМЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ АДАПТАЦИИ
УЧАЩИХСЯ В НАЧАЛЬНОЙ ШКОЛЕ ПРИ РАЗНЫХ
ПРОГРАММАХ И ТЕХНОЛОГИЯХ ОБУЧЕНИЯ**

Natalia Aleksandrovna Volobuyeva

Senior teacher at of chair of anatomy, physiology and safety, Novosibirsk state pedagogical university, Novosibirsk

**CURRENT PROBLEMS OF ADAPTATION OF ELEMENTARY
SCHOOL PUPILS TO VARIOUS PROGRAMS
AND TECHNOLOGIES OF TRAINING**

Вся система образования России последнее десятилетие находится в стадии реформирования. Начальное образование – не просто одна ступень непрерывной системы образования, а первая школьная ступень. Поэтому ее в первую очередь коснулись всевозможные инновации и изменения на всех уровнях (на школьном, региональном и на государственном). Главными характеристиками образования на современном этапе можно считать стандартизацию, вариативность и переход на 4-х летнее начальное образование (документ «О сроках обучения в начальной школе» от 26.06.97).

Факторами, отрицательно влияющими на здоровье школьников, являются несоответствие методик и технологий обучения возрастным и функциональным возможностям ребенка, нерациональная организация учебного процесса, нарушения санитарно-гигиенических условий обучения. Значимость этих факторов определяется длительностью, систематичностью и непрерывностью их воздействия на организм ребенка. Широкое внедрение педагогических технологий осуществляется, как правило, без предварительных физиолого-гигиенических исследований. Между тем процессы адаптации детей в условиях реализации инновационных технологий обучения изучены недостаточно. Свидетельством этого являются публикации, в которых приводятся сведения о негативном влиянии инновационных методик обучения на функциональное состояние и здоровье школьников [7].

Сегодня школа перегружена различными экспериментами: внедряются новые технологии, изменяется продолжительность обучения (повышается его интенсивность во вторую половину дня за счет дополнительных

занятий разной направленности), внедряются в учебный процесс новые учебные пособия, школа вошла в эксперимент по профильному обучению, апробируются стандарты второго поколения, на подходе стандарты третьего поколения. Стандарт должен гарантировать возможность достижения каждым учащимся планируемых результатов образования при выполнении условий организации учебного процесса. Однако опыт показывает, что реальные достижения учащихся ниже планируемого уровня в образовательных стандартах и реализуемого учителями.

Таким образом, актуальность проблемы исследования обусловлена *разрешением противоречия между объективной необходимостью внедрения инновационных технологий в начальную школу и «приведением» образовательного процесса в соответствие с психофизическими возможностями учащихся для успешной адаптации на начальном этапе обучения и сохранения здоровья.*

Под школьной адаптацией понимают приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности и т. д. И очень важно, чтобы это приспособление было осуществлено ребенком без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, здоровья, настроения, самооценки. *Адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому, личностному, духовному и социальному развитию.*

Адаптация ребенка к школе происходит не сразу. Исследования показали, что от 45% до 52% первоклассников адаптируются к школе за 3 месяца обучения. Неустойчивая адаптация за 3–4 месяца характерна для 25%–30% учащихся. От 18% до 30% учеников дезадаптируются, их приспособительные механизмы перенапрягаются, отмечается срыв нервной деятельности, увеличивается заболеваемость от начала к концу учебного года. В одном классе учатся дети с разной выраженностью слухового, зрительного и тактильного восприятия (аудиалы, визуалы и кинестетики). Инновационные методы обучения позволяют учителю работать с учащимися в ином режиме, позволяющем воспитывать, развивать и обучать самореализующуюся личность.

Анализируя показатели детей по результатам теста при поступлении в школу, была выявлена следующая тенденция: большинство детей (44%) – среднезрелые, тогда как, количество детей незрелых и ниже среднего в сумме составляет 37%. К концу 1-го класса картина изменилась: с 19% до 48% увеличилось количество детей зрелых, но в равных количествах остались (7%) дети ниже среднего и незрелые. Даже к окончанию первого класса 14% детей первой группы (программа 1–3) и 4% детей второй группы (программа 1–4) можно отнести к группе риска по адаптации к системному обучению.

Процесс адаптации к школе определяется тем грузом физиологических и психологических проблем, которые приобрёл ребёнок в пренатальном,

перинатальном и постнатальном опыте, а также возрастом поступления в школу и готовностью к обучению (физическое развитие, сформированность психических функций, наличие мотивации к обучению, отношение ребёнка к взрослому, сверстнику, самому себе) [1]. Все эти факторы определяют, какой будет процесс адаптации лёгкой, средней тяжести или тяжёлым.

При лёгкой адаптации состояние напряжённости функциональных систем организма компенсируется в течение первой четверти. При адаптации средней тяжести нарушения самочувствия и здоровья более выражены и могут наблюдаться в течение первого полугодия. У части детей адаптация к школе проходит тяжело. При этом значительные нарушения в состоянии здоровья нарастают от начала к концу учебного года.

Успешность адаптации зависит от степени подготовленности к школьному виду деятельности [2]. Дети с недостаточной подготовкой к школе составляют «группу риска» как с точки зрения усвоения программы, так и с точки зрения повышенной утомляемости и заболеваемости. В настоящее время созданы все условия для четырехлетнего начального образования в России: программы, учебники, достаточное количество публикаций в помощь учителю начальных классов.

Недостаточная готовность к обучению в школе выражена следующими параметрами: недостаточно сформировано словесно–логическое мышление; недостаточно развита произвольность; недостаточно развита вербальная память; недостаточна общая осведомленность; недостаточно развита речь; недостаточно сформированы причинно–следственные связи. С целью выявления адаптированности учащихся к учебной деятельности и форме обучения, в работе было проведено сравнение психологической готовности детей 1 класса при двух формах обучения (инновационной и традиционной). Использовались методики на выявление психолого-педагогической готовности учащихся начальных классов к школьному обучению (табл. 1, 2).

Таблица 1

Исследование психологической готовности детей к обучению в школе по методике Л. А. Венгера

Класс	Методики (баллы)				
	Графический диктант	Образец и правило	Лабиринт	Эталон	Перцептивное моделирование
Инновационный	10,8±0,5	9,6±0,4	29,0±1,0	23,5±0,4	9±0,8
Традиционный	11,3±0,8	7,7±0,7	26,8±0,8	24,7±0,9	7,7±0,9
t	0,97	1,99*	2,31*	1,64	1,83

**Психологическая готовность к школьному обучению учащихся
1 класса при инновационном и традиционном обучении, %**

Уровни	Класс	Граф. дикт.	Образец и прав.	Лабиринт	Эталон	Пецпт. модел.	Средний результат
I. Особо низкий	И	4,3	–	8,7	–	30,4	8,7
	Т	–	12,5	12,5	–	25,0	10,0
II. Ниже среднего	И	13,0	4,3	8,7	–	26,0	10,4
	Т	18,7	6,3	18,7	–	50,0	18,7
III. Средний	И	13,0	8,7	13,0	4,3	43,4	16,5
	Т	6,3	6,3	31,3	12,5	18,7	15,0
IV. Выше среднего	И	34,8	21,7	43,4	60,9	–	32,0
	Т	31,3	12,5	12,5	37,5	6,3	20,0
V. Высокий	И	34,8	65,3	26,0	34,8	–	32,2
	Т	43,8	62,5	25,0	50,0	–	36,3

Из представленных таблиц видно, что в классе с инновационным обучением есть тенденция к преимущественно успешному развитию у младших школьников таких фундаментальных познавательных функций, которые обеспечивают успешность обучения не только в начальном, но и среднем звене. Это функции произвольного внимания, наглядно-образного и логического мышления, перцептивного анализа. Из этого следует, что дети как инновационного, так и традиционного класса успешно адаптируются к тем педагогическим технологиям, в которых они обучаются.

Анализируя результаты, полученные учащимися по диагностическим методикам, было показано, что 19,1% учеников инновационного класса и 28,7% детей традиционного класса обладают низким и особо низким уровнем сформированности компонентов учебной деятельности. Эти дети требуют индивидуального дополнительного обследования психологом, для уточнения выводов, сделанных на основе фронтального обследования, а также для выбора направлений коррекционной работы. Из проведённой диагностики психолого-педагогической готовности учащихся к школьному обучению было установлено, что учащиеся инновационного класса лучше справляются с заданиями, требующими владения наглядно-образным мышлением, операциями анализа, синтеза, сравнения. Учащиеся традиционного класса лучше выполняют задачи, требующие чёткой инструкции со стороны учителя и внимательности ученика. Учитывая специфику той и другой образовательной технологии, можно сделать вывод, что учащиеся инновационного класса в 80%, а учащиеся традиционного класса в 70% адаптировались к нагрузке в школе, к специфике применяемой программы.

Особенностью исследуемых детей вторых классов являлось их обучение по разным программам: во 2 «А» классе обучение происходило по программе 1–3, а во 2«Б» – по программе 1–4. В связи с этим было интересно выявить разницу между психофизиологическими показателями детей, обучающихся по разным программам.

Результаты исследования показали, что у девочек, обучающихся по программе 1–4 количественные и качественные показатели свето- и звукомоторной реакций СМР ЗМР и реакции на выработку дифференцировочного торможения ДТ, а также объём механической памяти были лучше, чем у девочек, обучающихся по программе 1–3. У мальчиков 2 «А» класса, обучающихся по программе 1–3, по результатам теста реакция на движущийся объект (РДО) было обнаружено в 2,3 раза больше ошибок, чем у мальчиков 2 «Б» класса (1–4) что, по-видимому, связано с большей нагрузкой на детей 2 «А» класса.

При рассмотрении теста СМР было обнаружено, что скорость выполнения задания примерно одинакова, но число ошибок у учащихся 2-«Б» класса меньше в 2,5 раза, а тест на ЗМР показал возрастание скорости реакции в 1,3 раза у мальчиков 2 «Б» класса (1–4) и одновременно с этим повышение качества выполняемой работы в 2 раза. При сравнении результатов теста РДО было установлено, что у мальчиков, обучающихся по программе 1–4, увеличивалась скорость реакции (в 1,6 раза), при практически том же количестве ошибок. Существенных различий по объёму механической памяти не отмечалось.

У девочек, обучающихся по программе 1–4, были не только более высокие психофизиологические показатели, но и уровень работоспособности, особенно в конце рабочего дня по сравнению с программой 1–3 (табл. 3).

Таблица 3

Показатели умственной работоспособности девочек, обучающихся по программам 1–3 и 1–4

	К – коэффициент продуктивности				Q – умственная работоспособность				Успеваемость
	Начало недели		Конец недели		Начало недели		Конец недели		
	I урок	IV урок	I урок	IV урок	I урок	IV урок	I урок	IV урок	
2а (1–3)	1,62± 0,06	1,70± 0,14	1,74± 0,07	1,78± 0,1	5,32± 1,45	7,61± 1,47	4,61± 0,63	2,57± 0,28	3,6
2б (1–4)	1,75± 0,04	2,10± 0,1	2,10± 0,29	1,90± 0,24	5,80± 0,95	6,56± 1,36	3,31± 0,38	2,77± 0,58	4,1
t	1,9	2,32*	1,30	0,46	0,27	0,53	1,8	0,31	

Показатели умственной работоспособности мальчиков, обучающихся по программе 1–3 и 1–4

	К – коэффициент продуктивности				Q – умственная работоспособность				Успеваемость
	Начало недели		Конец недели		Начало недели		Конец недели		
	I урок	IV урок	I урок	IV урок	I урок	IV урок	I урок	IV урок	
2а (1–3)	1,9± 0,16	1,93± 0,09	1,99± 0,16	1,97± 0,18	3,97± 0,42	4,60± 0,76	2,47± 0,28	2,89± 0,42	3,13
2б (1–4)	1,59± 0,15	1,99± 0,06	1,83± 0,21	1,70± 0,08	3,89± 0,62	6,31± 0,98	2,92± 0,40	3,80± 0,94	3,92
t	1,35	0,55	0,62	1,35	0,11	1,41	0,92	0,88	

Примечание: знаком* – отмечены достоверные различия показателей.

*** – ($p \leq 0,001$);

** – ($p \leq 0,01$);

* – ($p \leq 0,05$);

t – эмпирическое значение критерия Стьюдента при сопоставлении показателей испытуемых 2 класса, обучающихся по программе 1–3 и 1–4.

Это, вероятно, и определяет более высокий уровень успеваемости у девочек, обучающихся по программе 1–4 (рисунок). Мальчики существенных различий в коэффициенте продуктивности и умственной работоспособности не показали. Лишь у ребят 2 «Б» класса 1–4, по сравнению со 2 «А» 1–3, отмечалась тенденция к более выраженному повышению умственной работоспособности от 1-го к 4-му уроку.



Рис. 1. Уровень успеваемости учащихся начальных классов, обучающихся по разным программам

Для описания возрастных психофизиологических показателей девочек и мальчиков 7, 8, 9 лет было проведено поперечное сравнение (рис. 2).

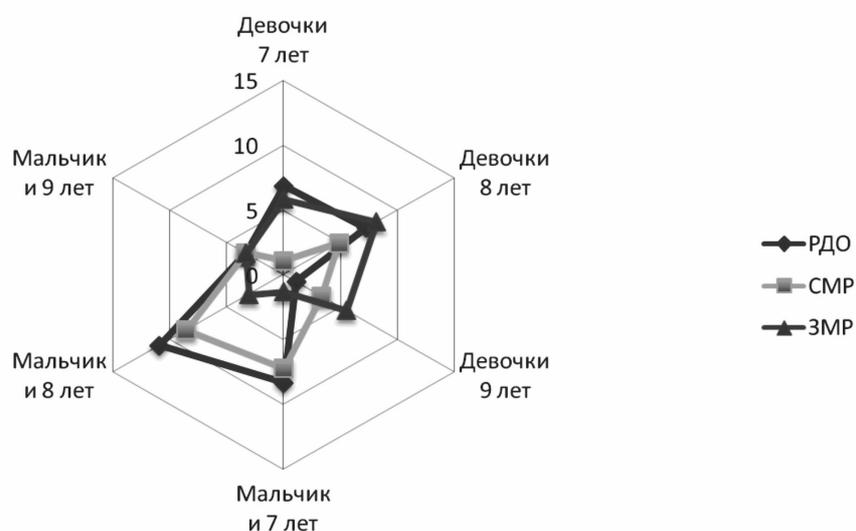


Рис. 2. Сравнительная характеристика психофизиологических показателей учащихся начальных классов

Нами установлено, что независимо от формы обучения от класса к классу у школьников наблюдалось улучшение показателей умственной работоспособности (УР), особенно при инновационных формах обучения. Исследование дневной и недельной динамики УР выявило ухудшение ее параметров к концу учебного дня и учебной недели при всех программах обучения, но в разной степени. Адаптация учащихся к обучению наиболее трудно протекает в первых классах независимо от формы обучения, причем девочки адаптируются лучше, чем мальчики. При 4-х летнем обучении в традиционной школе адаптация была более благополучной, чем при 3-х летнем обучении. Более благоприятная динамика умственной работоспособности в начальной школе наблюдалась при введении, наряду с инновационными, здоровьесберегающих технологий по сравнению с традиционными и инновационными формами. Наши данные согласуются с литературными [8; 9].

В связи с вышеизложенным, нами была разработана модель необходимых организационных и психолого-педагогических условий для повышения адаптационных способностей учащихся начальных классов и сохранения их здоровья. Модель конструирования процесса обучения в начальной школе строится на основе личностно-деятельностного подхода, на принципах целостности и системности, непрерывности и преемственности, соответствия психофизиологическим возможностям учащихся и реальному уровню их здоровья и включает:

а) компоненты конструирования здоровьесберегающего процесса обучения (целевой, процессуально-содержательный, операционально-деятельностный, рефлексивно-результативный);

б) комплекс организационных, психолого-педагогических и методических условий, обеспечивающих нормализацию индивидуальной учебной нагрузки и повышающих адаптационный потенциал субъектов образовательного процесса, а именно:

– использование здоровьесберегающих технологий и инновационных технологий обучения;

– повышение профессиональной компетентности педагогов в конструировании инновационного процесса обучения в начальной школе и реализации инновационных технологий по новым, развивающим учебно-методическим комплексам с учетом психофизического развития учащихся;

– проведение комплексного мониторинга образовательно-воспитательного процесса в начальной школе.

Критериями эффективности процесса обучения учащихся начальной школы являются следующие показатели:

– повышение уровня адаптации учащихся начальных классов и положительная динамика состояния их здоровья;

– повышение уровней школьной зрелости и психофизиологических показателей учащихся начального звена обучения;

– рост профессиональной компетентности педагогов в конструировании инновационного процесса обучения учащихся начальной школы.

Таким образом, полученные нами результаты в процессе исследования свидетельствуют о том, что адаптация учащихся к учебным нагрузкам в условиях различных образовательных сред имеет свои особенности, и указывает на то, что необходимо учитывать психофизиологические особенности учащихся и состояние их здоровья. Создание соответствующих психолого-педагогических условий и своевременная коррекционная работа позволяют повысить эффективность образовательного процесса и облегчить адаптацию учащихся к начальному обучению.

Библиографический список

1. **Абаскалова, Н. П.** Системный подход в формировании здорового образа жизни субъектов образовательного процесса «Школа–ВУЗ» [Текст] / Н. П. Абаскалова // Монография. – Новосибирск: НГПУ, 2001. – 316 с.

2. **Айзман, Р. И.** Готов ли ребенок к школе? [Текст] / Р. И. Айзман, Г. Н. Жарова, Г. М. Вартапетова, Е. Э. Петрова, // Диагностика в экспериментах, заданиях, рисунках и таблицах. – Новосибирск: Издательство: ЭНАС, 2006. – 150 с.

3. **Антропова, М. В.** Умственная работоспособность и состояние здоровья младших школьников, обучающихся по различным педагогическим системам [Текст] / Р. И. Антропова, Г. В. Бородкина, Л. М. Кузнецова и др. // Физиология человека, 1998. – Т. 24; № 5. – С. 80–84.

4. **Безруких, М. М.** Здоровье – берегающая школа. [Текст] / М. М. Безруких – М., 2004. – 240 с.

5. **Зайцев, Г. К.** Как надо заботиться о здоровье детей в школе: суждения учащихся и учителей [Текст] / Г. К. Зайцев, А. Г. Зайцев // Валеология. – Ростов-на-Дону, 2001. – № 1. – С. 33–41.

6. **Ирхин, В. Н.** Школа здоровья: практические материалы по валеологизации школьной образовательной системы: Методическое пособие. [Текст]/ В. Н. Ирхин, И. В. Ирхина// Барнаул: Изд-во БГПУ, 2002. – 128 с.

7. **Казначеева, Л. Ф.** Адаптационные возможности учащихся начальных классов [Текст] / Л. Ф. Казначеева, Е. Е. Ростовцева, Я. Я. Ландайс // Педагогические и медицинские проблемы валеологии: Сб. тр. междунар. конф. – Новосибирск. изд-во НГПУ, 1999. – С. 172–173.

8. **Кормилицына, Н. К.** Сохранение умственной работоспособности младших школьников [Текст] / Н. К. Кормилицына // Альманах «Новые исследования». – М., 2004. – 216 с.

9. **Хасанова, Н. Н.** Адаптация и здоровье детей, начавших обучение с шести лет, в условиях развивающего обучения [Текст] / Н. Н. Хасанова Валеология. – Ростов-на-Дону, 2000. – № 2. – С. 57.

