

ПСИХОФІЗІОЛОГІЧНЕ ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ АДАПТАЦІЇ НАВЧАННЯ МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

PSYCHOPHYSIOLOGICAL SUPPORT OF ADAPTATION IN THE EDUCATION OF JUNIOR SCHOOLCHILDREN

Стаття присвячена дослідженню психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів. Нами визначено поняття «адаптація» та «адаптація навчання», а також їх вплив на навчання молодших школярів, встановлено, що адаптація та адаптація навчання є ключовими аспектами навчального процесу, особливо для молодших школярів, оскільки визначають якість та успішність їхнього навчання. За результатами дослідження особливостей психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів виявили, що кожна дитина має унікальні характеристики свого психологічного стану. Індивідуальний підхід до кожного учня важливий для ефективного планування та реалізації навчального процесу. Розглянули методичні підходи дослідження психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів, які вказують на важливість комбінації різноманітних методів, де літературний огляд слугує фундаментом, а психологічні вимірювання, анкетування, спостереження, педагогічні експерименти, когнітивні тести, співбесіди, групові обговорення та медичні дослідження надають об'єктивні й комплексні дані щодо адаптації дітей до шкільного середовища. Сформували організацію та емпіричну базу дослідження психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів, завдяки чому змогли виявити, що існують значущі взаємозв'язки між фізіологічними показниками та психічним станом дітей під час навчання. Отже, проаналізувавши результати емпіричного дослідження, визначили, що загальною тенденцією є успішна адаптація, пов'язана з високим рівнем шкільної мотивації, соціально-емоційною стабільністю, а також здатністю ефективно використовувати пам'ять і увагу. Проте існують індивідуальні відмінності, які потребують індивідуалізованого підходу до корекції та підтримки для кожного учня. Навели рекомендації щодо покращення психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів відповідно до отриманих результатів, що стосуються вдосконалення організації навчального процесу з урахуванням індивідуальних особливостей і потреб кожного учня, підтримки емоційного та соціального благополуччя, активізації мотивації до навчання та підвищення інтересу до шкільної діяльності. Розкрили необхідність створення корегувальної програми / програм для психологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів, де важливо застосовувати індивідуалізацію підходу, оскільки діти проявляють різні рівні шкільної мотивації та адаптації.

Ключові слова: адаптація, адаптація школярів, молодші школярі, адаптація до навчання, психологічне забезпечення.

The article is devoted to the study of psychological support for the adaptation of learning of younger schoolchildren. Therefore, we defined the concepts of "adaptation" and "learning adaptation", as well as their impact on the education of younger schoolchildren, where we determined that adaptation and adaptation of learning are key aspects of the educational process, especially for younger schoolchildren, as they determine the quality and success of their education. Peculiarities of psychophysiological provision of adaptation of education of younger schoolchildren were studied, where it was found that each child has unique characteristics of his psychophysiological state. An individual approach to each student is important for effective planning and implementation of the educational process. Methodological approaches to the study of psychophysiological support of learning adaptation of younger schoolchildren were considered, which indicate the importance of a combination of various methods, where a literature review serves as a foundation, and psychophysiological measurements, questionnaires, observations, pedagogical experiments, cognitive tests, interviews, group discussions and medical studies provide objective and comprehensive data on children's adaptation to the school environment. They formed an organization and an empirical base for the study of psychophysiological support for learning adaptation of junior high school students, where they were able to discover that there are significant relationships between physiological indicators and the mental state of children during education. Therefore, after analyzing the results of the empirical research, it was determined that the general trend is successful adaptation, which is associated with a high level of school motivation, social-emotional stability, as well as the ability to effectively use memory and attention. However, there are individual differences that require an individualized approach to correction and support for each student. Recommendations were made for improving the psychophysiological provision of training adaptation of younger schoolchildren in accordance with the obtained results, where it is recommended to improve the organization of the educational process, taking into account the individual characteristics and needs of each student, support emotional and social well-being, increase motivation to study and increase interest in school activities. The need to create a corrective program/programs for psychophysiological support of learning adaptation of junior high school students was revealed, where it is important to apply an individualized approach, since children show different levels of school motivation and adaptation.

Key words: adaptation, adaptation of schoolchildren, younger schoolchildren, adaptation to learning, psychophysiological support.

УДК 159.942.943.2
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2024.57.24>

Нерубаська А.О.

д.філос.н.,
доцент кафедри загальнонаукових,
соціальних та поведінкових дисциплін
Одеський інститут
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна академія
управління персоналом»

Мошенська О.С.

магістрантка II курсу
Одеський інститут
ПрАТ «ВНЗ «Міжрегіональна академія
управління персоналом»

У сучасному освітньому контексті поняття «адаптація» та «адаптація навчання» стають ключовими факторами, що визначають успіш-

ний старт у світі знань для молодших школярів. Тому тема актуальна на кожному етапі розвитку суспільства. Німецький фізіолог

Г. Ауберт у 1856 році використав у науці термін «адаптація» для опису явища механізму чутливості органів зору чи слуху, що виявляється в підвищенні чи зниженні чутливості відповідно до впливу адекватного подразника. Сучасні науковці, наприклад О. Фролова, зазначають, що поняття «адаптація» може мати різні визначення залежно від конкретного контексту. По-перше, це може вказувати на процес, коли організм адаптується до свого середовища. По-друге, «адаптація» може означати стан рівноваги чи гармонії, який встановлюється між організмом і його оточенням. По-третє, це може вказувати на результат самого процесу пристосування. Нарешті, «адаптація» може бути пов'язана з певною «метою», яку організм «прагне» досягти [5, с. 6].

Поняття адаптації тісно пов'язане зі шкільним життям. Воно на кожному кроці ставить вимоги до компетентності дитини, її гнучкості, уміння виділяти головне і другорядне, здатності до цього пристосовуватися. Звідси й поняття шкільної адаптації, що визначається пристосуванням дитини до умов і вимог нового середовища. Її результатом є пристосованість як особистісна, що виступає показником життєвої компетентності дитини, її здатності орієнтуватися та впливати на довкілля [1].

У сучасному освітньому середовищі питання адаптації молодших школярів до навчання виявляється ключовим у контексті їхнього повноцінного розвитку. Особливу увагу дедалі частіше приділяють аспектам психофізіологічного забезпечення цього процесу, оскільки саме ці аспекти визначають ефективність вивчення й соціальну адаптацію дитини в школі. Стартовий етап шкільного навчання визначає формування основних навичок, які впливають на подальший успіх у навчальній діяльності. У цьому контексті розгляд психофізіологічних аспектів адаптації стає необхідним для розуміння та вдосконалення педагогічних стратегій, спрямованих на оптимізацію навчального процесу для молодших школярів.

Процес адаптації до навчання має свої особливості, які визначаються на різних етапах. У період молодшого шкільного віку відбувається активне формування особистості як учасника суспільства. Засвоєння дитиною відповідних знань, умінь і навичок у цей період впливає на її характер і особистість [9]. Тому вивчення ключових аспектів адаптації дитини до школи стає важливим завданням для сучасної психології та педагогіки. Це пов'язано насамперед із тим, що освітні заклади є основними інститутами, що впливають на адаптацію дитини. У цих установах дитина отримує відповідні навички для взаємодії із соціумом та оточуючим середовищем, а також освоює матеріал із різних навчальних предметів. Успішність адаптації до навчання визначає

майбутнє дитини і рівень її компетентностей, оскільки дошкільна та початкова шкільна освіта встановлюють фундаментальні умови для формування особистості на наступних етапах життєдіяльності [11, с. 473].

Процес адаптації, пов'язаний із введенням у нові норми шкільного життя, супроводжується психофізіологічними труднощами й несе типові кризові ризики в розвитку особистості [2]. Тому важливо створювати відповідне соціальне середовище та надавати першокласникам педагогічну підтримку для полегшення процесу адаптації до школи й попередження дезадаптації серед дітей. Ці вимоги, зокрема, визначені Державним стандартом початкової загальної освіти [10, с. 170].

Навчання в школі потребує значних зусиль як у плані розумового напруження, так і у фізичній витривалості дитини. Молодший шкільний вік вважається найбільш сприятливим періодом для розвитку емоційної сфери та культури почуттів особистості. Дитина постійно зростає, і взаємини з нею повинні враховувати вікові особливості, оскільки на різних етапах розвитку спостерігаються різні емоційні переживання [3]. Успішне проходження адаптаційного періоду є важливим, але він може бути складним, і не кожен учень його успішно може подолати. Такі труднощі можуть призвести до проблем у соціалізації через недостатню готовність до шкільного життя та ризик розвитку дезадаптації дитини [7, с. 57]. Саме тому в перші місяці шкільного навчання можна виявити основні труднощі в соціалізації молодшого школяра, які можна охарактеризувати як проблеми адаптації дитини до соціальних і психологічних вимог школи, що можуть проявлятися в труднощах шкільного життя.

Психологічна адаптація являє собою процес мотивації адаптивної поведінки, формування мети і програми для реалізації у ситуаціях новизни та значущості. Це взаємодія дитини із середовищем, під час якої вона враховує особливості оточуючого світу й активно впливає на нього для задоволення своїх потреб і реалізації зв'язків [4].

Окремо важливо додати, що дослідження особливостей психофізіологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів має велике значення з кількох ключових причин. По-перше, індивідуальний підхід грає важливу роль у розробці персоналізованих методів навчання, сприяючи ефективній адаптації кожної дитини. Дослідження може виявити оптимальні методи та стратегії, сприяючи максимізації ефективності навчання й адаптації молодших школярів. Тому раннє виявлення можливих труднощів у психофізіологічному забезпеченні дає змогу вжити заходів для їх попередження або ефективного управління [6].

Розуміння, як психофізіологічні аспекти впливають на адаптацію, дає змогу створити оптимальне навчальне середовище для розвитку кожної дитини, при цьому такі аспекти здатні сприяти адаптації до шкільних програм і методик, щоб вони враховували особливості психофізіологічного стану молодших школярів [8]. Саме тому забезпечення адаптації молодших школярів до навчання є важливим етапом у формуванні психофізіологічного благополуччя та подальшого успішного розвитку дитини.

Для того щоб визначити психофізіологічне забезпечення адаптації навчання молодших школярів, можна застосовувати низку методичних підходів. Психофізіологічні вимірювання надають об'єктивні дані щодо фізіологічних реакцій молодших школярів на стрес та адаптаційні процеси. Анкетування й опитування стають засобом отримання суб'єктивних даних від молодших школярів щодо їхніх власних переживань і стратегій адаптації, завдяки чому можна отримати глибше розуміння їхнього психічного стану. А спостереження за поведінкою та взаємодією дітей у реальних ситуаціях дає змогу отримати детальні дані й визначити особливості їхнього адаптаційного процесу.

Важливе місце серед методичних підходів має використання педагогічних експериментів, завдяки яким можна впливати на навчальні процеси й визначати ефективні методи адаптації, перевіряючи їх ефективність. При цьому когнітивні тести надають кількісні показники когнітивних функцій і здатностей дітей, що дає змогу оцінити їхні можливості в процесі навчання.

Співбесіди та групові обговорення забезпечують можливість отримати глибше розуміння внутрішнього світу дітей через безпосередню комунікацію та взаємодію. А медичні дослідження враховують можливі фізичні обмеження й аспекти, що можуть впливати на адаптацію молодших школярів. Вони надають повнішу картину стану здоров'я дітей у контексті їхньої адаптації.

При цьому комбінування цих методів дає змогу отримати комплексну й об'єктивну картину щодо психофізіологічного забезпечення адаптації молодших школярів до навчання.

Зважаючи на вищенаведену інформацію щодо дослідження психофізіологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів, нами було використано методи збору емпіричної інформації, а саме: методики «Експертна оцінка адаптування дитини до школи» (В. І. Чирков, О. Л. Соколова, О. В. Сорокіна) та «Карта адаптації першокласників», яка допомагає протестувати вчителів і батьків; опитувальник за анкетною Н. Г. Лусканової «Рівень шкільної мотивації і адаптації»; тест Лурія «10 слів» на визначення пам'яті й уважності.

При цьому важливо відзначити, що в нашому дослідженні брали участь 40 дітей віком 6–9 років із приватного центру освітніх послуг «Експерт» [12], директором якого є Людмила Геннадіївна Мошенська, вона ж викладач усіх дисциплін для молодших школярів: письма, скорочитання, математики, творчості тощо (крім англійської мови). Тому насамперед пропонуємо розглянути результати, отримані за методиками «Експертна оцінка адаптування дитини до школи» і «Карта адаптації першокласників», що допомагає протестувати вчителів і батьків.

Під час дослідження за методикою «Експертна оцінка адаптування дитини до школи» нам довелося вивчити соціально-психологічну адаптацію дітей до навчання в школі за допомогою участі вчителів і батьків. Аналізуючи отримані результати, ми розробили схему для вчителів і окрему схему для батьків, які наведені у вигляді таблиць нижче.

Варто проаналізувати, що означає кожен із показників табл. 1. Оцінка вчителів показала, що діти загалом відзначаються позитивними показниками адаптації до шкільного середовища (88,5%). Учителі сприймають, що більшість учнів успішно й легко впораються з викликами шкільного життя. При цьому показники неповної адаптації (11,5%) свідчать, що малий відсоток дітей, на думку вчителів, може потребувати додаткової підтримки або уваги для досягнення оптимальної адаптації. Це може вказувати на певні труднощі або виклики, з якими деякі учні стикаються в період адаптації до нового середовища. Відсутність даних у категорії «дезадаптація» може свідчити про те, що за загальними стандартами всі діти мають певний рівень адаптації. При цьому нульовий відсоток дезадаптації також може вказувати на те, що вчителі вважають, що немає серйозних проблем або викликів у цьому аспекті.

За оцінкою батьків згідно із цією методикою, показник адаптації (84,1%) свідчить про те, що більшість батьків вважають, що їхні діти добре адаптовані до шкільного оточення. Це

Таблиця 1
Результати за методикою «Експертна оцінка адаптування дитини до школи»

| | Адаптація | Неповна адаптація | Дезадаптація |
|---------------------------------|-----------|-------------------|--------------|
| Результати діагностики вчителів | | | |
| Показники в школі | 88,5 | 11,5 | – |
| Результати діагностики батьків | | | |
| Показники в школі | 84,1 | 15,9 | – |

(Показники адаптації стосуються 40 дітей)

може вказувати на позитивний погляд батьків на шкільний досвід своєї дитини та впевненість у її успіхах. При цьому показник неповної адаптації (15,9%) свідчить, що деякі батьки можуть вбачати ознаки труднощів або неповної адаптації у своїх дітей. Це може бути спричинено різними факторами, такими як стрес, соціальні труднощі або індивідуальні особливості. Незважаючи на це, відсутність показників щодо дезадаптації може свідчити про те, що батьки не вбачають серйозних проблем чи невдач в адаптації своїх дітей.

З огляду на отримані результати можна прослідкувати загальний позитивний тренд у сфері адаптації, проте варто врахувати, що це може вказувати на окремі аспекти, які варто розглянути для подальшого покращення шкільного досвіду дітей.

Тому далі пропонуємо розглянути результати, отримані за допомогою «Карти адаптації першокласників», де для оцінки здатності дитини орієнтуватися в оточуючому світі та її соціалізації ми використали метод «Інтерв'ю», який допоміг нам виявити, що 78% дітей впоралися із цим завданням (а саме з адаптацією в школі).

Отже, отримані результати від інтерв'ю свідчать про ефективність процесу адаптації дітей до шкільного середовища в багатьох аспектах. Насамперед стосовно спілкування можна відзначити, що 78% дітей виявили адекватність у спілкуванні як з учителем, так і з однокласниками. Це свідчить про позитивні стосунки та здатність дітей взаємодіяти в новому колективі. Крім того, такі показники, як зацікавленість навчальною діяльністю, виконання організаційних вимог, легке включення в роботу, ефективне керування увагою, загальний контроль за результатами та пізнавальна активність визначають, що 78% дітей виявляють зацікавленість, що є важливим фактором для позитивного ставлення до навчання й активної участі в ньому. Вони демонструють високий рівень виконання вказівок та організаційної дисципліни, що сприяє плавному перебігу навчального процесу, виявляють готовність і швидкість адаптації до навчального середовища тощо.

Тобто на основі отриманих даних можна визначити, що більшості дітей успішно адаптується до навчального процесу й соціального середовища. Однак для повнішого розуміння ситуації слід також звернути увагу на аспекти, де можуть виникати певні труднощі чи які потребують уваги для подальшого покращення.

Важливо зауважити, що отримані за методиками «Експертна оцінка адаптування дитини до школи» та «Карта адаптації першокласників» результати надають комплексний огляд адаптаційного процесу дітей до навчання

у школі. Зіставлення даних з обох методик дає змогу здійснити глибший аналіз і зрозуміти різноманітні аспекти адаптації. Дані свідчать про те, що переважна більшість дітей, за оцінкою як вчителів, так і батьків, успішно адаптується до шкільного оточення. Мінімальний відсоток неповної адаптації може бути пов'язаний з ефективністю педагогічних і психосоціальних стратегій, що використовуються в школі та в сім'ї. Загалом можна говорити про те, що більшість дітей успішно адаптується, проявляючи позитивні якості у спілкуванні, зацікавленості навчанням та організаційній діяльності. Однак для більш точного розуміння ситуації може бути корисно розглянути конкретні аспекти, де можуть виникати труднощі та де може знадобитися додаткова підтримка.

Саме тому далі пропонуємо розглянути результати, отримані нами внаслідок опитування, здійсненого за анкетною Н. Г. Лускановою «Рівень шкільної мотивації і адаптації» (рис. 1).

На рис. 1 можна побачити, що перший рівень становить 27%, другий рівень – 35%, третій рівень – 30%, четвертий рівень – 6%, а п'ятий рівень – 2%. Відповідно до цього пропонуємо розглянути, що саме означають наведені дані та як вони проявляються в поведінці дітей.

Перший рівень (27%) – високий рівень шкільної мотивації: учні цієї категорії мають високий рівень пізнавального мотиву та прагнуть до успіху в навчанні. Вони відзначаються сумлінністю, відповідальністю та сильним бажанням відповідати вимогам школи. Їхні малюнки на шкільну тематику відображають вивчення, учителя біля дошки та навчальний матеріал.

Другий рівень (35%) – гарна шкільна мотивація: ця категорія охоплює більшість учнів початкових класів, які успішно справляються з навчанням. Вони виявляють гарну шкільну мотивацію і можуть упоратися з навчальною діяльністю. Малюнки цих учнів також відображають навчальні ситуації.

Третій рівень (30%) – позитивне ставлення до школи: учні із цієї категорії виявляють пози-

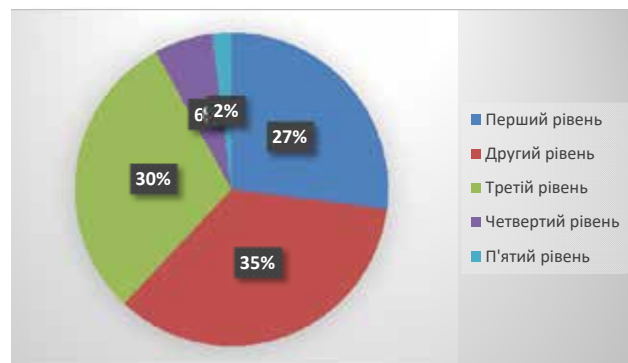


Рис. 1. Опитування «Рівень шкільної мотивації і адаптації»

тивне ставлення до школи, але їх цікавить школа переважно позаурочною діяльністю. Вони відчувають комфорт у шкільному середовищі, але навчальний процес цікавить їх менше.

Четвертий рівень (6%) – низька шкільна мотивація: учні цієї групи відвідують школу неохоче, пропускають заняття та мають серйозні труднощі в навчальній діяльності. Нестійка адаптація до школи характеризує цю категорію.

П'ятий рівень (2%) – негативне ставлення до школи, шкільна дезадаптація: учні цієї категорії зазнають серйозних труднощів у навчанні, мають проблеми в спілкуванні з однокласниками та вчителями. Їх характеризує негативне ставлення до школи та важкість адаптації до навчального середовища.

Відповідно до отриманих даних, можна говорити про те, що результати опитування за анкету Н. Г. Лусканової «Рівень шкільної мотивації і адаптації» є важливими для визначення стану емоційно-психологічного налаштування учнів та їх готовності до навчального процесу, отримані дані свідчать про різноманітність психологічного стану учнів і надають підстави для вивчення та впровадження індивідуалізованих підходів до навчання й підтримки учнів різних категорій.

На завершення нашого емпіричного дослідження нами було використано тест Лурія «10 слів» на визначення пам'яті й уважності, завдяки чому ми змогли виділити такі показники, як кількість відтворених слів і динаміку відтворення слів (крива довільного запам'ятовування).

Результати тесту свідчать про особливості запам'ятовування, які пропонуємо розглянути в табл. 2.

Отже, відповідно до табл. 2, результати тесту Лурія «10 слів» дають важливий огляд функціонального стану запам'ятовування обстежуваних. Так, показник кількості відтво-

рених слів (93,5%) свідчить про те, що безпосереднє запам'ятовування не порушено. Це може ідентифікувати нормальний рівень безпосереднього запам'ятовування та здатність до миттєвого відтворення інформації. При цьому 6,5% опитуваних мають показник – безпосереднє запам'ятовування порушено. Це може бути ознакою проблем у короткостроковій пам'яті, зокрема в разі відтворення невеликої кількості інформації після одноразового пред'явлення.

Показники динаміки відтворення слів (крива довільного запам'ятовування) показали, що в 90,2% дітей довготривала пам'ять не порушена. Це означає, що їхня здатність до збереження інформації на тривалий термін є високою. Проте в 9,8% дітей довготривала пам'ять понижена. У тієї частини обстежуваних, які виявляють понижену довготривалу пам'ять, можуть бути проблеми з утриманням інформації протягом тривалого періоду після її надання. Це може вказувати на проблеми з функцією збереження та консолідації навчальної інформації.

Окремо важливо звернути увагу, що наведені результати важливі для розуміння структури пам'яті, її різних аспектів і виявлення можливих проблем. У випадку виявлення порушень подальша діагностика й індивідуалізована підтримка можуть бути важливими для подолання труднощів у запам'ятовуванні.

Отже, проведений нами аналіз психофізіологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів дав змогу визначити особливості щодо психофізіологічних аспектів адаптації дітей до шкільного середовища відповідно до результатів проведеного емпіричного дослідження. У межах цього аналізу «Експертна оцінка адаптування дитини до школи» та «Карта адаптації першокласників» підкреслили важливість взаємодії між вчителями та батьками, що дозволило отримати взаємозалежні оцінки адаптації. Учителі, оцінюючи

Таблиця 2

Особливості запам'ятовування за тестом Лурія «10 слів»

| № | Назва | Результат, (%) | Інтерпретація |
|---|---|----------------|--|
| 1 | Безпосереднє запам'ятовування не порушено | 93,5% | Якщо обстежуваний безпосередньо після зачитування десяти слів відтворює в чотирьох-п'яти спробах не менше ніж сім слів |
| 2 | Безпосереднє запам'ятовування порушено | 6,5% | Якщо обстежуваний безпосередньо після зачитування десяти слів відтворює менше ніж сім слів. Чим менше слів відтворюється, тим більше вираженими признаються порушення безпосереднього запам'ятовування |
| 3 | Довготривала пам'ять не порушена | 90,2% | Якщо через 20–30 хв. без попереднього попередження обстежуваний відтворює не менше ніж сім слів, що запам'ятовуються |
| 4 | Довготривала пам'ять понижена | 9,8% | Якщо через 20–30 хв. без попереднього попередження обстежуваний відтворює менше ніж сім слів, що запам'ятовуються |

соціальну й навчальну поведінку, підтвердили високий рівень адаптації у 75% дітей. Батьки також підтвердили цей показник, що свідчить про консистентність оцінок. Результати за опитувальником Н. Г. Лусканової показали різні рівні шкільної мотивації та адаптації. Велика частина учнів має гарну шкільну мотивацію, але є і ті, у кого ця мотивація низька, що вказує на потребу в індивідуальному підході. За Тестом Лурія «10 слів» результати вказують на різні рівні короткотривалої та довготривалої пам'яті: більшість учасників демонструють ефективно безпосереднє та довготривале запам'ятовування, але є група осіб із порушеннями в цих аспектах.

Тому, з огляду на вищевикладене, можна визначити загальну тенденцію – успішна адаптація пов'язана з високим рівнем шкільної мотивації, соціально-емоційною стабільністю, а також здатністю ефективно використовувати пам'ять і увагу. Проте існують індивідуальні відмінності, які потребують індивідуального підходу до корекції та підтримки для кожного учня.

Отже, з урахуванням отриманих результатів можна сформулювали рекомендації, що сприятимуть покращенню психофізіологічного забезпечення адаптації молодших школярів. Зокрема, рекомендується вдосконалювати організацію навчального процесу, враховуючи індивідуальні особливості й потреби кожного учня, підтримувати емоційне та соціальне благополуччя, активізувати мотивацію до навчання та підвищувати інтерес до шкільної діяльності.

Також важливо акцентувати увагу на розвитку творчих і когнітивних здібностей дітей, створюючи стимулююче середовище для їхнього росту. Комплексний підхід і врахування індивідуальних особливостей дадуть змогу ефективно підтримувати психофізіологічний розвиток молодших школярів і забезпечувати їх успішну адаптацію в шкільному середовищі.

Враховуючи наведені узагальнення, рекомендації щодо покращення психофізіологічного забезпечення адаптації молодших школярів можуть сприяти створенню оптимальних умов для розвитку кожної дитини та формування позитивного ставлення до навчання.

Отже, на основі проведеного аналізу результатів та враховуючи різноманітні аспекти психофізіологічного забезпечення адаптації навчання молодших школярів, важливо сприяти створенню корегувальних програм із застосуванням індивідуалізації підходу, оскільки діти проявляють різні рівні шкільної мотивації та адаптації. Із цього випливає необхідність розробки індивідуальних програм для кожного учня з урахуванням його психофізіологічних особливостей і потреб. Проте важливо організувати застосування корегувальної

програми / програм відповідно до комплексного підходу, оскільки рекомендації стосовно психофізіологічного забезпечення адаптації повинні охоплювати різні аспекти, такі як фізичне здоров'я, емоційний стан, увага, пам'ять і соціальні навички. Саме тому застосування комплексного підходу дасть змогу забезпечити повноцінний розвиток дітей.

Украї важливо враховувати, що для успішної реалізації корегувальних програм важлива взаємодія із вчителями та батьками. Вчителі повинні мати можливість адаптувати навчання до потреб кожного учня, а батьки можуть допомагати у створенні сприятливого домашнього середовища. При цьому застосування сучасних технологій, включно з комп'ютерними програмами та інтерактивними засобами, сприятиме більш ефективному навчанню та розвитку дітей. Важливо враховувати індивідуальні потреби та можливості кожного учня.

Також важливо надавати підтримку в розвитку психологічного здоров'я, використовуючи різні методики, такі як релаксаційні техніки й індивідуальні консультації з психологом. Тому, враховуючи різні рівні шкільної мотивації та адаптації, потрібно проводити системну роботу над покращенням результатів кожної групи учнів. Це може передбачати регулярний моніторинг та адаптацію програми. Отже, наслідком забезпечення адаптації є створення сприятливих умов для успішного навчання та розвитку кожної дитини в молодшому шкільному віці.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Адаптація дитини до шкільного навчання. URL: <https://vseosvita.ua/library/embed/001z0q-7fe2.doc.html> (дата звернення 27.01.2024).
2. Галян І. М. Психодіагностика : навч. посібник. 2-ге вид., стереотипне. Київ : Академвидав, 2011. 463 с.
3. Groshovenko O. P., Герасимчук А. В., Сметанюк І. В. Формування екологічно-доцільної поведінки молодших школярів. Сучасні тенденції та фактори розвитку педагогічних та психологічних наук : матеріали міжнародної науково-практичної конференції (м. Київ, Україна, 5–6 лютого 2021 року). Київ : ГО «Київська наукова організація педагогіки та психології», 2021. Ч. 1. 70 ст.
4. Дуткевич Т. В. Дитяча психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 424 с.
5. Каралаш І. М. Адаптація школярів до навчальної діяльності при переході з початкового до базового середнього рівня освіти. Кваліфікаційна робота : рівень вищої освіти – другий (магістерський). Чернівці – 2021. 125 с. URL: https://archer.chnu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/3720/educ_2022_131.pdf?sequence=1&isAllowed=y (дата звернення 27.01.2024).
6. Кожемякина Н. І. До питання про шкільну дезадаптацію дітей першого класу. *Наука і освіта*. 2002. № 2. С. 32–35.

7. Крюкова Л. Вплив емоційної сфери на процеси адаптації першокласника до навчального процесу. *Збірник наукових праць РДГУ*. Серія: Психологія: реальність і перспективи. 2019. Випуск 13. С. 57–63.

8. Методичні рекомендації щодо організації в закладі освіти психологічного та соціально-педагогічного супроводу дітей, які пережили втрату батьків внаслідок бойових дій. ЧОІПОПП. 2017. С. 13.

9. Подоляк Л. Г. Основи вікової психології : навчальний посібник. Київ : П44 Главник, 2006. 112 с.

10. Поліщук І. Адаптація молодших школярів. The IV International Scientific and Practical Conference “Science, people and the latest technologies”, October 09–11, 2023, Sofia, Bulgaria. С. 170–173.

11. Фроленкова Н. О., Купіна І. О. Адаптація дітей дошкільного та молодшого шкільного віку до навчання в умовах воєнного стану. *Перспективи та інновації науки*. 2022. № 7 (12). С. 471–482.

12. Центр освітніх послуг «Експерт». URL: <https://expert-odessa.com/> (дата звернення 27.01.2024).