

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РФ  
ФГБОУ ВПО «АЛТАЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Н.З. Кайгородова

**ЭКОЛОГО-ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ  
АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ**

Монография



Барнаул

---

Издательство Алтайского  
государственного университета

2013

УДК 159.91  
ББК 88.26  
К15

Рецензенты:

доктор биологических наук, профессор *Э.М. Казин*;  
доктор социологических наук, профессор *Л.Д. Демина*

**К15 Кайгородова, Н.З.**

**Эколого-психофизиологическая адаптация первоклассников к школе** : монография / Н.З. Кайгородова. – Барнаул : Изд-во Алт. ун-та, 2013. – 136 с.  
ISBN 978-5-7904-1386-5

В монографии с позиций экологического подхода рассматривается проблема адаптации детей к началу обучения в школе. Анализируются факторы внешней среды и индивидуальные особенности школьников, которые снижают эффективность процесса адаптации и могут привести к ухудшению здоровья школьников.

Представленные материалы могут быть полезны как школьным учителям, так и руководителям образовательных учреждений, родителям школьников, психологам, медикам.

УДК 159.91  
ББК 88.26

*Настоящее издание опубликовано в плане реализации  
Программы стратегического развития  
Алтайского государственного университета*

ISBN 978-5-7904-1386-5

© Кайгородова Н.З., 2013  
© Оформление. Изд-во Алтайского  
государственного университета, 2013

## Оглавление

<b>Введение .....</b>	<b>4</b>
<b>Глава 1. Современные представления о влиянии экологических факторов на человека.....</b>	<b>6</b>
1.1. Окружающая человека среда и ее компоненты .....	6
1.2. Природные факторы.....	9
1.3. Социальные факторы .....	18
1.4. Адаптация как фундаментальная проблема экологии человека .....	24
1.5. Особенности социально-психологической и психофизиологической адаптации учащихся начальной школы.....	41
<b>Глава 2. Влияние экологических факторов на функциональное состояние первоклассников .....</b>	<b>64</b>
2.1. Природные факторы.....	65
2.2. Социально-экономические факторы .....	81
2.3. Комплексное влияние природных и социальных факторов на процесс адаптации первоклассников к школе.....	102
2.4. Типология адаптивных реакций .....	108
<b>Библиографический список.....</b>	<b>119</b>
<b>Приложение .....</b>	<b>127</b>

## Введение

В онтогенезе человека можно выделить несколько периодов, которые характеризуются высокой чувствительностью организма к воздействию факторов окружающей среды.

Одним из таких периодов является начало обучения ребенка в школе, когда существенно изменяется его привычный образ жизни и возникает необходимость адаптации к новым социальным условиям.

Обучение в первом классе в нашей стране и в нашем крае приходится на периоды резких сезонных изменений погодных условий. Сочетание социальных и погодных условий может осложнить процесс адаптации к учебным нагрузкам, так как для возраста начала обучения в школе характерны низкий уровень резистентности организма к действию различных геофизических и социальных факторов, а также незавершенность морфофункционального развития детей (Хрипкова А.Г., 1978; Фарбер Д.А. и соавт., 1990; Сонькин В.Д. и соавт., 2002). Поэтому одной из важнейших проблем экологии человека является изучение комплексного действия природных и социальных факторов на особенности адаптации детей к школе и поиск путей повышения эффективности этого процесса. Необходимо предусмотреть соответствие условий воспитания и обучения ребенка его возрастным, морфофункциональным особенностям и комплексу экологических (как природных, так и социальных) факторов, воздействующих на его организм в этот период.

Проблеме приспособления к обучению в школе уделяется пристальное внимание со стороны различных наук: педагогики, психологии, физиологии, валеологии, так как процесс адаптации учащихся к условиям обучения – сложное многокомпонентное явление, охватывающее функциональные системы организма на разных уровнях (Айдаралиев А.А., 1986; Апанасенко Г.Л., 2000; Баевский Р.М., 1979; Казин Э.М., 2000; Медведев Д.А., 1984; Федоров А.И., 2008). Результатами этих исследований явилось формирование представлений о необходимости междисциплинарного подхода к изучению проблемы адаптации и к разработке подходов повышения эффективности приспособительных реакций учащихся.

В доступной литературе представлены данные о влиянии отдельных факторов среды на формирование адаптивных возможностей первоклассников, но отсутствует эколого-физиологический

анализ дифференцированного и комплексного воздействия природных и социальных факторов с учетом оценки педагогического, физиологического и психологического компонентов приспособительных реакций организма младших школьников.

Актуальность и недостаточная теоретическая и экспериментальная проработка проблемы адаптации детей к школе в условиях сочетанного действия социальных и природных факторов послужили предпосылкой для написания данной работы.

*Научное издание*

Надежда Захаровна Кайгородова

**ЭКОЛОГО-ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ  
ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ**

Монография

Редактор: Г.Я. Ульченко

Подготовка оригинал-макета:  
Н.Я. Тырышкина

Изд. лиц. ЛР №020261 от 14.0.1997 г.

Подписано в печать 15.08.2013. Формат 60x84 1/16.

Усл. печ. л. 8,0. Тираж 100 экз. Заказ 200.

Издательство Алтайского государственного университета

Типография Алтайского государственного университета  
656049, Барнаул, ул. Димитрова, 66