

Адаптация первоклассников к школьному обучению

Материалы для родительского собрания

Цель: познакомить родителей с особенностями адаптации ребёнка к школе; способствовать формированию доброжелательных и доверительных отношений между классным руководителем и родителями.

Поступление в школу — переломный момент в жизни каждого ребёнка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Новые «можно», «нельзя», «надо», «положено», «правильно», «неправильно» лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребёнка в новую для него деятельность — учебную.

Нормы и правила часто идут вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребёнка. И к этим нормам ему нужно адаптироваться.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, **существует у всех первоклассников**. Только у одних он длится один месяц, у других — одну четверть, у третьих — растягивается на весь первый учебный год. Многое зависит от индивидуальных особенностей самого ребёнка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью.

Своё новое положение ребёнок не всегда хорошо осознаёт, но обязательно чувствует и переживает его: гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение. Переживание ребёнком своего нового социального статуса связано с появлением **внутренней позиции школьника**.

В поддержании у первоклассника внутренней позиции школьника неопределимая роль принадлежит родителям. Их серьёзное отношение к школьной жизни ребёнка, внимание к его успехам и неудачам, терпение, обязательное поощрение стараний и усилий, эмоциональная поддержка помогают первокласснику почувствовать значимость своей деятельности, способствуют повышению самооценки ребёнка, его уверенности в себе [1].

Условия адаптации ребёнка к школе

Условия адаптации:

физиологические:

изменение режима дня, необходимость игры, правильная посадка, организация правильного питания, развитие двигательной активности,

воспитание самостоятельности и ответственности;

психологические:

психологический климат в семье, самооценка ребёнка, самоценность ребёнка для родителей, формирование интереса к школе, дружеское общение с одноклассниками, недопустимость физического воздействия, предоставление самостоятельности, учёт темперамента ребёнка, организация контроля за учёбой, поощрение за успехи и достижения, моральное стимулирование, развитие самоконтроля и самооценки [2].

Трудности, с которыми сталкиваются родители и учителя в первые годы обучения детей

1. Хроническая неуспешность.

Нередки случаи, когда низкая успеваемость ребёнка связана с отношением родителей к школьной жизни и школьной успеваемости ребёнка. Это, с одной стороны, страх родителей перед школой, боязнь, что ребёнку в школе будет плохо; опасения, что он будет болеть, простужаться. С другой стороны, это ожидание от ребёнка только очень хороших, высоких достижений и активное демонстрация ему недовольства тем, что он не справляется, чего-то не умеет.

2. Уход от деятельности.

Проявляется следующим образом: ребёнок сидит на уроке и в то же время как бы отсутствует, не слышит вопросы учителя, не выполняет задания. Это не связано с повышенной отвлекаемостью ребёнка на посторонние предметы и занятия. Это уход в себя, в свой внутренний мир, фантазии.

3. Негативистская демонстративность.

Характерна для детей с высокой потребностью во внимании со стороны окружающих, взрослых. Если возникают жалобы, то не на плохую учебу, а на поведение ребёнка. Он нарушает дисциплину. Истинное наказание — лишение внимания. Внимание в любой форме — безусловная ценность для ребёнка, которой лишён родительской ласки, любви, понимания, приятия.

4. Вербализм.

Наблюдается отставание мышления, особенно образного. При этом бойкая речь, отчётливые от-

веты на вопросы привлекают внимание взрослых, которые высоко оценивают ребёнка. Необходимо больше внимания уделять развитию образного мышления (рисунки, конструирование, лепка, аппликация, мозаика). Основная тактика: придерживать речевой поток и стимулировать продуктивную деятельность.

5. Частые жалобы «Ребёнок ленится».

За этим может стоять сниженная потребность познавательных мотивов; мотивация избегания неудач, неупеха («не буду делать», «у меня не получится», «я не умею»); общая замедленность темпа деятельности, связанная с особенностями темперамента; высокая тревога как глобальная проблема неуверенности в себе. Это не лень в собственном смысле, когда ребёнок делает только то, что ему приятно (т. е. избалованность) [3].

Как оказать ребёнку помощь в адаптации к школе?

Важным результатом такой помощи является становление у ребёнка положительного отношения к жизни, в том числе и к повседневной школьной деятельности, ко всем лицам, участвующим в учебном процессе (ребёнок — родители — учитель). Когда учёба приносит детям радость или хотя бы не вызывает у них негативных переживаний, связанных с осознанием себя неполноценным, недостойным любви, тогда школа не является проблемой.

Ребёнку, который начинает обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (т. е. «поменьше ругать, а лучше вообще не ругать»), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает, и по правилам:

1) ни в коем случае **не сравнивать его посредственные результаты с эталоном**, т. е. с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребёнка с другими детьми;

2) **сравнивать ребёнка можно только с ним самим** и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем — 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценён искренне и без иронии. Следует подчеркнуть, что раз он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному;

3) **терпеливо ждать успехов**. Необходимо показать ребёнку, что его ценят не за хорошую учёбу, а любят, принимают вообще как собственное дитя, безусловно, не за что-то, а вопреки всему. Чем больше мы пытаемся воспитывать, давить, тем больше растёт сопротивление, которое проявляется иногда в резко отрицательном, ярко выраженном демонстративном поведении. Как уже отмечалось, демонстративность, истеричность, капризность порождается отсутствием любви, внимания, ласки, понимания в жизни ребёнка.

4) **все замечания свести к минимуму**. А именно к минимуму свести эмоциональность ваших реакций. Ребёнку не нужна позиция прокурора, которую так часто занимают родители: «Будешь пере-

писывать пять раз, пока не получится хорошо!» Это недопустимо. Пожалуйста, помните об этом;

5) **наказывать за истерики одним способом — лишением общения** (спокойное, а не демонстративное). Главная награда — это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребёнок спокоен, уравновешен, что-либо делает.

Не рекомендуемые фразы для общения:

Я тысячу раз говорил тебе, что...

Сколько раз надо повторять...

О чём ты только думаешь...

Неужели тебе трудно запомнить, что...

Ты становишься...

Ты такой же как, ...

Отстань, некогда мне...

Почему Лена (Настя, Вася и т. д.) такая, а ты — нет...

Рекомендуемые фразы для общения:

Ты у меня умный, красивый (и т. д.).

Как хорошо, что у меня есть ты.

Ты у меня молодец.

Я тебя очень люблю.

Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.

Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.

Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.

Взаимоотношения с ребёнком в семье

У ребёнка вызывают:

положительные эмоции — похвала, поощрение, одобрение, поцелуи, объятия, ласка, сопереживание, улыбка, восхищение, подарки;

отрицательные эмоции — упреки, подавление, унижение, обвинение, осуждение, отвержение, нотации, лишение чего-то.

Отношения с учителем

Первый учитель — это важный человек в жизни всей семьи. Родителям необходимо сразу установить с ним тесный контакт, прислушиваться к его советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел — ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдёт на пользу ребёнку.

Требования родителей и учителя должны быть согласованы, чтобы ребёнок не пострадал от разногласий с педагогом.

Если родителей не устраивает (или просто непонятна) методика обучения, то можно попросить учителя разъяснить её особенности и преимущества перед другими способами обучения.

Послание ребёнка родителям (Как меня воспитывать?)

- Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что необязательно давать мне всё, что я требую. Я просто испытываю вас.

- Не полагайтесь на применение силы в отношениях со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой. Я откликнусь с большей готовностью на ваши инициативы.

- Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.
- Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить, это может поколебать мою веру в вас.
- Не расстраивайтесь, когда я говорю «Я вас ненавижу». Я не имею именно это в виду. Я просто хочу, чтобы вы пожалели о том, что обидели меня.
- Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь за это, став «плаксою» и «нытиком».
- Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам, а то у меня войдёт в привычку использовать вас в качестве прислуги.
- Не пытайтесь читать мне наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.
- Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так или иначе.
- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Когда я запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
- Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом я познаю мир, поэтому, пожалуйста, примите это.
- Не обращайтесь слишком много внимания на мои хвори. Я могу научиться получать удовольствие от плохого самочувствия, если это привлекает ко мне столько внимания.
- Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.
- Помните, что я вас люблю, и ответьте мне любовью.

12 советов родителям первоклассников

Образование может сделать ребёнка умным, но счастливым делает его только душевное, разумно организованное общение с близкими и любимыми людьми — семьёй.

В ваших силах создать в семье именно такую обстановку, которая не только подготовит ребёнка к успешной учёбе, но и позволит ему занять достойное место среди одноклассников, чувствовать себя в школе комфортно.

1. Чаще делитесь с ребёнком воспоминаниями о счастливых мгновениях своих школьных лет.
2. Помогите ребёнку овладеть информацией, которая позволит ему не теряться в незнакомой

Список использованных источников

1. Дереклеева, Н. И. Новые родительские собрания: 1–4 классы. — М.: ВАКО, 2008. — 213 с.
2. Стрелкова, Н. Адаптация первоклассников к школе [Электронный ресурс] / Н. Стрелкова. — Режим доступа: <http://5klass.net/pedagogika-1-klass/Adaptatsija-pervoklassnikov-k-shkole/006-Uslovija-adaptatsii-Fiziologicheskie-Psikhologicheskie-lzmenenie-rezhima.html>. — Дата доступа: 25.05.2016.
3. Кабанова, Е. С. Трудности, с которыми сталкиваются родители в первые месяцы обучения детей в школе [Электронный ресурс] / Е. С. Кабанова. — Режим доступа: http://shkola152.ucoz.com/load/pamjatki/trudnostjami_s_kotorymi_stalkivajutsja_roditeli_v_pervye_mesjacy_obuchenija_detej_v_shkole/4-1-0-25. — Дата доступа: 25.05.2016.
4. Карпова, С. С. 12 советов родителям будущих первоклассников [Электронный ресурс] / С. С. Карпова. — Режим доступа: <http://nsportal.ru/vuz/psikhologicheskie-nauki/library/2015/09/24/12-sovetov-roditelyam-budushchih-pervoklassnikov>. — Дата доступа: 25.05.2016.

ситуации (домашний адрес, номер телефона, имена родителей и т. д.).

3. Приучите ребёнка содержать в порядке свои вещи.
4. Не пугайте его трудностями и неудачами в школе.
5. Не старайтесь быть для ребёнка учителем. Стремитесь к поддержанию дружеских отношений. Дайте ребёнку почувствовать, что он может рассчитывать на вашу поддержку в любой ситуации.
6. Научите его правильно реагировать на неудачи.
7. Хорошие манеры ребёнка — зеркало семейных отношений. «Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...» должны войти в его речь до школы.
8. Помогите ребёнку обрести чувство уверенности в себе.
9. Приучайте его к самостоятельности в быденной жизни.
10. Научите ребёнка самостоятельно принимать решения.
11. Стремитесь сделать полезным каждое мгновение общения с ним.
12. Учите ребёнка чувствовать и удивляться, поощряйте его любознательность [4].

Решение педагогической ситуации родителями с последующим комментарием психолога

Педагогическая ситуация: «Первоклассник учится писать. Буквы выходят за линии рабочей строки. Дома взрослые критикуют личностные качества ребёнка и дают только отрицательную оценку его действиям».

- ✓ Правы ли родители в этой ситуации?
 - ✓ Как поступили бы вы в этой ситуации?
- Родители высказывают своё мнение.

Мнение психолога: «В шесть-семь лет у ребёнка в результате оценки взрослых складывается мнение о себе. Если преобладают отрицательные оценки, то у ребёнка может сформироваться отрицательная самооценка. Бартон Д. Шмитт, врач, автор книги «Здоровье вашего ребёнка», утверждает: «Для поддержания здорового баланса **ежедневной критики должно быть по крайней мере в три раза меньше, чем позитивных действий**, особенно физических проявлений ласки и любви»».

Процесс адаптации будет успешнее, если положительная оценка станет преобладать над отрицательной, причём будет более разнообразной и не только вербально выраженной, но и невербального характера (обнять, поцеловать, погладить по голове)».