«Первый раз в первый класс»

" Первый раз в первый класс"

Здравствуйте, уважаемые родители!

Мы, учителя начальных классов, старшие воспитатели дошкольных образовательных учреждений, педагоги-психологи, предлагаем ознакомиться с информацией, которая поможет Вам преодолеть возможные трудности при адаптации Вашего ребенка к школе.

Что такое Адаптация?

Адаптация – это перестройка организма на работу в изменившихся условиях. Адаптация к школе имеет две стороны: психологическую и физиологическую. Организм должен привыкнуть работать в новом режиме

Этапы адаптации к школе:

1. Первые 2-3 недели называют «физиологической бурей» или «острой адаптацией». Это самое тяжелое время для ребенка. В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, в результате в сентябре многие первоклассники болеют.

2. Следующий этап адаптации – неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

3. После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника.

Признаки возникшей дезадаптации школьника:

1. *Усталый, утомленный вид ребенка.*
2. *Нежелание делиться впечатлениями о проведенном дне.*
3. *Стремление при разговоре отвлечь родителей от школьных событий, переключить внимание на другие темы.*
4. *Нежелание выполнять домашние задания.*
5. *Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников.*
6. *Жалобы на те или иные события, связанные со школой.*
7. *Беспокойный ночной сон.*
8. *Трудности утреннего пробуждения, вялость.*
9. *Постоянные жалобы на плохое самочувствие.*

Причины, вызывающие трудности в обучении:

1. Недостаточная подготовленность ребенка к школе (недоразвитая мелкая моторика – следствие: трудности в обучении письму, несформированность произвольного внимания – следствие: трудно работать на уроке, ребенок не запоминает, пропускает задания учителя).

2. Завышенные ожидания родителей. Нормальные средние успехи ребенка воспринимаются ими как неудачи. Реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. Следствие: растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих. Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших (с их точки зрения) результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют по несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют. Это приводит к еще большему торможению развития.

3. Тревожность, которая сформировалась в дошкольном возрасте под влиянием семейных отношений, семейных конфликтов, следствие: общая неуверенность в себе и склонность панически реагировать на некоторые трудности автоматически переносятся на школьную жизнь.

Для того, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- ***Внимание к ребенку: больше наблюдать, меньше воспитывать.***
- ***Дать возможность ребенку развернутья в творческой деятельности (рисунок, конструирование, лепка).***
- ***В этой деятельности обеспечить сразу успех, внимание, эмоциональную поддержку.***
- ***Опираться на сильные стороны ребенка.***

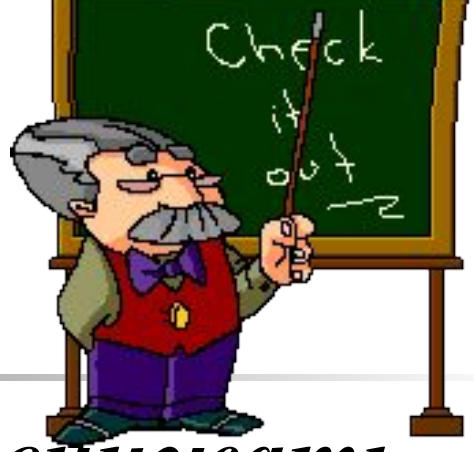
- ***Избегать подчеркивания промахов ребенка. Уметь и хотеть демонстрировать любовь к ребенку.***
- ***Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.***
- ***Проводить больше времени с ребенком.***
- ***Проявлять эмпатию к ребенку и веру в Вашего ребенка.***
- ***Принимать индивидуальность ребенка.***
- ***Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.***
- ***Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.***

Как помочь ребенку с радостью войти в школьную жизнь.

1. Ни в коем случае не сравнивать его результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми (вспомните свое детство).

2. Сравнивать ребенка можно только с ним 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 оценен искренне и без иронии родителями.

3. Искать такую деятельность, в которой ребенок может быть реализует себя и с поддержанием ценности этой деятельности. В чем бы ни был успешен ребенок, страдающий школьной неуспешностью, в спорте, домашних делах, в рисовании, конструировании и т.д., ему ни в коем случае нельзя ставить в вину неуспехи в других школьных делах. Напротив, следует подчеркнуть, что раз он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному.



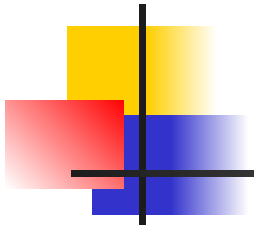
4. Родители должны снижать ценность школьных отметок, то есть показать ребенку, что его любят не за хорошую учебу, а любят, ценят, принимают вообще как собственное дитя, безусловно, не за что-то, а вопреки всему.

Неразлучные друзья – родители и дети!

- ***Учитесь быть своему ребенку другом.***
- ***Критикуйте, не унижая, а поддерживая.***
- ***Учите своего ребенка быть честным с друзьями и не искать выгоды от дружбы.***
- ***Приглашайте друзей своего ребенка в дом, общайтесь с ними.***
- ***Если ваш ребенок поверят вам свои тайны как друзьям, не шантажируйте его ими.***

С. Харрисон:

«Мы настолько увлеклись обучением наших детей, что забыли о том, что самая суть образования ребенка - это созидание его счастливой жизни. Ведь именно счастливая жизнь - то, чего мы от всей души желаем и своим детям, и себе".



Спасибо за внимание.