Адаптация первоклассника в школе

Особенности современного первоклассника :

У детей большие различия паспортного и физиологического развития. ***Сегодня нет ни одного класса, где был бы ровный контингент учащихся.***

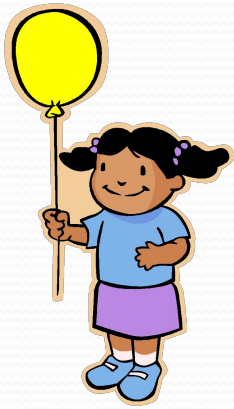
У детей обширная информированность практически по любым вопросам. Но она совершенно бессистемна.

У современных детей сильнее ощущение своего «Я» и более свободное независимое поведение. ***Высокий уровень самооценки.***

Н*аличие недоверчивости к словам и поступкам взрослых.* ***Нет веры во всё сказанное ими. Авторитет – не тот!***

У современных детей более слабое здоровье.

Они в большинстве своём перестали играть в коллективные «дворовые» игры. Их заменили телевизоры, компьютеры. ***И как следствие - дети приходят в школу не обладая навыками общения со сверстниками, плохо понимают, как себя вести, какие существуют нормы поведения в обществе.***



Трудности, которые могут возникнуть у первоклассников.

В первые дни, недели посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышается температура.

Первоклассники отвлекаются быстро утомляются, возбудимы, эмоциональны, впечатлительны.

Поведение нередко отличается неорганизованностью, несобранностью, недисциплинированностью.

Для детей характерна высокая утомляемость

Адаптация - процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы; темперамента; черт характера; адаптационных способностей;

Психологическая готовность ребёнка к школе.

Личностная готовность к школе.

Родители должны способствовать формированию у детей следующих качеств.:

Умение ребёнка войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться (разумная необходимость), чувство товарищества. Такие качества обеспечат ему безболезненную адаптацию к новым социальным условиям.

Волевая готовность.

Это условие характеризуется отношением ребёнка к трудностям и способам их преодоления. Здесь главное значение имеет воспитание мотивов достижения целей, умение принять трудности и стремление разрешить их.

Интеллектуальная готовность.

Это наличие определённого кругозора, запаса конкретных знаний о живой и неживой природе, общественной жизни. В этом возрасте логическая форма мышления доступна, но не характерна. Важная роль отведена наглядно – действенному и наглядно – образному мышлению. Уважаемые родители! Старайтесь всегда отвечать на вопросы, которые задаёт ваш ребёнок. Не отмахивайтесь от детских вопросов, но не пичкайте их готовыми знаниями: сначала дайте возможность приобрести их самостоятельно (книги, наблюдение, тактильные ощущения и т.д.). познавая окружающий мир, ребёнок учится мыслить, анализировать, сравнивать, делать выводы.

Физиологические условия адаптации первоклассников к школе:

- ✔организовать перерывы в процессе выполнения уроков, наполняя их двигательной активностью;
- ✔во время выполнения домашних заданий обращать внимание на правильную посадку во избежание искривления позвоночника, на освещение рабочего места для предупреждения близорукости;
- ✔тренировать мелкие мышцы кистей рук;
- ✔обязательно вводить в рацион витаминные препараты, овощи, фрукты;
- ✔создавать условия для занятия спортом;

Советы родителям:

1. Одинаково не правы как те родители, которые предоставляют первоклашке полную самостоятельность, так и те, которые устанавливают тотальный контроль за всей его деятельностью.

«Уроки задают тебе, ты их и делай», - заявляет усталая мама, приходя с работы поздним вечером. Услышав подобную фразу, ребенок ощущает ваше глубокое равнодушие к своим нуждам.

«Ну, что нам сегодня задано?» - спрашивает бабушка, распаковывая портфель и листая страницы учебника. В такой ситуации первоклашка скоро придет к выводу, что учеба больше нужна взрослым, и они сами все сделают, нечего даже напрягаться.

Лучший вариант – сидеть рядом с ребенком, наблюдать за его работой, быть готовым помочь, но не вмешиваться без его просьбы. После выполнения задания спокойно спросите ребенка, доволен ли он своей работой, что получилось хорошо, а что – не очень.

2. За уроки нужно садиться через час-полтора после возвращения из школы, когда ребенок уже слегка отдохнул, но еще не успел перевозбудиться от домашних игр и развлечений.

3. Между выполнением уроков следует делать перерывы. 15-20 минут занятий – 5 минут отдыха.

4. Чередуйте устные и письменные задания. Начинайте приготовление уроков с самых трудоемких или тех, что даются ученику тяжелее остальных.

5. Очень важно приучить ребенка к самоконтролю. После выполнения задания попросите сына или дочь проверить написанное. Если он сам нашел и исправил ошибку – обязательно похвалите! Лишь когда самопроверка войдет в привычку, можно прекратить напоминать.

6. Ошибки ребенка не должны вас раздражать, они должны удивлять. Дайте ребенку почувствовать вашу уверенность в его успехе. Не ругайте за ошибки, не восклицайте: «Мы столько раз писали это слово, а ты опять пишешь неправильно!» Лучше удивитесь: «Ой! Как же это получилось?»

7. После выполнения уроков похвалите ребенка: «Ты сегодня так быстро и хорошо все сделал!» Радуйтесь его успехам и новым знаниям: «Неужели ты уже знаешь, как решать такие сложные задачи?»

8. Перед сном шепните ребенку на ушко: **«Я так счастлива, что ты у меня есть!»**

Желаю Вам терпения, мудрости, удачи!