

АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ

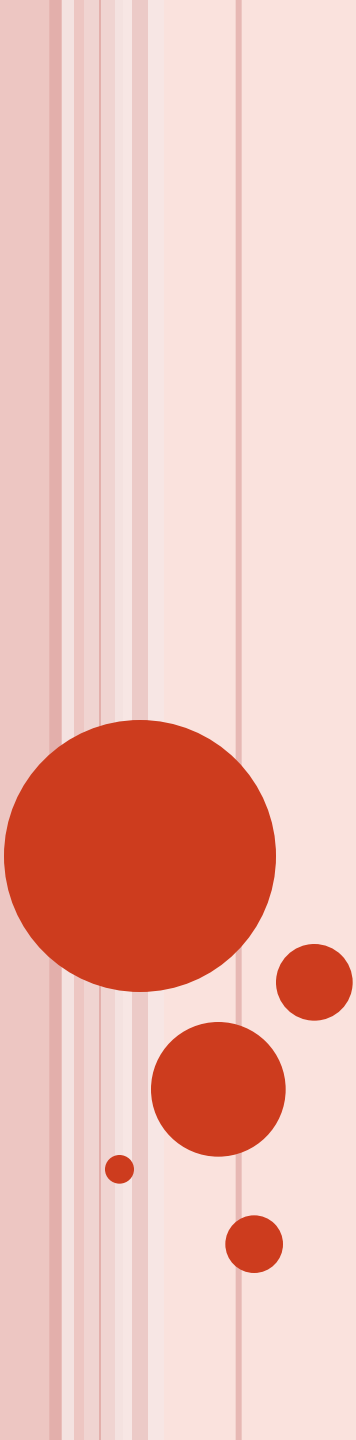


Адаптация к школе - это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему.



Большинство первоклассников приходят в школу из детского сада. Там были игры, прогулки, спокойный режим, дневной сон, всегда рядышком воспитательница. Там нынешние первоклассники были самыми старшими детьми! В школе все по-другому: здесь - работа в достаточно напряженном режиме и новая жесткая система требований.



- 
- Первокласснику в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах. В то же время, он понимает, что главная цель его пребывания в школе - учение, а не экскурсии на природу и не наблюдение за хомячками в живом уголке.
 - Первоклассник не слишком устает: он активен, жизнерадостен, любопытен, редко простужается, хорошо спит, почти никогда не жалуется на боль в животе, голове, горле.
 - Первоклассник достаточно самостоятелен: без проблем переодевается на физкультуру (легко завязывает шнурки, застегивает пуговицы), уверенно ориентируется в школьном здании (может купить булочку в столовой, сходить в туалет), при необходимости сумеет обратиться за помощью к кому-нибудь из взрослых.
 - У него появились друзья-одноклассники, и вы знаете их имена.

1 группа детей
адаптируется в
течении первых
двух месяцев
обучения

2 группа детей
адаптируется к
концу первого
полугодия

3 группа детей
не адаптируются.
Деадаптация.

ПО СТЕПЕНИ
АДАПТИРОВАННОСТИ

С КАКИМИ ЖЕ ТРУДНОСТЯМИ СТАЛКИВАЮТСЯ РОДИТЕЛИ И УЧИТЕЛЯ В ПЕРВЫЕ ГОДЫ ОБУЧЕНИЯ ДЕТЕЙ, КАКОВЫ ИХ ОСНОВНЫЕ ЖАЛОБЫ?

● 1. Хроническая неуспешность.

В практике нередки случаи, когда трудности адаптации ребёнка в школе связаны 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. Это часто звучит в речи родителей: "Будь моя воля, я бы никогда не отдала бы его в школу» Опасения, что ребёнок будет болеть, простужаться. С другой стороны, это ожидание от ребенка только очень хороших, высоких достижений и активное демонстрирование ему недовольства тем, что он не справляется, что чего-то не умеет. В период начального обучения происходит изменение в отношении взрослых к детям, к их успехам и неудачам. "Хорошим" считается ребёнок, который успешно учится, много знает, легко решает задачи и справляется с учебными заданиями. К неизбежным в начале обучения трудностям не ожидавшие этого родители относятся отрицательно (вербально и невербально).

- Под влиянием таких оценок у ребенка понижается уверенность в себе, повышается тревожность, что приводит к ухудшению и дезорганизации деятельности. А это ведет к неуспеху, неуспех усиливает тревогу, которая опять же дезорганизует его деятельность. Ребёнок хуже усваивает новый материал, навыки, и, как следствие, закрепляются неудачи, появляются плохие отметки, которые опять вызывают недовольство родителей, и так, чем дальше, тем больше, и разорвать этот порочный круг становится все труднее. Неуспешность становится хронической.

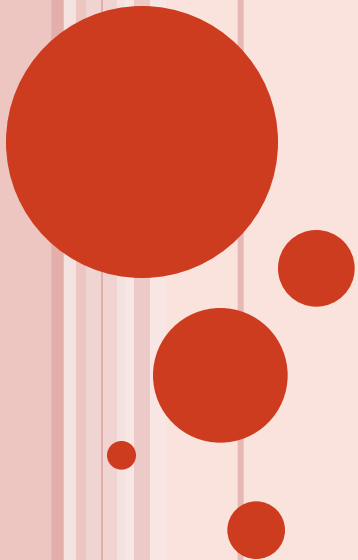
- **Уход от деятельности**

Это когда ребёнок сидит на уроке и в то же время как бы отсутствует, не слышит вопросы, не выполняет задания учителя. Это не связано с повышенной отвлекаемостью ребенка на посторонние предметы и занятия. Это уход в себя, в свой внутренний мир, фантазии. Такое бывает часто с детьми, которые не получают достаточного внимания, любви и заботы со стороны родителей, взрослых (часто в неблагополучных семьях).



Негативистская демонстративность

Характерна для детей с высокой потребностью во внимании со стороны окружающих, взрослых. Здесь будут жалобы не на плохую учебу, а на поведение ребенка. Он нарушает общие нормы дисциплины. Взрослые наказывают, но парадоксальным образом: те формы обращения, которые взрослые используют для наказания, оказываются для ребенка поощрением. Истинное наказание - лишение внимания. Внимание в любой форме - безусловная ценность для ребёнка, которой лишен родительской ласки, любви, понимания, приятия.



ВЕРБАЛИЗМ

- Дети, развивающиеся по такому типу отличаются высоким уровнем развития речи и задержкой мышления. Вербализм формируется в дошкольном возрасте и связан прежде всего с особенностями развития познавательных процессов. Многие родители считают, что речь - важный показатель психического развития и прилагают большие усилия, чтобы ребенок научился бойко и гладко говорить (стихи, сказки и т. д.). Те же виды деятельности, которые вносят основной вклад в умственное развитие (развитие мышления абстрактного, логического, практического - это ролевые игры, рисование, конструирование) оказываются на заднем плане.



«РЕБЁНОК ЛЕНИТСЯ» - ЭТО ОЧЕНЬ ЧАСТЫЕ ЖАЛОБЫ.

- За этим может стоять все, что угодно.
 - 1) сниженная потребность познавательных мотивов;
 - 2) мотивация избегания неудач, неуспеха ("и не буду делать, у меня не получится, я не умею"), то есть ребенок отказывается что-либо делать, так как не уверен в успехе и знает, что за плохую оценку, работу его не похвалят, а лишний раз обвинят в некомпетентности.
 - 3) общая замедленность темпа деятельности, связанная с особенностями темперамента. Ребёнок трудится добросовестно, но медленно, и родителям кажется, что ему "ЛЕНЬ ШЕВЕЛИТЬСЯ", они начинают его подгонять, раздражаются, проявляют недовольство, а ребенок в это время чувствует, что он не нужен, что он плохой. Возникает тревога, которая дезорганизация деятельности.
 - 4) Высокая тревога как глобальная проблема неуверенности в себе, тоже иногда расценивается родителями как лень.



ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ. АДАПТАЦИИ РЕБЁНКА К ШКОЛЕ.

- Изменение режима дня ребёнка в сравнении с детским садом, увеличение физической нагрузки.
- Необходимость смены учебной деятельности ребёнка дома, создание условий для двигательной активности ребенка между выполнением уроков. Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места. Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук. Обязательное введение в рацион ребёнка витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания ребёнка. Забота родителей о закаливании ребёнка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т. д. Воспитание самостоятельности и ответственности ребёнка, как главных качеств сохранения собственного здоровья.



Психологические условия адаптации ребёнка к школе



1. Создание благоприятного психологического климата в отношении ребёнка со стороны всех членов семьи.
2. Роль самооценки ребёнка в адаптации к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребёнка в школе).
3. Первое условие школьного успеха — самоценность ребёнка для его родителей.
4. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню.
5. Неформальное общение со своим ребенком после пройденного школьного дня.



УСЛОВИЯ АДАПТАЦИИ К ШКОЛЕ

1. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы.
2. Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
3. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
4. Учет темперамента ребёнка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к школе, быстро теряют к ней интерес, если чувствуют со стороны взрослых насилие, сарказм и жестокость.
5. Предоставление ребёнку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
6. Поощрение ребенка и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребёнка. Развитие самоконтроля и самооценки.



Советы для родителей

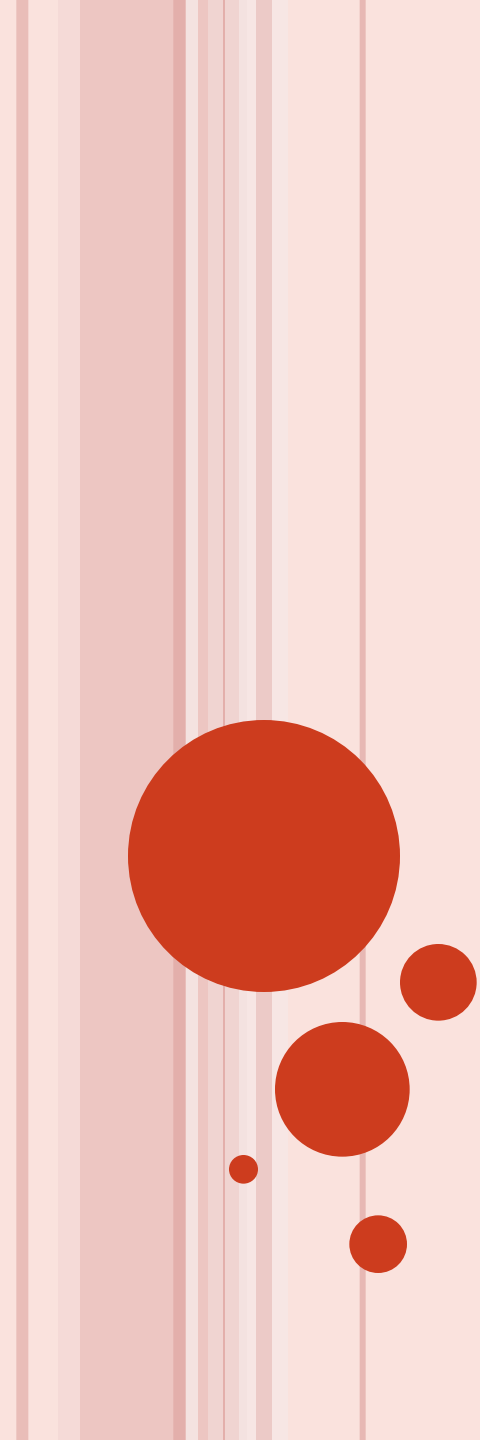


1. Будьте ребёнку спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.
2. Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.
3. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «**Смотри, не балуйся!**», «**Чтобы сегодня не было плохих отметок!**». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.
4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
5. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

Советы родителям

1. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
2. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами **бесполезны**.
3. Не заставляйте делать все упражнения сразу: **20 минут занятий – 10 минут перерыв**.
4. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

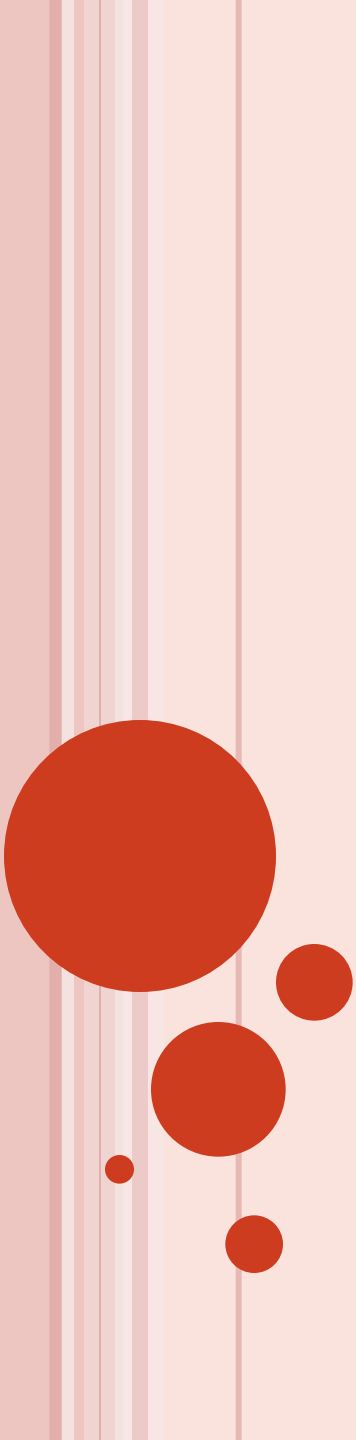


- 
5. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: **«Если ты сделаешь, то..».**
 6. Найдите в течение дня хотя бы **полчаса**, когда будете принадлежать **только ребёнку**.
 7. Выбирайте **единую тактику** общения с ребёнком **всех** взрослых в семье. Все **разногласия** по поводу педтактики решайте **без него**.
 8. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели **переутомления**.
 9. Учтите, что даже **«большие дети»** очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

Для первоклассников особенно важно:



- помочь ребёнку вжиться в позицию школьника (поэтому важно показать различие: школьник – не школьник). Сформировать «внутреннюю позицию школьника», представляющей собой сплав познавательной потребности и потребности в общении с взрослым на новом уровне (Божович Л.И.) Для этого нужно беседовать с ребёнком о том, зачем нужно учиться, что такое школа, какие в школе существуют правила.
- простроить режим дня школьника. Составить режим школьного дня с обоснованием его последовательности

- 
- ввести понятие оценки, самооценки и различные её критерии: правильность, аккуратность, красота, старательность, интерес и выработать вместе с ребёнком способы, как все это можно достичь.
 - научить ребёнка задавать вопрос (не столько в процедурном плане, сколько в смысле решимости);
 - развивать у детей способность управлять своими эмоциями, то есть развитие произвольности поведения. Школьник должен уметь сознательно подчинить свое действие правилу, внимательно слушать и точно выполнять задание, предлагаемые в устной форме и по зрительно воспринимаемому образцу. В этом ему могут помочь дидактические игры и игры по правилам. Многие дети только через игру могут прийти к пониманию многих школьных заданий.



СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!



**ИНФОРМАЦИЮ ПОДГОТОВИЛА
СОЦИАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГ:
И.В. ДЕМЧЕНКО**