

Уважаемые родители первоклассников!

Мы рады приветствовать Вас на нашем сайте

МАОУ Усовская СОШ!

Первый год обучения в школе – это своего рода испытательный срок для родителей, когда чётко проявляются все особенности воспитания в семье и отношения с ребёнком, в том числе: невнимание к ребёнку, незнание его особенностей, отсутствие контакта и неумение помочь. Поэтому, работа учителя и педагога-психолога в этот период должна быть направлена на оказание помощи родителям в установлении отношения сотрудничества с детьми, чтобы адаптационный период Вашего ребёнка к новым условиям жизни, к новым видам деятельности и новым нагрузкам прошёл легко и безболезненно.

Что же такое адаптационный период? Адаптация к школе – это процесс привыкание к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознаёт по-своему.

Большинство первоклассников приходят в школу из дошкольного учреждения. Ведущим видом деятельности детского сада была игра, Ваши дети проводили время на свежем воздухе два раза в день, в зависимости от погодных условий, соблюдали режимные моменты, у Ваших детей был послеобеденный отдых – сонный час.

В школе, всё по-другому: здесь работа проходит в достаточно напряжённом режиме и новая жёсткая система требований. Для того, чтобы приспособиться к ним, нужны силы и время.

Период адаптации ребёнка в школе длится от двух – трёх недель до полугода. Это зависит от многих факторов:

- *Индивидуальных особенностей ребёнка;
- *Типа учебного заведения;
- *Уровня сложности образовательных программ;
- *Степени подготовленности ребёнка к школе и другие.

Но одним из самых главных факторов успешной адаптации является Ваша поддержка в один из самых трудных моментов в жизни Вашего ребёнка, **поддержка родных** и самых **близких людей** для первоклассника – мамы, папы, бабушек и дедушек.

Вы привели своего ребёнка впервые в школу, и там ребёнка встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему необходимо установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение.

Мы, как педагоги-психологи, указываем на то, что для многих первоклассников, и особенно шестилеток, трудна социальная адаптация, так как личность Вашего ребёнка ещё не до конца сформирована, она не способна в полной мере подчиниться школьному режиму, усваивать нормы поведения, признавать школьные обязанности.

Год, отделяющий шестилетнего ребёнка от семилетнего, очень важен для психического развития, потому что в течение этого периода у ребёнка формируется произвольная регуляция своего поведения, ориентация на социальные нормы и требования. В это время формируется новый вид психической деятельности – «Я - школьник».

Как уже говорилось, начальный период обучения достаточно труден для всех детей, поступивших в школу. В ответ на новые повышенные требования к организму первоклассника в первые недели и месяцы обучения могут появиться жалобы детей на усталость, головные боли, возникнуть раздражительность, плаксивость, нарушение сна. Снижаются аппетит детей и масса тела. Случаются трудности психологического характера, такие как, например, чувство страха, отрицательное отношение к учёбе, учителю, неправильное представление о своих способностях и возможностях.

Описанные выше изменения в организме первоклассника, связанные с началом обучения в школе, некоторые зарубежные учёные называют «адаптационной болезнью», «школьным шоком», «школьным стрессом».

По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы:

1. Первая группа детей адаптируется в течении первых двух месяцев обучения. Эти дети быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей.
2. Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми.
3. Третья группа – дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое появление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы.

Как оказать ребёнку помощь в адаптации в школе?

Самый важный результат такой помощи – это восстановить у ребёнка положительное отношение к жизни, в том числе и в повседневной школьной деятельности, ко всем лицам, участвующим в учебном процессе (ребёнок-родитель-учитель- педагог-психолог). Когда учёба приносит детям радость или хотя бы не вызывает негативных переживаний, связанных с осознанием себя неполноценным, недостаточным любви, тогда школа не является проблемой.

Вашему ребёнку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.

Родители, ждите терпеливо успехов, так как на школьных делах чаще всего происходит замыкание порочного круга тревожности. Чем больше Вы пытаетесь воспитывать, давить, тем больше растёт сопротивление, которое проявляется иногда в резко отрицательном, ярко выраженном демонстративном поведении, как уже говорилось, демонстративность, истеричность, капризность порождается отсутствием любви, внимания, ласки, понимания в жизни ребёнка.

Предлагаем Вам некоторые ***общие рекомендации***:

1. Все замечания свести к минимуму, когда ребёнок «фокусничает»;

2. К минимуму свести эмоциональность Ваших реакций. Ребёнок чувствует Ваше эмоциональное напряжение, тревогу, раздражительность.

3. В случае наказания ребёнка, за неадекватное поведение (капризы, плаксивость, истеричность) учить ребёнка правильным способам общения, разъяснять, помогать, направлять, но не ругать.

4. Обращать на внимание на уровень психологического микроклимата в семье (благоприятный, неблагоприятный, негативный), так как ребёнок впитывает все эмоциональные вибрации и переносит их в учебный процесс.

5. Обратите внимание на эмоциональное состояние Вашего ребёнка в период адаптационного периода. В случае подавленного настроения, не желании посещать школу, найдите время поговорить с классным руководителем, для выяснения причин плохого самочувствия ребёнка.

6. Адекватно реагировать на полученную информацию о Вашем ребёнке от участников образовательного процесса (учитель – ученик - родитель - педагог-психолог)

Главная награда – это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребёнок спокоен, уравновешен, что-либо делает.

В заключение, хотелось бы добавить, дети входят в школьную жизнь по-разному, с большей или меньшей лёгкостью. При благоприятной адаптации ребёнка к школе его развитие активно продвигается вперёд. При наличии проблем развитие скорее замедляется или даже приостанавливается до тех пор, пока ребёнок не справится с проблемой сам или с помощью взрослых. Именно поэтому сотрудничество педагога, родителей и педагога-психолога важно для ребёнка в период адаптации ребёнка к школе.

Все участники образовательного процесса (родитель - учитель - педагог-психолог) взаимодействуют по вопросам оказания помощи в адаптационном периоде ребёнку и способствуют его личностному росту.