

Идем в школу всей семьей



Трудности адаптации первоклассника к школе

*Штурмуйте каждую проблему с энтузиазмом...
как если бы от этого зависела Ваша жизнь.*

Л.Кьюби



Уровни адаптации к школе

- ▶ У каждого первоклассника имеются свои особенности адаптации к школе. Выделяют три уровня адаптации:
- ▶ 1. Высокий уровень адаптации. Ребенок хорошо приспосабливается к новым условиям, положительно относится к учителям и школе, легко усваивает учебный материал, находит общий язык с одноклассниками, прилежно учится, слушает объяснения учителя, проявляет большой интерес в самостоятельному изучению программы, с радостью выполняет домашние задания.



Средний уровень адаптации.

- ▶ *Ребенок положительно относится к школе, понимает учебный материал, выполняет самостоятельно типовые упражнения, внимателен при выполнении заданий, сосредотачивается только тогда, когда ему интересно, выполняет добросовестно общественные поручения, дружит со многими одноклассниками.*



Низкий уровень адаптации.

- ▶ *Ребенок отрицательно отзывается о школе и учителях, жалуется на здоровье, часто меняет настроение, наблюдается нарушение дисциплины, не усваивает учебный материал, отвлекается на уроках, не регулярно выполняет домашние задания, при выполнении типовых упражнений требуется помощь учителя, не ладит с одноклассниками, общественные поручения выполняет под руководством, пассивен*



Как помочь ребенку адаптироваться к школе.

1. Собираемся в школу вместе

- ▶ *Привлекайте ребенка к процессу подготовки к школе. Покупайте вместе канцтовары, тетрадки, учебники, организовывайте рабочее место. Ребенок должен сам осознать, что в его жизни происходят видимые изменения. Превратите подготовку к школе в игру. Составьте распорядок дня. Сделайте расписание наглядным и четким. Благодаря расписанию ребенок будет чувствовать себя уверенным, и ничего не будет забывать. Со временем первоклассник научится без распорядка распоряжаться своим временем и лучше адаптируется к школе. Чтобы избежать переутомления, чередуйте виды деятельности. В расписание необходимо включить только основные моменты: уроки в школе, домашнее задание, кружки и секции. Не включайте в расписание время игр и отдыха, иначе ребенок все время будет отдыхать*



2. Самостоятельность

- Чтобы адаптироваться к школе, ребенок должен научиться быть самостоятельным. Не нужно, конечно, с первых дней отправлять ребенка в школу одного – это не проявление самостоятельности. А вот собирание портфеля, выполнение домашних заданий и складывание игрушек – это самостоятельность.



3. Игра

- ▶ *Первоклассник – это, прежде всего, ребенок и ему необходимо играть. Игры для первоклассников – это не только отдых, но и смена деятельности, из которой он может узнать много нового и полезного об окружающем мире.*



4. Похвала

- ▶ *Важно активно поощрять учебные успехи вашего маленького первоклассника. Хвалить нужно не ребенка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности.*
- ▶ *Чаще говорите ему, что Вы его любите.*



5. Соблюдение режима

- ▶ *Время для приготовления уроков не должно превышать одного часа. Желательно гулять с ребенком не менее 40 минут в день. Важно заниматься спортом, но не без переутомлений.*



6. Учитель

- ▶ *Авторитет учителя. Ни в коем случае не подрывайте авторитет учителя перед ребенком, если Вас что-то не устраивает, поговорите напрямую с учителем. Помогайте своему первокласснику адаптироваться к непростой школьной жизни. Не забывайте помогать ребенку в трудное время и объяснять непонятные задания. Поддержка родителей в период школьной адаптации очень важна для детей.*



Заключение

- *Быть родителем первоклассника действительно непросто. Бывает, что нам не хватает терпения, выдержки. Порой, мы забываем, как трудно осваивать совершенно новую деятельность. Давайте проведем один небольшой эксперимент. Возьмите, пожалуйста, ручку и напишите: «Мой ребенок – первоклассник». Неправда ли, просто?*
- *А теперь переложите ручку в другую руку и напишите ту же самую фразу. Посмотрите на две эти строчки. Как ровно и красиво мы пишем правой рукой, и как трудно и непривычно дается письмо, если мы перекладываем ручку в другую руку.*
- *Если Вам покажется, что Ваше терпение на исходе, что у Вас нет больше сил заниматься с ребенком, вспомните это упражнение*

Желаем успеха!

