

Трудности адаптации первоклассников к школе и пути их преодоления

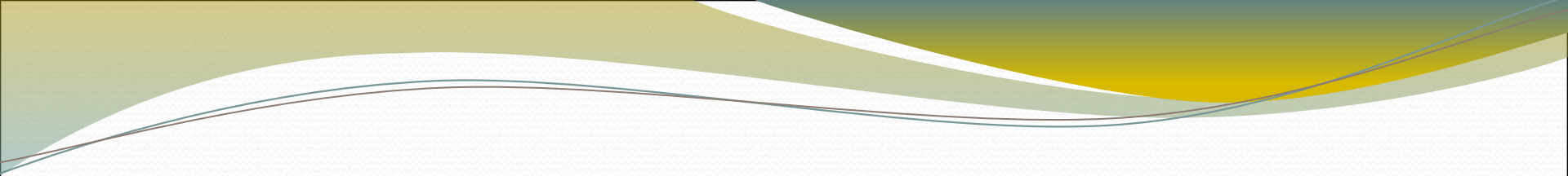
Презентацию
разработала

педагог – психолог МБОУ
«Желябовская СОШ»

Прохор О.М.



1 СЕНТЯБРЯ



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

Л. Кьюби

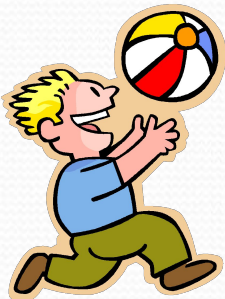
Адаптация —это период приспособления к
новым условиям.

Результат адаптации —
адаптированность, которая представляет
собой систему качеств личности, умений
и навыков, обеспечивающих успешность
последующей жизнедеятельности.



Физиологические условия адаптации ребёнка к школе

- Изменение режима дня ребенка
- Необходимость игровой деятельности в жизни младшего школьника
- Наблюдение родителей за правильной позой ребенка во время выполнения им домашних занятий во избежание искривления позвоночника
- Соблюдение правил освещения рабочего места для предупреждения близорукости



Физиологические условия адаптации ребёнка к школе

- Тренировка мелких мышц кистей рук
- Организация правильного питания ребенка (обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей)
- Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности (создание в доме спортивного уголка)
- Воспитание у ребенка самостоятельности и ответственности как главных качеств сохранения собственного здоровья

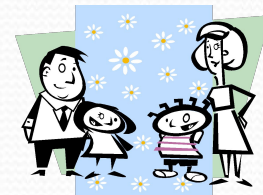


Психологические условия адаптации ребёнка к школе

- Создание благоприятного психологического климата в отношении ребенка со стороны всех членов семьи
- Учитывать роль самооценки ребенка в процессе адаптации к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе)
- Первое условие школьного успеха – самооценность ребенка для его родителей
- Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, к каждому прожитому в школе дню
- Неформальное общение со своим ребенком после пройденного школьного дня
- Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы



Психологические условия адаптации ребёнка к школе



- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей
 - Исключение таких мер воздействия, как лишение удовольствий, физические и психические наказания
- Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью
 - Поощрение ребенка и не только за учебные успехи
 - Моральное стимулирование достижений ребенка
- Развитие самоконтроля, самооценки, самодостаточности ребенка

Признаки успешной адаптации



- Ребенок легко справляется с программой
- Удовлетворенность ребенка процессом обучения
- Степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому
- Удовлетворенность межличностными отношениями — с одноклассниками и учителем

Изменения в поведении детей

- Усталый, утомлённый внешний вид ребёнка
- Нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне
- Стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы
- Нежелание выполнять домашние задания
- Негативные характеристики в адрес школы, учителей, одноклассников

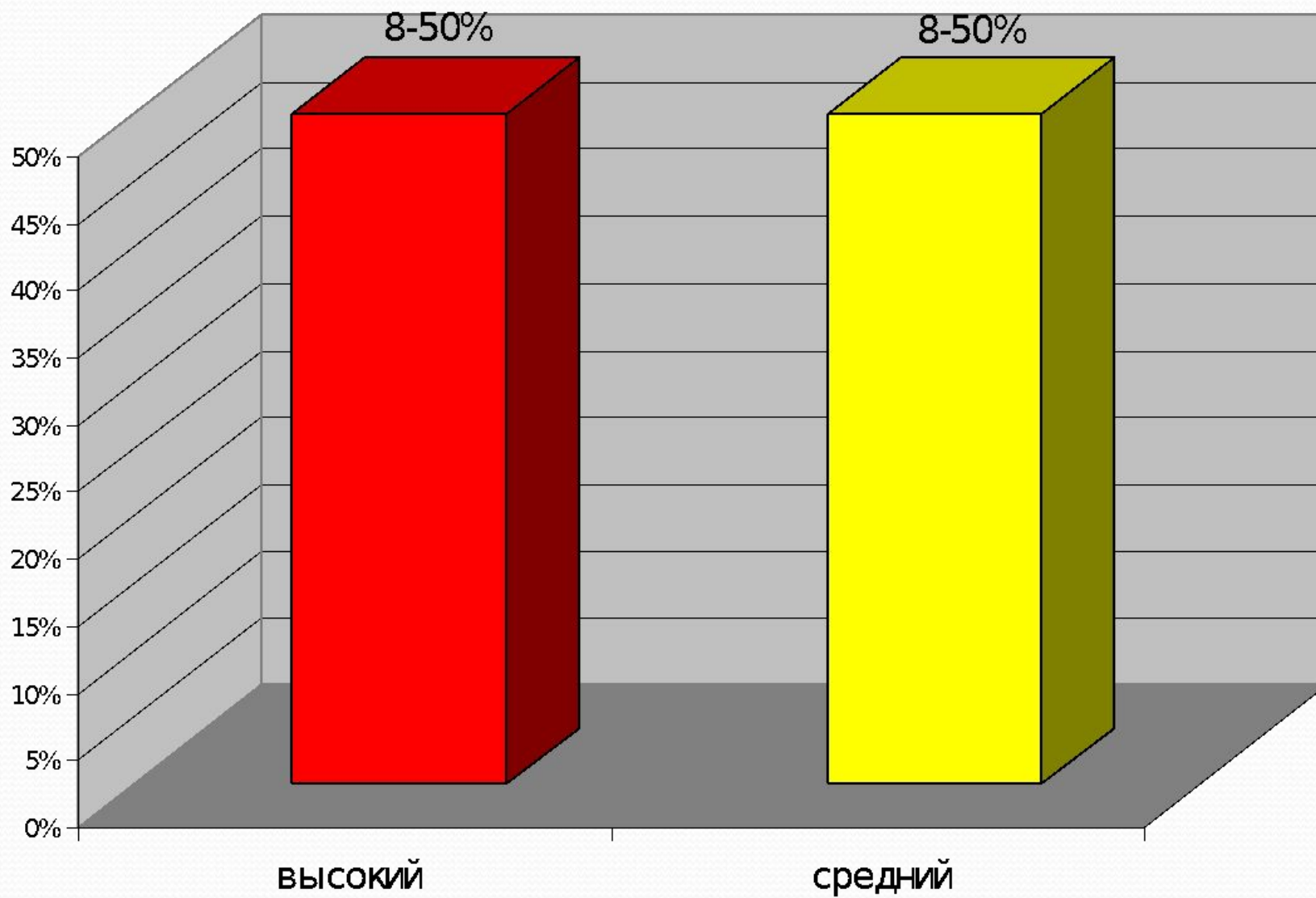


Изменения в поведении детей

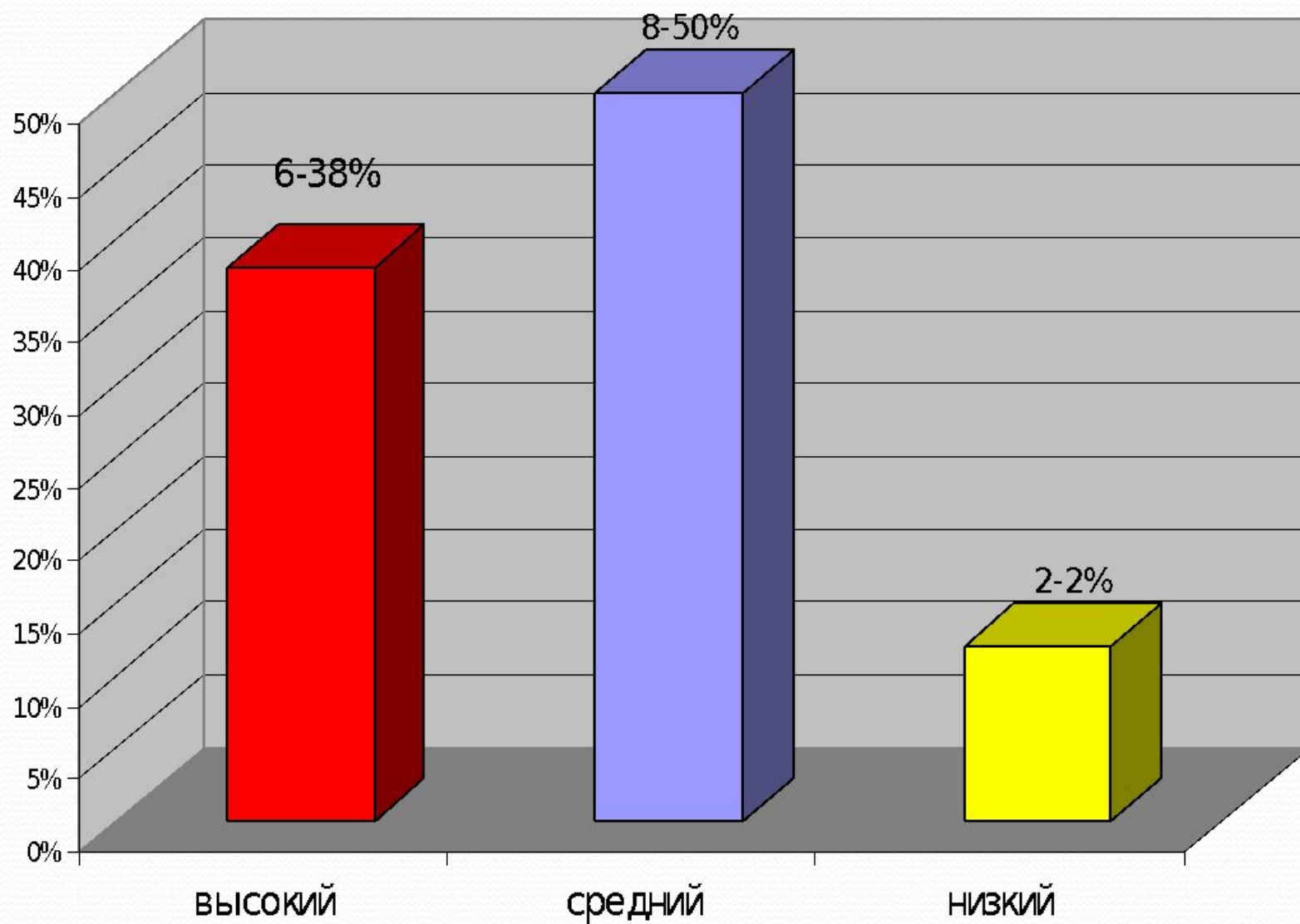
- Жалобы на те или иные события, связанные со школой
- Беспокойный сон, повышение температуры, снижение аппетита
 - Трудности утреннего пробуждения, вялость
 - Постоянные жалобы на плохое самочувствие
- Чрезмерное возбуждение, агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессия
 - Нежелание идти в школу



Уровень адаптации обучающихся 1-А класса



Уровень адаптации обучающихся 1-Б класса



Фразы для общения с ребёнком

Не рекомендуемые фразы для общения:

- ✓ Я тысячу раз говорил тебе, что...
- ✓ Сколько раз надо повторять...
- ✓ О чём ты только думаешь...
- ✓ Неужели тебе трудно запомнить, что...
- ✓ Ты становишься...
- ✓ Ты такой же, как...
- ✓ Отстань, некогда мне...
- ✓ Почему Лена(Настя, Вася и т.д.) такая, а ты - нет...



Фразы для общения с ребёнком

Рекомендуемые фразы для общения:

- ✓ Ты у меня умный, красивый (и т.д.).
- ✓ Как хорошо, что у меня есть ты.
- ✓ Ты у меня молодец.
- ✓ Я тебя очень люблю.
- ✓ Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- ✓ Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- ✓ Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.



Советы родителям:

- Нужно стараться, чтобы ребёнок дольше оставался «почемучкой». Школьник, не задающий вопросов, - это повод для родительской тревоги.
- «Любознательность создаёт учёных». Надо учить задавать вопросы, прежде всего самому себе, использовать словари и т.п. Родители должны провоцировать задавание вопросов и ни в коем случае не отмахиваться от них.
- Семья должна формировать **культ интеллекта** – в создании домашней библиотеки, в интересных беседах, спорах. Объяснить ребёнку, что бесполезных знаний нет: всякое знание приносит пользу, только одно – сегодня, другое – завтра. Нужно всё начинать делать вместе с ребёнком.
- Нужно ставить ребёнка в **ситуацию размышления**. Умение размышлять сформирует у него представление о последствиях каждого действия. Задача взрослого не столько в том, чтобы отвечать на вопрос ребёнка, сколько в том, чтобы побудить его думать, предлагать, выбирать...
- Нужно научить ребёнка **анализировать** свою работу. Не указывать на совершённую ошибку в работе, а направлять его внимание на поиск её
- Необходимо **развивать внимание и память** ребёнка
- Благоприятно действует на него **ситуация успеха**. Она удовлетворяет потребность ребёнка в самоуважении и повышении престижа. Всегда можно найти какие-то успехи ребёнка, сравнивая его предыдущие успехи, отмечая его продвижение вперёд. Но нельзя сравнивать их с другими детьми.
- Оценивая результаты деятельности ребёнка, **не переносить их на личность самого ребёнка**. Он как личность всегда хороший и желанный для своих родителей. Нельзя сказать: «Ты всегда неаккуратный», а нужно: «Вот эта часть работы сделана неаккуратно»
- Почаще ставить себя на место своего ребёнка и вспоминать себя в его возрасте.

первоклассника

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.

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. Встречая ребенка из школы, постарайтесь усилить в нем положительные впечатления и не акцентировать внимание на негативных. Поставьте вопрос так: «Что сегодня было хорошего? Что было самое интересное?»

8. 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?»

9. Ключ к успеху – понимание трудностей ребенка и спокойная родительская уверенность в его возможностях. С такой поддержкой ребенок будет чувствовать себя в безопасности и легче справится с любыми сложностями.

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

Школа – это не страшно!

- Робость и неуверенность перед школой возникает у большинства детей младшего школьного возраста, многие не хотят идти в школу.
- И лучше чем родители уладить эту проблему никто не сможет.
- С момента просыпания у ребёнка должно быть хорошее самочувствие и приподнятое настроение, для этого родителям необходимо предусмотреть следующие моменты.
- Утром поднимите ребёнка пораньше, чтобы неторопливо, спокойно собраться в школу. Помните: спешка усиливает тревожность.
- Постарайтесь накормить ребёнка его любимым блюдом. Вкусная, съеденная с удовольствием пища поднимает настроение.
- Одежда, в которую вы нарядили ребёнка, должна нравиться не только вам, но и ему самому, при этом она должна быть максимально удобной, чтобы он не чувствовал себя в ней неловко. Когда человек себе нравится, он чувствует себя увереннее.
- Когда ребёнок приходит с хорошими отметками, хвалите его. А в конце четверти устройте с ним праздник. Играйте с ним дома в «Школу», пусть он побудит учителем, и вы сможете увидеть его отношение к школе.
- **Пусть школа для вашего ребёнка будет дверью в сказку!**

Слово-эстафета

«Мой ребёнок лучше адаптируется
к школе и будет успешнее учиться,
если я ...»



**Ребёнок учится тому,
Что видит у себя в дому,
Родители пример ему.
Пусть помнят, что с лихвой
получат
Всё то, чему его научат...
Коль видят нас и слышат дети,
Мы за дела свои в ответе.**



Желаю успеха

