



Адаптация первоклассников в школе

1 Однако 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», - говорит 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 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** – спокойная родительская уверенность в его возможностях, 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 ребенка должно быть хорошее самочувствие и приподнятое настроение, для этого родителям необходимо предусмотреть следующие моменты.

Утром поднимите ребенка пораньше, чтобы неторопливо, спокойно собраться в школу. Помните: спешка усиливает тревожность.

Постарайтесь накормить ребенка его любимым блюдом. Вкусная, съеденная с удовольствием пища поднимает настроение.

Одежда, в которую вы нарядили ребенка, 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 ребенок 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.

На то, насколько успешно ребенок адаптируется к школе, указывают некоторые факторы:

- личные характеристики и особенности поведения;
- уровень подготовки к школе, причем в этом случае учитываются не только знания и интеллектуальный потенциал, но и степень физической и психологической готовности;
- посещение ребенком детского сада;
- особенности взаимодействия ребенка с детьми и взрослыми, его социальные навыки, умение решать конфликты, работать в команде и т.д.

Когда адаптация первоклассника к школе проходит правильно?

В случае нормального привыкания детей к новым условиям, у них отмечается бодрость, хорошее настроение, новые друзья в коллективе, они хотят учиться и узнавать что-то новое. Учитель в этой ситуации воспринимается как друг и наставник. Ребенок normally переносит новый режим дня и без особых проблем делает домашние задания.

При успешной адаптации первоклассник адекватно воспринимает критику со стороны учителя и не провоцирует конфликты в классе.