

## Родителям первоклассников

### **«Особенности адаптации ребенка к школьной жизни»**

Ваш ребенок стал школьником. Для него все новое, необычное, неизведанное. Он очень долго ждал этого удивительного события, часто примерял новенькую форму, подолгу рассматривал учебники и школьные принадлежности. И вот наступил тот момент, когда веселым заливистым звонком его позвала школа.

В первые дни школьной жизни ребята с удовольствием бегут на занятия, и главная задача работников школы и вас, уважаемые родители, чтобы огонек желания не потух, чтобы ваши дети безболезненно прошли адаптацию к обучению в школе.

Первый год обучения особенно трудный для ребенка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и детям.

Социально-психологическая адаптация может проходить по-разному. Наблюдения за первоклассниками показали, что значительная часть детей (50, 60%) адаптируется в течение двух, трех месяцев обучения. У детей, благополучно прошедших адаптацию, преобладают хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу и выполнять требования учителя. Другим детям, (их примерно 30%), требуется больше времени для привыкания к школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу выполнять требования учителя, часто ссорятся с одноклассниками. У этих детей встречаются трудности в усвоении учебного материала.

В каждом классе есть примерно 14% детей у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности длительной (до одного года адаптации). Такие дети не желают учиться и посещать школу. Они часто и подолгу болеют, причем болезни носят психосоматический характер, эти ребята составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза. Многие к середине дня оказываются уже переутомленными, т.к. школа для них является стрессогенным фактором, дорога в школу для детей требует повышенного внимания, напряжения. На протяжении дня у первоклассников не бывает возможности полного расслабления, как физического, так и умственного, эмоционального. Некоторые дети не веселы уже по утрам, выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх, тревога перед предстоящей работой в классе, из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу. У некоторых детей по утрам развивается рвота. Чтобы определить, как можно помочь ребенку адаптироваться в школе, надо знать некоторые психофизиологические особенности возраста 6-7 летнего ребенка.

Первоклассники, несмотря на столь ранний возраст, способны осознавать свое положение в обществе. Они владеют умением общаться, умеют сопереживать, знают и выполняют основные правила поведения. Для детей этого возраста наиболее характерно наглядно-образное и действенно-образное

мышление. Речевое развитие детей седьмого года жизни предполагает наличие хорошего словарного запаса, умение правильно произносить все звуки родного языка, однако несформированность речи встречается у 70% первоклассников, это нарушение звукопроизношения, трудности в простейшем звуковом анализе слов. Таким детям нужна помощь учителя-логопеда.

Особенно важно развивать внимание и память у учеников.

У первоклассников преобладает произвольное внимание, однако его устойчивость невелика и зависит от условий организации обучения и индивидуальных способностей.

Неустойчивое внимание, заторможенность при его переключении, могут осложнить процесс обучения. Развитие зрительно-моторных координаций позволяет детям координировать свои движения. В этом возрасте ребенок должен срисовывать простые геометрические фигуры, выделять и классифицировать их по форме, размерам, направлению штрихов. В то же время для семилетних детей характерно слабое развитие моторики мелких мышц руки.

Самым важным вопросом в организации обучения первоклассников является создание условий, обеспечивающих охрану и укрепление здоровья. Это режим учебных занятий, полноценный отдых, питание, эмоциональный климат в классе и дома.

### Уважаемые родители!

Вы должны помочь ребенку преодолеть сложный адаптационный период, оказывать ему поддержку, быть внимательными, терпеливыми, создать дома благоприятную атмосферу.

Эти простые правила помогут вам при общении с детьми:

- 1) создайте благоприятный психологический климат в отношении ребенка со стороны всех членов семьи;
- 2) проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню;
- 3) как можно чаще бывайте с ним, занимайтесь, читайте и играйте;
- 4) не вмешивайтесь в его занятия, которые он может выполнить сам, помогайте, когда просит;
- 5) не повышайте голос на ребенка, не запугивайте его, разрешайте конфликты мирно;
- 6) поощряйте ребенка, хвалите его за успехи в учебе, за добрые поступки, не жалейте ласковых слов.
- 7) не критикуйте учителей в присутствии вашего ребенка.