

Проблемы адаптации

Адаптация первоклашек может длиться от 2–3 недель до года.

I группа – легкая форма адаптации. Эти малыши привыкают в течение сентября-октября: они быстро осваиваются в школе (успевают всюду сунуть свой нос, раньше других найти ларек со жвачкой и наклейками, сгонять в столовую на разведку), без проблем заводят себе друзей. У них практически всегда хорошее настроение, они благодушны, выполняют все требования учителя.

II группа – форма адаптации средней тяжести. Привыкание длится полгода или чуть дольше, ребенок не находит общего языка с педагогом, отказывается принимать школьные порядки, у него трудности в общении с остальными детьми, сложности с учебой.

III группа – тяжелая форма адаптации. Эти дети привыкают труднее всех.

Школьная программа никак не усваивается, отрицательные эмоции постоянно берут верх. На таких ребят часто жалуются и родители, и учителя... Да и ровесники, видя, что одноклассник – огрызающийся «двоечник несчастный», начинают сторониться его – так, на всякий случай. На самом деле все эти внешние проявления – не блажь, а «мигающая красная лампочка» для родителей, педагога и школьного психолога, сигнализирующая взрослым: «нужна срочная помощь!».

Начало обучения в школе — очень важный момент в жизни ребенка.

Новая обстановка, новые знакомые, учебные нагрузки, даже необходимость сидеть на одном месте в течение 40 минут — стресс для ребенка.

Памятка для родителей.

- Будьте своего ребенка спокойны. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.
- Не торопите. Умение рассчитывать время - ваша задача, и если это плохо удастся, это не вина ребенка.
- Не отправляйте ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много поработать.
- Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день. Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо».
- Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.
- Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минутные «переменки». Лучше, если они будут



Березовское муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа №33»

Советы родителям

«РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАСНИКА»



тел./факс: 8 (34369) 4-44-08

Советы психолога родителям первоклассника

Как ребенку занять достойное место среди одноклассников, чувствовать себя в школе комфортно.

1. Чаще делитесь с ребенком воспоминаниями о счастливых мгновениях своего прошлого.
2. Помогите ребенку овладеть информацией, которая позволит ему не теряться.
3. Приучите ребенка содержать в порядке свои вещи. Успехи ребенка в школе во многом зависят от того, как он умеет организовывать свое рабочее место.
4. Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе. Многие дети этого возраста неусидчивы. Не всем блестяще даются чтение и счет.
5. Не старайтесь быть для ребенка учителем. Стремитесь к поддержанию дружеских отношений. Некоторые дети испытывают трудности в общении с другими детьми. Предложите ребенку самому пригласить к себе на день рождения своих друзей. Этот день станет для него незабываемым, если в программе торжества найдется место для совместных игр детей и взрослых. Дайте ребенку почувствовать, что он может рассчитывать на вашу поддержку в любой ситуации. Одними учебными занятиями с ребенком этого достичь невозможно.
6. Научите ребенка правильно реагировать на неудачи. Ваш ребенок оказался в игре последним и демонстративно отказался играть с приятелями дальше. Помогите ему справиться с разочарованием. Предложите детям сыграть еще разок, но немного измените правила игры.
7. Хорошие манеры ребенка — зеркало семейных отношений. «Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...» должны войти в речь ребенка до школы. Нравоучениями и проповедями этого достичь трудно. Постарайтесь исключить из общения между членами семьи приказы и команды: «Чтобы я больше этого не слышал!», «Вынеси мусор». Превратите их в вежливые просьбы.

8. Помогите ребенку обрести чувство уверенности в себе. Ребенок должен чувствовать себя в любой обстановке так же естественно, как дома. Научите ребенка внимательно относиться к своим нуждам, своевременно и естественно сообщать о них взрослым.

9. Приучайте ребенка к самостоятельности в быденной жизни. Чем больше ребенок может делать самостоятельно, тем более взрослым он себя ощущает.

10. Научите ребенка самостоятельно принимать решения. Умение делать самостоятельный выбор развивает в человеке чувство самоуважения. Посоветуйтесь с ребенком о меню семейного воскресного обеда. Приучайте ребенка считаться с интересами семьи и учитывать их в повседневной жизни.

11. Стремитесь сделать полезным каждое мгновение общения с ребенком.

Ребенок помогает вам накрывать на стол. Попросите его поставить на стол четыре глубокие тарелки, возле каждой тарелки справа положить ложку. Спросите: сколько ложек тебе понадобится?

12. Учите ребенка чувствовать и удивляться, поощряйте его любознательность. Учите ребенка чувствовать. Открыто переживайте с ним все события повседневной жизни, и его любознательность перерастет в радость учения.

13. Начните «забывать» о том, что Ваш ребенок маленький. Давайте ему посильную работу в доме, определите круг обязанностей. Сделайте это мягко: «Какой ты у нас уже большой, мы даже можем доверить тебе помыть посуду / вымыть пол, вытереть пыль, полить цветы и т.д./ Приобщайте ребёнка к экономическим проблемам семьи. Постепенно приучайте его сравнивать цены, ориентироваться в семейном бюджете /например, дайте ему деньги на хлеб и мороженое, комментируя сумму на тот и дру-

гой продукт/. Ставьте в известность об отсутствии денег в семье, ходите в магазин вместе.

14. Не ругайте, а тем более не оскорбляйте ребёнка в присутствии посторонних. Уважайте чувства ребёнка. На жалобы учителя или воспитателя отвечайте: «Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему».

15. Научите ребёнка делиться своими проблемами. Обсуждайте с ним конфликтные ситуации, возникшие со сверстниками и взрослыми. Искренне интересуйтесь его мнением, только так Вы сможете сформировать у него правильную жизненную позицию.

16. Постоянно говорите с ребёнком. Развитие речи — залог хорошей учёбы. Были в театре, цирке, кино — пусть расскажет, что ему больше всего понравилось. Слушайте внимательно, задавайте вопросы, чтобы ребёнок чувствовал, что Вам это действительно интересно. Отвечайте на каждый вопрос ребёнка. Только в этом случае его познавательный интерес никогда не иссякнет. Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами Вашего ребёнка. Видеть мир глазами другого — основа для взаимопонимания.

17. Чаще хвалите ребёнка. На жалобы о том, что что-то не получается, отвечайте: «Получится обязательно, только нужно ещё несколько раз попробовать». Формируйте высокий уровень притязаний. И сами верьте, что Ваш ребёнок может всё. Нужно только чуть-чуть ему помочь. Хвалите словом, улыбкой, лаской и нежностью, а не отделяйтесь такого рода поощрениями, как покупка новой игрушки или сладостей. Не стройте Ваши взаимоотношения с ребёнком на запретах. Их должно быть не более 30%, если брать 100%