

Как помочь первокласснику успешно адаптироваться к школе!

*«Школа хороша, если в ней
хорошо каждому ребёнку и
взрослому».*

В.А.Караковский

Первый раз в первый класс!!!

Начало обучения в школе – один из самых серьезных моментов в жизни ребенка. Школа – это совершенно новая жизнь и деятельность ребенка, это большие физические и эмоциональные нагрузки.



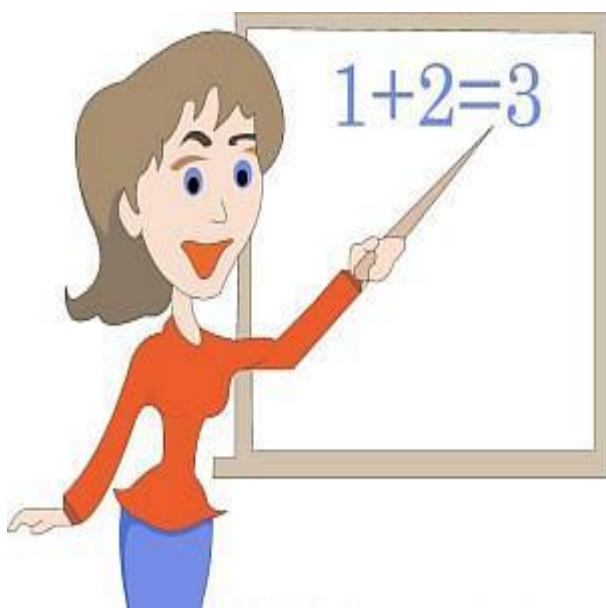
Проблемы в адаптации.

Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

Организм ребенка приспособляется к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций. Относительно устойчивое приспособление к школе происходит на 5-6-й неделе обучения.

Адаптация - процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы, темперамента, черт характера, адаптационных способностей, адекватного опыта.

КАК ЖЕ ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ?



Формируйте у ребёнка положительный образ учителя.

Это не «злая тётя», которая будет ругать и ставить двойки! Первая учительница — это взрослый друг и руководитель класса, который всему научит и будет во всём помогать.

Доброжелательное и уважительное отношение родителей к учительнице — это очень важно для ребёнка и его настроения в школе.

Родительская поддержка.

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.



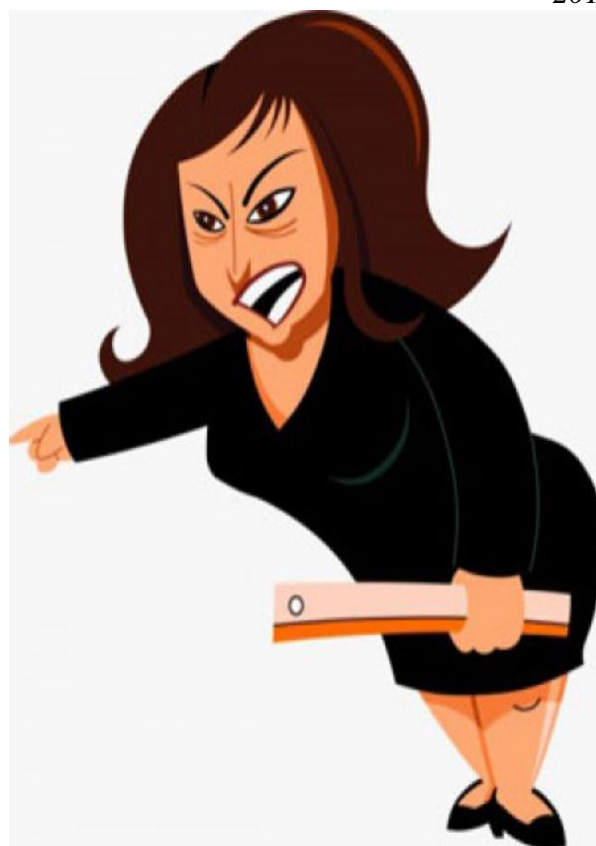
Организуйте рабочее место.

Это должен быть письменный стол с хорошим освещением, местом для тетрадей и учебников. Объясните ребёнку, как важно поддерживать здесь порядок.

Вместе с ребёнком приобретайте школьные принадлежности, обсуждайте и обязательно учитывайте, что ему нравится, не забывая рекомендации учителя.

Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?»

Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте – это не займет много времени.



Развивайте у ребенка навыки положительного взаимодействия со сверстниками и взрослыми.

В школьной жизни это один из ключевых моментов.

Убедите ребенка: «Если с тобой не разговаривают одноклассники, подойди сам и начни разговор».

Будьте внимательны

к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.



ВАШЕ ТЕРПЕНИЕ И ОПТИМИЗМ, ВАШЕ СПОКОЙСТВИЕ И УВЕРЕННОСТЬ ПРИДАДУТ УВЕРЕННОСТЬ ВАМ И ВАШЕМУ ПЕРВОКЛАССНИКУ!!!