ПРОБЛЕМЫ ШКОЛЬНОЙ АДАПАЦИИ

 Первый год обучения в школе - чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребенка. Меняется его место в системе общественных отношений, меняется весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы. Для ребенка шести-семи лет очень трудна так называемая статическая нагрузка. Уроки в школе, а также увлечение многих первоклассников телевизионными передачами, иногда занятия  музыкой, иностранным языком приводятк тому, что двигательная активность ребенка становится в два раза меньше, чем это было до поступления в школу. Потребность же в движении остается большой.

 Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять  требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с  высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой  обязывает школьное обучение. Психологи указывают на то, что для многих  первоклассников, и особенно шестилеток, трудна социальная адаптация, так как не  сформировалась еще личность, способная подчиняться школьному режиму, усваивать  школьные нормы поведения, признавать школьные обязанности. В то же время именно в  1-ом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Для того,  чтобы дети наиболее благополучно прошли этот этап своей жизни, их родителям  необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического  состояния детей, возникающего с началом обучения в школе.

 Для родителей первоклассников особенно важно важно показать различие: школьник – не школьник. Для этого нужно беседовать

с ребенком о том, зачем нужно учиться, что такое школа, какие в школе существуют правила. Очень важно установить режим дня школьника

с обоснованием его последовательности. Нужно ввести понятие оценки, самооценки и различные ее критерии: правильность, аккуратность, красота, старательность, интерес и выработать вместе с ребенком способы, как все это можно достичь. Нужно научить ребенка задавать вопрос; развивать у детей способность управлять своими эмоциями: школьник должен уметь сознательно подчинить свое действие правилу, внимательно слушать и точно выполнять задание, предлагаемые

в устной форме и по зрительно воспринимаемому образцу. В этом ему могут помочь дидактические игры и игры по правилам.

 Родителям необходимо помочь развивать учебную мотивацию ребёнка, развивать навыки общения, которые позволят адекватно действовать в условиях коллективной учебной деятельности. Не стоит удивляться, если через какое-то время родители детей, не имевших разнообразного опыта общения со сверстниками, столкнутся с их нежеланием ходить в школу, а также с жалобами на то, что их все обижают, никто не слушает, учитель не любит и т. п. Необходимо научится адекватно реагировать на такие жалобы. Прежде всего покажите ребенку, что Вы его понимаете, посочувствуйте ему, никого при этом не обвиняя. Когда он успокоится, попробуйте вместе проанализировать причины и последствия сложившейся ситуации, обсудите, как вести себя в будущем в подобном случае. Затем можно перейти к обсуждению того, как можно исправить положение теперь, какие шаги предпринять, чтобы завести друзей и завоевать симпатии одноклассников. Нужно поддержать ребенка в его попытках справиться с возникшими трудностями, продолжить ходить в школу, показать искреннюю веру в его возможности.

Источник

<http://sch2.lyahovichi.edu.by>