

«Первые месяцы в школе - самые трудные» проблемы адаптации первоклассников



Уважаемые родители!

Наши первоклассники благополучно закончили первую четверть. Она была самой сложной для них. Это время когда ребята приспосабливались к новым условиям жизни, к новому виду деятельности учебе, к своим одноклассникам и учителям. Все это требовало немалых усилий от них. Этот период назывался адаптационным. Само слово

адаптация означает состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Этот период считается очень напряженным, поскольку с первых дней перед учениками ставится ряд задач, который требует мобилизации физиологической и социально - психологической. А именно эти два аспекта включает в себя адаптация первоклассника. **Физиологическая готовность** подразумевает общее физическое развитие ребенка в соответствии с нормативными показателями (вес, рост, состояние зрения, слуха, общее состояние здоровья). Процесс физиологической готовности можно разделить на три этапа:

-«**физиологическая буря**» (длится первые 2-3 недели). В этот период на начало систематического обучения организм ребенка реагирует очень бурно.

-**неустойчивое приспособление**. В этот период организм ребенка находит оптимальные варианты реакций на новые условия.

-**относительно устойчивое приспособление**. В этот период организм находит подходящие варианты реакции на новые условия.

В эти периоды у ребенка можно наблюдать признаки утомления. Дети могут капризничать, многие жалуются на головную боль, усталость. Продолжительность трех этапов физиологической адаптации обычно длится 1 четверть, наиболее сложными являются первый и второй этапы. Безусловно, первоклассники, посещавшие детский сад, значительно легче адаптируются к школе, чем «домашние», которые не привыкли к длительному пребыванию в детском коллективе и режиму дошкольного учреждения. Очень большой плюс мы получили и от «Предшколы». Именно там ребята уже ознакомились со школой, режимом ее работы, правилами поведения в лицее, что в свою очередь неплохо отразилось на физиологической адаптации. По наблюдениям большинство учащихся легко перенесли данный период.

По данным диагностики 64 % наших первоклассников успешно адаптировались, у остальных 36 % учащихся наблюдаются затруднения. Но не смотря на показатели, с уверенностью можно сказать, что большинство учащихся положительно относятся к школе, понимают учебный процесс, выполняют работы самостоятельно, внимательны при выполнении заданий, дружат со многими одноклассниками. А это свидетельствует о высоком уровне адаптации. **Высокий уровень адаптации** означает, что ребенок любит школу. Рад тому обстоятельству, что он ученик. Он легко учиться с интересом получает новые знания и радостно ими делится с окружающими, прилежно выполняет задания в школе и дома (причем без особого внешнего контроля и «нажима»), внимательно слушает учителя на уроке, способен что-то выучить и подготовить по своей инициативе, легко сходится с одноклассниками.

Оборотная сторона адаптации – это неполная адаптация или дезадаптация. У ребят, которые имеют **неполную адаптацию** негативное отношение к школе либо просто равнодушное, на уроках они подавлены, «отсутствуют». Или наоборот, нарушают дисциплину, учебный материал усваивают не полностью, самостоятельно работают с трудом. Для усвоения материала им нужна помощь взрослого и неоднократное объяснение и повторения материала.

Показатели адаптационных затруднений:

- *Недостаточная реализация личностного потенциала;*
- *Слабая интегрированность ребёнка в детском коллективе – низкий статус в группе, отсутствие авторитета, неполное принятие роли ученика;*
- *Трудности в общении;*
- *Острое переживание неудач;*
- *Неадекватная самооценка;*
- *Несамостоятельность.*

Советы родителям:

Нужно стараться, чтобы ребёнок дольше оставался «почемучкой». Школьник, не задающий вопросов, - это повод для родительской тревоги.

«Любознательность создаёт учёных». Надо учить задавать вопросы, прежде всего самому себе, использовать словари и т.п. Родители должны провоцировать задавание вопросов и ни в коем случае не отмахиваться от них.

Семья должны формировать **культ интеллекта** – в создании домашней библиотеки, в интересных беседах, спорах. Объяснить ребёнку, что

бесполезных знаний нет: всякое знание приносит пользу, только одно – сегодня, другое – завтра.

Нужно ставить ребёнка в **ситуацию размышления**. Умение размышлять сформирует у него представление о последствиях каждого действия. Задача взрослого не столько в том, чтобы отвечать на вопрос ребёнка, сколько в том, чтобы побудить его думать, предлагать, выбирать...

Нужно научить ребёнка **анализировать** свою работу. Не указывать на совершенную ошибку в работе, а направлять его внимание на поиск её.

Необходимо **развивать внимание и память** ребёнка

Благоприятно действует на него **ситуация успеха**. Она удовлетворяет потребность ребёнка в самоуважении и повышении престижа. Всегда можно найти какие-то успехи ребёнка, сравнивая его предыдущие успехи, отмечая его продвижение вперёд. Но нельзя сравнивать их с другими детьми.

Оценивая результаты деятельности ребёнка, **не переносить их на личность самого ребёнка**. Он как личность всегда хороший и желанный для своих родителей. Нельзя сказать: «Ты всегда неаккуратный», а нужно: «Вот эта часть работы сделана неаккуратно».

Чаще ставьте себя на место своего ребёнка и вспоминайте себя в его возрасте!