

ШКОЛА- ЭТО НЕ СТРАШНО.

Робость и неуверенность перед школой возникает у большинства детей младшего школьного возраста, многие не хотят идти в школу.

И лучше чем родители уладить эту проблему никто не сможет.

С момента просыпания у ребёнка должно быть хорошее самочувствие и приподнятое настроение, для этого родителям необходимо предусмотреть следующие моменты.

Утром поднимите ребёнка пораньше, чтобы неторопливо, спокойно собраться в школу. Помните: спешка усиливает тревожность.

Постарайтесь накормить ребёнка его любимым блюдом. Вкусная, съеденная с удовольствием пища поднимает настроение.

Одежда, в которую вы нарядили ребёнка, должна нравиться не только вам, но и ему самому, при этом она должна быть максимально удобной, чтобы он не чувствовал себя в ней неловко. Когда человек себе нравится, он чувствует себя увереннее.

Когда ребёнок приходит с хорошими отметками, хвалите его. А в конце четверти устройте с ним праздник. Играйте с ним дома в «Школу», пусть он побудит учителем, и вы сможете увидеть его отношение к школе.

На то, насколько успешно ребенок адаптируется к школе, указывают некоторые факторы:

- личные характеристики и особенности поведения малыша;
- уровень подготовки к школе, причем в этом случае учитываются не только знания и интеллектуальный потенциал, но и степень физической и психологической готовности;
- посещение ребенком детского сада;
- особенности взаимодействия ребенка с детьми и взрослыми, его социальные навыки, умение решать конфликты, работать в команде и т. д.

Когда адаптация первоклассника к школе проходит правильно?

В случае нормального привыкания детей к новым условиям, у них отмечается бодрость, хорошее настроение, новые друзья в коллективе, они хотят учиться и узнавать что-то новое. Учитель в этой ситуации воспринимается как друг и наставник. Ребенок нормально переносит новый режим дня и без особых проблем делает домашние задания. При успешной адаптации первоклассник адекватно воспринимает критику со стороны учителя и не провоцирует конфликты в классе.



**Помогите своему ребенку
адаптироваться в школе**

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ В 1 КЛАССЕ



**Адаптация
первоклассников в школе**

Педагог-психолог МБОУ СШ№15
Ильинова Н.В. 2020г.

Когда уместна тревога?

- Полное отсутствие интереса к учёбе, вялость и безынициативность, когда дело касается школы и уроков

- Ничего не интересно, безразличен ко всему, даже играм, если они требуют хоть какого-то напряжения

- Делает уроки только «из-под палки»

- Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней (кашель, насморк, рвота, понос), которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома, либо, что гораздо реже, простой симуляцией этих симптомов

- Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию



Памятка родителям первоклассника

1. Одинаково не правы как те родители, которые предоставляют первоклашке полную самостоятельность, так и те, которые устанавливают тотальный контроль за всей его деятельностью.

«Уроки задают тебе, ты их и делай», - говорит усталая мама, приходя с работы поздним вечером. Услышав подобную фразу, ребенок ощущает ваше глубокое равнодушие к своим нуждам.

«Ну, что нам сегодня задано?» - спрашивает бабушка, распаковывая портфель и листая страницы учебника. В такой ситуации первоклашка скоро придет к выводу, что учеба больше нужна взрослым, и они сами все сделают, нечего даже напрягаться.

Лучший вариант – сидеть рядом с ребенком, наблюдать за его работой, быть готовым помочь, но не вмешиваться без его просьбы. После выполнения задания спокойно спросите ребенка, доволен ли он своей работой, что получилось хорошо, а что – не очень.

2. За уроки нужно садиться через час-полтора после возвращения из школы, когда ребенок уже слегка отдохнул, но еще не успел перевозбудиться от домашних игр и развлечений.

3. Между выполнением уроков следует делать перерывы. 15-20 минут занятий – 5 минут отдыха.

4. Чередуйте устные и письменные задания. Начинать приготовление уроков с самых трудоемких или тех, что даются ученику тяжелее остальных.

5. Очень важно приучить ребенка к самоконтролю. После выполнения задания попросите сына или дочь проверить написанное. Если он сам нашел и исправил ошибку – обязательно похвалите! Лишь когда самопроверка войдет в привычку, можно прекратить напоминать.

6. Ошибки ребенка не должны вас раздражать, они должны удивлять. Дайте ребенку почувствовать вашу уверенность в его успехе. Не ругайте за

ошибки, не восклицайте: «Мы столько раз писали это слово, а ты опять пишешь неправильно!» Лучше удивитесь: «Ой! Как же это получилось?»

7. Встречая ребенка из школы, постарайтесь усилить в нем положительные впечатления и не акцентировать внимание на негативных. Поставьте вопрос так: «Что сегодня было хорошего? Что было самое интересное?»

8. После выполнения уроков похвалите ребенка: «Ты сегодня так быстро и хорошо все сделал!» Радуйтесь его успехам и новым знаниям: «Неужели ты уже знаешь, как решать такие сложные задачи?»

9. Ключ к успеху – понимание трудностей ребенка и спокойная родительская уверенность в его возможностях. С такой поддержкой ребенок будет чувствовать себя в безопасности и легче справится с любыми сложностями.

10. Перед сном шепните ребенку на ушко: «Я так счастлива, что ты у меня есть!»

