РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ:

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ

В ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ

Начало обучения в школе - один из самых серьезных моментов в жизни ребенка, связанный с большим количеством разного рода нагрузок: перемены в жизни ребенка - новые друзья, новые отношения, новые обязанности, новая роль «ученика», со своими плюсами и минусами.

Обычно от поступления ребёнка в школу родители ожидают очень многого. Например, что 1-го сентября их ребёнок, изменится и станет «настоящим первоклассником»: будет с удовольствием ходить в школу, делать уроки, читать книги, интересоваться учёбой, а не игрой. Но родителям важно понимать, что невозможно стать учеником в один прекрасный момент. Должно пройти время, прежде, чем ребенок станет настоящим школьником.

***Адаптация ребёнка к школе занимает не один день и не одну неделю,***

***это процесс длительный и сложный.***

И здесь очень важно, как будет происходить первый этап адаптации ребёнка к школе: какую линию поведения выберут сопровождающие его на этом этапе взрослые - учителя и родители. Очень важной является поддержка взрослых - мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

***На что стоит обратить внимание родителям, чтобы узнать, как адаптируется к школе их ребенок?***

***1. Насколько успешно ребенок справляется с нагрузками.***

Начало обучения первоклассника связано с большими нагрузками. Необходимость следовать новым правилам поведения, сосредоточенно заниматься в течение урока, выполнять домашние задания – всё это создаёт значительное напряжение для нервной системы ребёнка. Родители должны помнить, что возможности детского организма не безграничны, и длительное напряжение, связанное с ним утомление и переутомление могут стоить ребенку здоровья.

Нельзя заставлять ребенка посидеть за учебной работой "еще часок", важно ***соблюдать режим дня***.

В первое время ребёнок находится как бы на границе школьного и дошкольного возраста, и переступит он эту границу не сразу. Ребёнку необходимо понять, в каких ситуациях он должен быть школьником (например, на уроке, во время выполнения домашнего задания), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования являются реальными и абсолютно выполнимыми для ребёнка.

От родителей же требуется ***предъявить ему разумные ограничения в том, что касается учёбы (понятно, что школа и домашние задания требуют всё-таки школьных форм поведения и более серьёзного отношения) и терпимо относиться к проявлению «дошкольничества»***. Многим детям в период адаптации к школе свойственно даже некоторое усиление интереса к игре. Это естественное явление, помогающее, кроме всего прочего, снять напряжение. Роль игры в жизни ребёнка с возрастом уменьшается, но если стараться её искоренить, это не принесёт никакой пользы первокласснику. У каждого ребёнка свой темп развития, и каждый перестаёт играть в своём возрасте.

***2. Насколько легко ребенок справляется с программой.***

Если ребенок удовлетворен процессом обучения, ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов – это значит, что он успешно адаптировался. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, ***необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми***.

Все дети разные. Признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому. Частенько родители слишком усердно «помогают» ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их.

Очень важно ***опираться на желание первоклассника учиться***. Как правило, большинство детей идёт в первый класс, горя желанием стать школьниками. Важно всячески поддерживать это желание. Если родители искренне интересуются школьной жизнью ребёнка, расспрашивают его о школе, делятся с ним своим школьным опытом, это, безусловно, укрепляет учебную мотивацию ребёнка. На начальном этапе адаптации к школе для ребёнка особенно необходимо ощущение собственной успешности. Оно значительно облегчает трудности адаптации и способствует повышению учебной мотивации. Вот почему на первых порах для первоклассника особенно важно поощрение родителей. Но хвалить ребёнка – это не просто называть его молодцом или умницей. ***Поощрение должно быть конкретным: необходимо хвалить не ребёнка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности.***

***3. Насколько успешно ребенок привыкает к новому коллективу.***

Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его ***удовлетворенность отношениями с одноклассниками и учителем.*** В этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Конечно, школьная жизнь – это не только радостные моменты. Иногда ребёнок бывает грустным, обиженным, рассерженным на школу, учителя, одноклассников. Важно дать ребёнку возможность выразить негативные чувства. Первокласснику **необходимо родительское понимание**. Если кто-нибудь из родителей внимательно выслушает его, признает, что обучение в школе действительно может быть трудным, что нелегко привыкнуть к новым людям, к требованиям, тем самым он поможет ребёнку освободиться от гнетущих мыслей и чувств.

Привыкание к новому образу жизни у всех детей происходит по-разному.

Большинство детей адаптируются в течение первых двух месяцев обучения***.*** Они относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в классе, приобретают новых друзей; у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют требования учителя. Конечно, им еще трудно выполнять все требования правил поведения; но к концу октября такие дети обычно осваиваются и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым распорядком дня.

Другим нужно больше времени; они и месяц, и другой, и третий могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируя на замечания учителя (или, наоборот, реагируя "как маленькие" - слезами и истерикой). И с освоением учебной программы у них дела складываются не просто. Лишь к концу первого полугодия их поведение становится "правильным".

Третьим необходимо значительно больше времени. У таких детей к значительным трудностям в учебных делах прибавляются трудности более серьезного характера. У них проявляются негативные формы поведения, резкие выбросы отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя, товарищи, родители. Часто такие дети становятся отверженными в коллективе класса, а это рождает реакцию протеста - они задираются на переменах, кричат, плохо ведут себя на уроке. Если вовремя не разобраться в причинах такого поведения, это может привести к нервному срыву и нарушению психического здоровья. Поэтому, если поведение ребенка очень беспокоит учителя и родителей, стоит обратиться к детскому психологу, а в случае острой необходимости к врачу-психоневрологу**.**

Быть родителями первоклассника действительно не просто!

Мы желаем вам удачи в воспитании детей, здоровья вам и вашему ребенку и надеемся на сотрудничество.