

Особенности адаптации ребенка к школе



На что обратить внимание родителям первоклассников в этот период?

Период адаптации ребенка к школе может длиться от 2-3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, характера взаимоотношений с окружающими, уровня сложности образовательной программы и степени подготовленности ребенка к школьной жизни.

Немаловажным фактором является и поддержка взрослых – мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Нередко родители ругают ребенка за то, что он больше времени уделяет общению со одноклассниками, чем учебе, что ему часто звонят друзья «не по делу», что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако хорошо бы помнить о том, что в этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Помогите ему в этом непростом деле! От того, какую нишу займет ребенок при распределении социальных ролей, зависит весь период его обучения в школе. Вспомните, как тяжело избавиться от имиджа «жадины» или «всезнайки», как много проблем появляется в подростковом возрасте именно потому, что когда-то малышу не удалось проявить себя должным образом.

Рекомендации для родителей первоклассников в период адаптации ребенка к школе

- Как только ваш ребенок стал школьником, он гораздо больше времени предоставлен сам себе. Поэтому, чтобы вы были за него спокойны, следует, прежде всего, развить у ребенка самостоятельность. Ребенок должен уметь при необходимости оставаться дома один. Научите его соблюдать основные принципы безопасности.
- Навыки самообслуживания, необходимые ребенку в школе: уметь самостоятельно переодеваться в спортивную форму, собирать портфель и т. д. Составьте вместе с ребенком список того, что нужно положить в портфель на каждый день (можно использовать картинки). Сначала вместе собирайте портфель по этому списку, но постепенно передавайте ребенку обязанность собирать портфель самостоятельно.
- У ребенка должно быть сформировано умение организовать рабочее место, своевременно начать работу, поддерживать порядок на рабочем месте

- Хорошо, если до школы у ребенка был достаточно разнообразный опыт общения с незнакомыми людьми – и взрослыми, и детьми. Если нет, давайте ребенку возможность попрактиковаться в установлении новых контактов.

- Готовьте ребенка к тому, что в школе он может столкнуться и с негативными оценками своей работы. Учите его не теряться, когда критикуют или – детский вариант – дразнят. Дома важно иметь опыт и похвалы, и порицания. Критикуя его, вы даете оценку не его личности в целом, а конкретному поступку (вместо фразы «Ты плохой мальчик \ плохая девочка!» скажите «Я расстроен (а) твоим поступком, потому что... (и описывайте, что именно вас расстроило в его \ее поведении)»). Прекрасно, если выработана достаточно устойчивая положительная самооценка. Тогда на замечание или на не слишком высокую оценку учителя ребенок не обидится, а постарается что-то изменить.

- Важно для ребенка уметь выражать свои потребности словами. Дома окружающие понимают его с полуслова или по выражению лица. Не стоит ждать того же от учителя или одноклассников. Просите ребенка сообщать о своих желаниях словами, по возможности организуйте такие ситуации, когда ему нужно попросить о помощи незнакомого взрослого или ребенка.

- В выполнении любого дела не позволяйте останавливаться на середине. Необходимо сразу ориентировать ребенка на выполнение любого задания с начала до конца – при уборке комнаты, помощи родителям, выполнении задания и т.д.

- Приучайте ребенка спокойно сидеть и работать в течение определенного времени при выполнении домашнего задания. По возможности включайте в распорядок дня самые разнообразные занятия, чередуя спокойную работу за столом с подвижными играми. Особенно это важно для возбудимого, подвижного ребенка. Постепенно он привыкнет к тому, что кричать и бегать можно в определенное, «шумное» время. Тогда будет способен и в школе дождаться перемены.

