

Пути преодоления трудностей адаптационного периода



Майле Елена Владимировна,
учитель начальных классов
МАОУ «Бродовская средняя
общеобразовательная школа»

Признаки успешной адаптации:

- ▶ **Первый признак** -это удовлетворенность ребенка процессом обучения.
- ▶ **Второй признак** - насколько легко ребенок справляется с программой.
- ▶ **Третий признак успешной адаптации** - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому.
- ▶ **Самый важный признак** того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

Когда уместна тревога?

Обычно

- ❑ **Снижается интерес к школе, занятиям.**
- ❑ **Начинает время от времени ныть, что учиться надоело (особенно в конце недели и четверти), но активно интересуется всем остальным.**
- ❑ **Радуетя, когда не надо делать домашнее задание.**
- ❑ **Время от времени хочет остаться дома, пропустить уроки.**

Опасно

- ▶ **Полное отсутствие интереса к учёбе.**
- ▶ **Делает уроки только «из-под палки».**
- ▶ **Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается симптомами болезней (кашель, насморк, рвота), которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома.**
- ▶ **Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию**

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.**

КАК ПОМОЧЬ?

- 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 побудет учителем, и вы сможете увидеть его отношение к школе.
- Решайте возникшие трудности совместно с учителем, и не умалчивайте проблему.

Пусть школа для вашего ребёнка будет дверью в сказку!

Памятка для родителей

- Соблюдение режима дня. Укладывают спать ребенка в 21.00 ч.

Правильная организация рабочего места:

- Наблюдение за правильной посадкой во время выполнения домашних заданий.
- Соблюдение светового режима.
- Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук, зрительная гимнастика.

Организация полноценного питания.

Витаминизированное питание.

Воспитание самостоятельности и ответственности ребёнка.

Не рекомендуемые фразы для общения

- Тысячу раз говорили тебе, что...
- Сколько раз надо повторить...
- И о чем ты только думаешь...
- Неужели так трудно запомнить!...
- Ты становишься невыносимым...
- Отстань, мне некогда...
- Иди, сам подумай (или читай еще раз)...
- Почему Лена (Вася, Петя и т.д.) такая умница, а ты - нет?!

Рекомендуемые фразы для общения

- Ты у меня умница!
- Как здорово, молодец!
- Как хорошо у тебя получилось, научи меня!
- Спасибо тебе...
- Если бы ты не помог (помогла), мне бы одной не справиться!

Одинаково неправы как те родители, которые предоставляют ребенку полную самостоятельность, так и те, которые устанавливают тотальный контроль за всей его деятельностью.

«Уроки задают тебе, ты их и делай», - заявляет 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.

За уроки нужно садиться через час-полтора после возвращения из школы, когда ребенок уже слегка отдохнул. **Между выполнением уроков следует делать перерывы.** 15-20 минут занятий – 5 минут отдыха.

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

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.

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?»

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?»

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?»

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.

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

В течение дня найдите хотя бы 40 минут и полностью посвятите их ребенку.

Выбирайте единую тактику общения с ребенком всех в семье. Все разногласия решайте без него.

Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.

Успокойте ребенка перед сном, снимите напряжение, накопившееся за день.

«Истоки способностей и дарований детей – на кончиках их пальцев»

А. В. Сухомлинский



«Быть готовым к школе — не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе — значит быть готовым всему этому научиться»

Венгер Л.А.



Желаю удачи
в ВОСПИТАНИИ
детей!

