

## Для родителей

**Тема:** Трудности адаптации первоклассников к школе. Как их преодолеть?

**Цели:**

1. Рассмотреть некоторые проблемы адаптации первоклассников к школе; показать пути их преодоления.
2. Повысить уровень педагогической и психологической культуры родителей.
3. Повысить интерес родителей к вопросам воспитания и образования детей.

Проблема адаптации первоклассников в школе является актуальной для всей системы образования. Приходя в школу, попадая в новую для себя ситуацию, практически все дети переживают и волнуются. Выражается это по-разному: одни стараются всячески привлечь к себе внимание и действительно привлекают его своей подвижностью и не всегда оправданной активностью, другие, наоборот, как будто замирают, говорят тише, чем обычно, с трудом вступают в контакт с другими детьми и учителем. При всем многообразии различных проявлений поведения детей в период адаптации, можно сказать, что все будущие первоклассники в этот нелегкий для них период нуждаются в помощи и поддержке со стороны взрослых - учителя и родителей.

Одна из приоритетных целей, которую должна решать начальная школа на современном этапе это сохранение, поддержка и развитие индивидуальности ребенка.

Таким образом, задача модернизации начальной школы становится более актуальной в связи со всеобщим переходом на четырехлетнее начальное образование и началом массового обучения с 6 - 6,5 лет, поэтому адаптация первоклассников в школе является проблемой в условиях модернизации российского образования.

### **1. Проблема адаптации первоклассников к школе.**

В последнее время в литературе уделялось много внимания вопросу о выделении категории детей, не готовых к школьному обучению и имеющих трудности школьной адаптации в 1 классе. И эта проблема по-прежнему актуальна.

Психологическая адаптация, понимается как адекватное включение ребенка в новую социальную ситуацию, является важным фактором стабилизации социальной ситуации развития, существенно влияет на развитие личности ребенка. Поступление ребенка в школу требует от него перестройки всех представлений и отношений с окружающими людьми. Было выявлено, что характер и особенности общения ребенка со взрослым и сверстниками решающим образом определяют динамику адаптации ребенка к детскому учреждению.

Согласно взглядам Д.Б. Эльконина, при поступлении ребенка в школу, у него возникает симптом, рассекающий дошкольный и младший школьный возрасты и становится «симптомом потери непосредственности»: между желанием что-то сделать и самой деятельностью возникает новый момент -ориентировка в том, что

принесет ребенку осуществление той или иной деятельности. Это - внутренняя ориентация в том, какой смысл может иметь для ребенка осуществление деятельности: удовлетворение или неудовлетворение от того места, которое ребенок займет в отношениях со взрослыми или другими людьми. Здесь впервые возникает эмоционально-смысловая ориентировочная основа поступка. Особого внимания в адаптационный период требуют «неорганизованные» дети, которые до школы воспитывались дома и их общение с «чужими» взрослыми было ограничено. В таких случаях ребенок был чаще до школы со «всепозволяющими» мамой и бабушкой, чересчур снисходительными к капризам и желаниям, либо абсолютно без присмотра взрослых (дети из асоциальных семей). В этом случае взрослые не всегда могли настоять на своем, потребовать выполнения того, что не очень нравилось ребенку, поэтому перестроиться ему в школе бывает очень трудно.

Адаптация к школе – перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению. Благополучное сочетание социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагоприятное к дезадаптации.

Основными особенностями систематического школьного обучения являются следующие: во-первых, с поступлением в школу ребенок начинает осуществлять общественно оцениваемую деятельность – учебную деятельность; во-вторых, школьное обучение требует обязательного выполнения ряда для всех одинаковых правил, которым подчинено все поведение ученика во время его пребывания в школе.

Для многих детей поступление в школу может стать трудным испытанием. Хотя бы с одной из следующих проблем сталкивается каждый ребенок:

- режимные трудности (они заключаются в относительно низком уровне произвольности регуляции поведения, организованности);
- коммуникативные трудности (чаще всего наблюдаются у детей, имеющих малый опыт общения со сверстниками, проявляются в сложности привыкания к классному коллективу, к своему месту в этом коллективе);
- проблемы взаимоотношений с учителем;
- проблемы, связанные с изменением семейной обстановки.

Нарушения адаптационного процесса к школе могут проявляться в виде:

- несформированности элементов учебной деятельности;
- несформированности мотивации учения;
- неспособности произвольной регуляции поведения, внимания, учебной деятельности;
- неумения приспособиться к темпу школьной жизни.

Что же является наиболее сложным для будущих первоклассников?

Прежде всего, им очень непросто сориентироваться в пространстве школы, оно незнакомо для них. Со временем школа станет привычным местом, но должно пройти некоторое время, чтобы это произошло.

Будущим первоклассникам неизвестны многие правила поведения ученика в школе, на уроках, и необходимо какое то время, чтобы даже самые элементарные правила (например, о том, что нельзя кричать с места, а надо поднять руку и ждать, пока, учитель спросит) стали привычными. Что касается

правил поведения в школе, то их предъявление может вызвать у детей некоторое сопротивление. Это связано с тем, что им далеко не всегда понятно, зачем они нужны, а потому первоклассникам сложно принять эти правила и контролировать с их помощью свое поведение. Часто учителю достается роль внешнего контролера, регулярно напоминающего о правилах и вынужденного применять санкции к нарушителям. В этом случае большая часть первоклассников подчиняется правилам под давлением внешнего контроля и с удовольствием нарушает их, как только внешний контроль ослабевает.

Кроме того, будущим первоклассникам предстоит познакомиться друг с другом и построить свои отношения с одноклассниками. Часто затрудненные отношения со сверстниками замедляют процесс адаптации, так как, прежде всего адаптация заключается в появлении ощущения знакомого и привычного в прежде незнакомых условиях, незнакомой обстановке.

Следует отметить, что в период адаптации проявляются негативные изменения в поведении детей. Это может быть чрезмерное возбуждение и даже агрессивность, а может быть наоборот заторможенность, депрессивность. Может возникнуть и чувство страха, нежелание идти в школу и т.д. Изменение в поведении, как правило, отражают особенности психологической адаптации ребенка к школе.

Одна из основных задач, которые ставит перед ребенком школа, это необходимость усвоения им определенной суммы знаний, умений и навыков. И не смотря на то, что желание учиться практически одинаково у всех детей, реальная готовность к обучению очень различна. Поэтому у ребенка с недостаточным уровнем интеллектуального развития, с плохой памятью, с низким уровнем развития произвольного внимания, воли и других качеств, необходимых при обучении, будут самые большие трудности в процессе адаптации.

Суммируя факторы психологической адаптации ребенка, можно сказать, что основными показателями благоприятной адаптации являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности.

Конечно, и учитель, и родители заинтересованы в том, чтобы дети как можно быстрее и успешнее вошли в школьную жизнь, чтобы высокий уровень внутренней напряженности уступил место ощущению эмоционального комфорта.

Нам представляется возможным в значительной степени смягчить и ускорить процесс адаптации будущих первоклассников к школе. Для этого важно дать им возможность осознать, каким правилам поведения в школе они должны следовать, почему это важно, кого называют школьниками, подготовить к регулярному обучению в школе.

Таким образом, поступление в школу знаменует перелом в социальной ситуации развития ребенка. Став школьником, ребенок получает новые права и обязанности и впервые начинает заниматься общественно значимой деятельностью, от уровня выполнения которой зависит его место среди окружающих и его взаимоотношения с ними.

## **2. Готовность ребенка к школе.**

Готовность ребенка к школьному обучению – сложное системное образование, включающее помимо предметно – специфической готовности психологическую

готовность, предполагающую сформированность социальных и познавательных мотивов и определенный уровень развития общения; развития произвольности как умения ребенка планировать, регулировать контролировать свою деятельность в соответствии с принятым образцом; определенный уровень развития наглядно-образного мышления и начальных форм дискурсивного.

Не смотря на то, что в психологии нет единой точки зрения на природу готовности, ее структуру, можно утверждать, что все исследователи сходятся во мнении, что готовность к школьному обучению не сводится к наличию у ребенка системы некоторых исходных знаний, умений и навыков. Общепринятой является точка зрения о том, что готовность к школьному обучению предполагает разностороннее развитие личности ребенка. Это целый комплекс свойств и характеристик, описывающих наиболее значимые достижения в развитии ребенка в дошкольный период. Так, существует педагогическая и психологическая готовность детей к обучению в школе.

**Педагогическая** готовность – это запас знаний, умений и навыков, имеющийся у ребенка к моменту поступления в школу. Под этим, как правило, подразумевается умение читать, считать, пересказывать. Информация такого рода нужна учителям начальных классов, через руки которых проходит огромный поток 6 – 7 – леток при записи в школу. Она может быть полезна учителю при планировании уроков. Но эта информация не дает прогноза обучения даже на ближайшее время.

**Психологическая** готовность – это качественное своеобразие интеллектуального развития ребенка и некоторые особенности его личности, без которых невозможно успешно обучаться в массовой школе. Составители школьных учебных программ, как правило, рассчитывают на наличие у детей определенного уровня интеллектуального и личностного развития. Поэтому наличие этого уровня чрезвычайно важно при приеме ребенка в школу.

Готовность к школе формируется постепенно в общении со взрослыми и сверстниками, в игре, в дошкольном обучении, в посильном труде, т.е. подготавливается всем ходом жизни ребенка. Однако главная цель изучения готовности не сводится к оценке успешности развития ребенка в дошкольном возрасте. Изучение готовности - это попытка спрогнозировать возможности, особенности ребенка в следующем возрастном периоде - младшем школьном возрасте. Таким образом, готовность к обучению — это не только и не столько итог дошкольного развития, сколько исходный уровень развития младшего школьника.

Готовить ребенка к школе - это значит не только обеспечить количество определенных представлений, но и формировать качественные мыслительные способности. Рассматривают готовность к школе в таких сферах, как интеллектуальная, личностная и социально-психологическая, волевая.

### **3. Интеллектуальная готовность ребенка к школе.**

К старшему дошкольному возрасту, дети приобретают определенный кругозор, запас конкретных знаний, овладевают некоторыми рациональными способами обследования внешних свойств предметов. Детям доступно понимание общих связей, принципов и закономерностей, лежащих в основе научного знания. Но не следует в то же время переоценивать их умственные возможности. Логическая форма мышления еще не характерна для них. Даже приобретая черты обобщенности,

мышление остается образным, опирающимся на реальные действия с предметами и их «заместителями».

Интеллектуальная готовность к школе предполагает так же формирование у ребенка определенных умений. К ним, прежде всего, относится умение выделить учебную задачу и превратить ее в самостоятельную цель деятельности. Такая операция требует от поступающего в школу ребенка способности удивляться и искать причины замеченного им сходства и различия предметов, их новых свойств.

Обобщая вышесказанное и учитывая возрастные особенности развития познавательной сферы ребенка, можно говорить, что развитие интеллектуальной готовности к обучению в школе предполагает:

- дифференцированное восприятие;
- аналитическое мышление (способность постижения основных признаков и связей между явлениями, способность воспроизвести образец);
- логическое запоминание;
- интерес к знаниям, процессу их получения за счет дополнительных усилий;
- овладение на слух разговорной речью и способность к пониманию и применению символов;
- развитие тонких движений руки и зрительно-двигательных координаций.

#### **4. Личностная и социально-психологическая готовность к школе.**

Подготовка ребенка к школе включает формирование у него готовности к принятию новой социальной позиции - положение школьника, имеющего круг важных обязанностей и прав, занимающего иное, по сравнению с дошкольниками, положение в обществе. Эта личностная готовность выражается в отношении ребенка к школе, к учебной деятельности, к самому себе. Если ребенок не готов к социальной позиции школьника, то даже при наличии необходимого запаса умений и навыков ему будет трудно в школе. Личностная и социально-психологическая готовность к школе включает и формирование у детей таких качеств, которые помогали бы им общаться с одноклассниками, с учителем. Каждому ребенку необходимо умение войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать в одних обстоятельствах и не уступать в других. Эти качества обеспечивают адаптацию к новым социальным условиям.

Дети, предпочитающие играть со взрослыми, не способны долго слушать учителя. Часто отвлекаются на посторонние раздражители. Они, как правило, не выполняют задания учителя, а заменяют их своей собственной задачей. Поэтому успешность решения задач у таких детей крайне низкая. И, напротив, дети, которые в свободном обращении могут отвлекаться в конкретной ситуации и общаться со взрослыми на более и менее общие темы, более внимательны во время занятий, с интересом выслушивают задания взрослого и старательно их выполняют. Успешность решения задач у таких детей значительно выше.

Анализируя предпосылки, необходимые для успешного овладения учебной деятельностью, выделяют следующие параметры:

- умения детей сознательно подчинить свои действия правилу, обобщенно определяющему способ действия;
- умение ориентироваться на заданную систему требований;
- умение внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания,

предлагаемые в устной форме;

- умение самостоятельно выполнить требуемое задание по зрительно воспринимаемому образцу.

Таким образом, данный компонент предполагает развитие у детей потребности общения с другими, умение подчиняться интересам и обычаям детской группы, развивающиеся способности справляться с ролью школьника в ситуации школьного обучения.

## **5. Волевая готовность к школе.**

К шести годам происходит оформление основных элементов волевого действия: ребенок способен поставить цель, принять решение, наметить план действия, исполнить его, проявить определенное усилие в случае преодоления препятствия, оценить результат своего действия. Но все эти компоненты волевого действия еще не достаточно развиты. Выделяемые цели не всегда осознанны и устойчивы, удержание цели зависит от трудности задания, длительности его выполнения.

Первостепенное значение в формировании воли имеет воспитание мотивов достижения цели. Формирование у детей не боязни трудностей (принятия их), стремление не пасовать перед ними, а разрешать их, не отказываться от намеченной цели при столкновении с препятствиями поможет ребенку самостоятельно или при незначительной помощи преодолеть трудности, которые возникнут у детей в первом классе.

Таким образом, готовность к школе проявляется в том, что дети считают в школе главным, ценным, достойным. Готовые к обучению дети думают и хотят от школы того, к чему их приготовили, им нравится считать, читать и писать. Когда ребенок радуется тому, что он узнал, чему научился, можно сказать, что он действительно стал школьником.

**Памятки для родителей “Необходимые условия успешного воспитания и обучения школе.”**

Уважаемые родители!

1. Организуйте, пожалуйста, уголок школьника, поддерживайте в нём порядок.
2. Перед началом выполнения домашнего задания выключите радио, телевизор. Не мешайте детям излишними замечаниями, громкими разговорами.
3. Не сидите с ребёнком за уроками, но ежедневно проверяйте их. Учите задания выполнять быстро, чётко, не отвлекаясь.
4. Научите ребёнка обстоятельно готовиться к завтрашнему дню:
  - собрать школьные принадлежности ;
  - подготовить обувь, одежду.
5. Рационально организуйте режим дня :
  - уроки готовить в установленное время, в проветренном помещении ;
  - отдыхать на свежем воздухе ;
  - вовремя ложиться спать.
  - телевизор (компьютер) смотреть не более 1 часа.

6. К делам детей относитесь внимательно, доброжелательно, но вместе с тем, будьте требовательны к результатам его деятельности.

7. С самого начала учения вселяйте в детей веру и оптимизм : “Неудачи временны. То, что не получилось сегодня, получится завтра. ”

**Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки».**

1. Будьте ребёнку спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.
2. Не торопитесь. Умение рассчитать время – Ваша задача. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.
3. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было отметок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.
4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
5. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.
6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
7. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.
8. Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий – 10 минут перерыв.
9. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.
10. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...».
11. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.
12. Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педтактики решайте без него.
13. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.
14. Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.