

Первый раз - в первый класс. Как оказать ребенку помощь в адаптации к школе. Советы родителям.

Первое сентября долгожданный день для каждого первоклассника. Однако начало школьного обучения является практически для каждого ребенка сильным стрессом, так как поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребёнка и семьи. Это не только новые условия жизни и деятельности, но и новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется социальная позиция: был ребенком, теперь стал школьником.

В этот период некоторые дети бывают очень шумными, крикливыми, носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, другие наоборот, очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, при малейшем замечании, неудаче плачут. Иногда у детей наблюдаются нарушение сна, аппетита, учащаются простудные заболевания.

Конечно, не у всех адаптация к школе протекает с подобными отклонениями. Что же является наиболее сложным в этот период для первоклассников?

- Детям, прежде всего, очень непросто сориентироваться в пространстве школы, оно незнакомо для них;

- первоклассникам неизвестны правила поведения в школе, на уроках;

- кроме того, им предстоит познакомиться друг с другом и построить свои отношения с одноклассниками и учителями.

Адаптируясь к новым условиям и требованиям, первоклассник перестраивает свою эмоционально-волевую, познавательную и мотивационную сферы. От того, как он приспособится, зависит порой вся последующая школьная жизнь ребенка. Много на этом пути зависит от родителей первоклассника.

Совет первый:

самое главное, что вы можете подарить своему ребенку, — это ваше внимание.

Слушайте его внимательно! Так вы сможете понять, в чем малышу нужна ваша помощь, о чем следует поговорить с учительницей, что реально происходит с ребенком после того, как вы прощаетесь с ним у дверей школы.

Совет второй:

ваше положительное отношение к школе и учителям упростит ребенку период адаптации.

Для первоклассника учительница становится одним из самых главных взрослых в жизни. Мудрым поступком будет поддержать эту «влюбленность» ребенка и не ревновать. Сотрудничайте с учителями вашего ребенка, предлагайте помощь, проявляйте активность.

Совет третий:

ваше спокойное отношение к школьным заботам и школьной жизни очень поможет ребенку.

Видя родителей спокойными и уверенными, с каждым днем ребенок будет всё меньше бояться школы.

Совет четвертый:

помогите ребенку установить отношения со сверстниками и чувствовать себя уверенно.

Хвалите ребенка за общительность, радуйтесь вслух его новым школьным знакомствам. Поговорите с ним о правилах общения со своими ровесниками, помогите стать вашему ребенку интересным другом.

Совет пятый:

помогите ребенку привыкнуть к новому режиму жизни.

Если до начала школьного обучения у ребенка не было режима дня, то постарайтесь мягко ввести его и четко придерживаться. Помните, что ваша дочь или сын в этом возрасте нуждаются в регулярном, продолжительном сне. Ослабленным детям необходим на период адаптации и дневной сон.

Совет шестой:

мудрое отношение родителей к школьным успехам исключит треть возможных неприятностей ребенка.

Хвалите ребенка за его школьные успехи. Ни в коем случае не сравнивайте его результаты с достижениями других детей. Сравнивать ребёнка можно только с ним самим, отмечать его, пусть даже самые маленькие, успехи.

И помните, никакое количество «пятерок» не может быть важнее счастья вашего ребенка.