

## **КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ**

С переходом к обучению в школе детей с 6 лет многие отечественный психологи начали уделять особое внимание психологической готовности к обучению в школе. Каковы ее компоненты?

- Личностная готовность (или мотивационная) включает в себя стремление ребенка к новой социальной позиции школьника, ориентацию на учебное содержание.

- Волевая готовность связана с развитием произвольности и со способностью действовать по правилам.

- Интеллектуальная готовность включает овладение средствами познавательной деятельности, умственную активность ребенка.

Необходимо помнить, что поступление в школу – это новый этап в жизни ребенка. Многие дети с трепетом и волнением переступают порог школы. Ведь их личность стала занимать более значимую социальную позицию – школьника. Это торжественное событие иногда омрачается тревогой, страхом неизвестности. Чтобы избежать негативных эмоций у первоклассников, помочь им адаптироваться к школе необходимо признать за ребенком его право на:

- Ошибку – и ребенок с радостью станет брать на себя ответственность и исправлять ошибки.

- Тайну – и тогда ребенок сам признается в самом серьезном проступке.

- Ложь – и наказание будет излишним.

- Непохожесть – и тогда у ребенка станет меньше недостатков.

### **Как НЕ надо вести себя**

#### **родителям будущего первоклассника:**

- ☞ отдавать ребенка в школу, прекрасно зная, что он не справится с учебной нагрузкой;

- ☞ показывать, что школа – это только его дело;

- ☞ подчеркивать зависимость ребенка от родителей;

- ☞ быть равнодушным к достижениям ребенка и к тем вопросам, которые его волнуют.

### **Как НАДО вести себя**

#### **родителям будущего первоклассника:**

- ☞ поддерживать ребенка, отмечать его достижения и демонстрировать вашу веру в него;

- ☞ любить, как прежде, может быть немного больше, и демонстрировать свою любовь;

- ☞ интересоваться жизнью ребенка.

### **Как построить день первоклассника?**

Допустим. Ребенок находится в школе с 8 до 14 часов.

- Затем он приходит домой – обедает.
- После этого он 2 – 3 часа может заниматься своим любимым делом, гулять на улице, помогать по дому.
- Выполнение уроков (лучше их делать в одно и то же время).
- Поскольку утомляемость первоклассников высока, то лучше каждые 30 минут делать перерыв: полить цветы, покормить рыбок, съесть яблоко и т.п.
- Уроки следует начинать с самого простого задания, затем самые сложные, а в конце – самые приятные.
- Если есть возможность, то после выполнения уроков лучше погулять. Свежий воздух – спасение для ребенка.
- Телевизору лучше уделять совсем мало времени.
- Первокласснику желательно ложиться спать в одно и то же время, не позже 9 часов. Тогда утром не будет проблем со вставанием.

*Помните, что вам не удастся никогда создать мудрецов, если  
будете убивать в детях шалунов!*  
(Ж.Ж. Руссо)

### **Выполнение домашних заданий.**

Выполнение домашних заданий в младших классах не значительно влияет на успеваемость, но помогает со временем развивать такие необходимые для обучения качества, как настойчивость, прилежание и способность терпеливо ожидать результатов.

### **Стратегии**

#### **облегчения выполнения заданий.**

1. Организуйте рабочее место для выполнения заданий на дом, чтобы помочь ребенку осознать важность выполнения заданий. Это должно быть спокойное место с хорошим освещением и со всем необходимым (ручки, карандаши и т.д.).
2. Периодически в течение года беседуйте с учителем, чтобы узнать его требования.
3. Установите распорядок занятий. Выберите удобное для ребенка время выполнения заданий и придерживайтесь его.
4. Объясните ребенку, что выполнение заданий на дом обязательно и других вариантов нет.
5. Прививайте ребенку навыки планирования. Покажите ребенку, как составлять перечень того, что нужно сделать в порядке приоритетности и по мере выполнения вычеркивать их.
6. Во время выполнения заданий будьте рядом с ребенком, но предлагайте свою помощь только тогда, когда она действительно необходима.
7. Разделите задание на легко выполнимые части.
8. Установите штрафные санкции сразу же после первого невыполнения домашнего задания и придерживайтесь их.

### **Список литературы:**

1. Баданина Л. П. Адаптация первоклассника: комплексный подход // Начальная шк. плюс до и после. - 2007. - N 12. - С. 59-62.
2. Ивановская О. Г. Чем вызваны трудности школьной адаптации у первоклассников // Начальная шк. – 1999. - N 1. - С. 61-63.
3. Практическая психология образования/Под ред. ИВ. Дубровиной: Учебник для студентов высших и средних учебных заведений. –М.: ТЦ «Сфера», 2000. – 528с.