

## **Успешность адаптации.**

### **Рекомендации родителям первоклассника.**

Трудности в адаптации испытывает каждый ребенок. Новый режим дня, новые требования, множество правил, которые надо запомнить, - все это надо усвоить, принять, приспособить к себе.

Школа с первых дней жизни ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии.

Кроме того ребята не сразу усваивают новые правила поведения со взрослыми, не сразу признают позицию учителя и устанавливают дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям.

И Вы, родители можете помочь своему ребенку в этот сложный для него период.

### **Не будьте так строги!!!**

Бывает так, что нормальные средние успехи ребенка воспринимаются родителями как неудачи. Реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. Как следствие растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих.

Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют их несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют малыша. Это приводит к еще большему торможению развития.

### **Осторожней с оценками**

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка родителей. Его надо не просто хвалить ( а поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда когда он что-то делает. Соблюдайте при этом такие правила:

1. Ни в коем случае не сравнивайте посредственные результаты вашего ребенка с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных учеников.

2. Хвалите ребенка за улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем -2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителям.
3. Замечайте все малейшие достижения ребенка, оценивайте не ребенка, а его поступки.
4. Беседуя о неудачах, отмечайте, что все это временно, поддерживайте активность ребенка в преодолении различных трудностей.

### **Уважайте новую жизнь ребенка**

1. Не старайтесь увидеть в ребенке десятиклассника. Будьте готовы, что учеником он станет спустя некоторое время. Парта, ранец, тетради еще не делают из него ученика.
2. Уважайте новую жизнь ребенка. Теперь уже не вы решаете, с кем он сидит за одной партой, какими должны быть его взаимоотношения с учительницей и одноклассниками. Все это теперь его собственные уроки жизни, которые, поверьте, важнее школьного расписания.
3. Меньше отвечайте за его пребывание в школе и больше - за пребывание дома. Дом теперь приобретает для ребенка гораздо большее значение, чем раньше.
4. Старайтесь не демонстрировать возможностей ребенка перед сверстниками. Важнее, чтобы он почувствовал себя равным другим, хотя бы в первом классе.
5. Беседуйте с ребенком, спрашивайте его об уроках, которые сегодня предстоят. То есть проявляйте уважение к школе как к самому важному делу вашего ребенка.
6. На первых порах просите ребенка «подсказать» Вам, как дойти до дома. Советуйтесь: а что если мы пройдем по другой улице? Ребенку важно, проведя несколько часов в школе почувствовать пространство. Просто побыть в движении.
7. Очень важно уважение к миру ребенка. Не заглядывайте в ранец без его ведома. Он должен быть уверен, что отныне без его разрешения никто не будет трогать вещи принадлежащие ему.

### **Что делать, если ребенку трудно дается выучивание стихов, или учительница жалуется, что он не запоминает материал, который она дает на занятиях?**

В данном случае можно многого достичь, используя для запоминания специальные приемы. Важнейший из них - образное представление того, что требуют запомнить, привлечение самых разнообразных ассоциаций. Одна из

методик, помогающих научиться этому, основана на обучении ребенка созданию рисунков, отражающих выучиваемый материал. Проводиться она так.

Ребенку предлагают «поиграть в интересную игру»:

-Я буду рассказывать тебе короткие истории, а ты их будешь запоминать. Чтобы ничего не забыть ты к каждой такой истории нарисуешь простую картинку.

Затем даются для запоминания несколько простых не связанных между собой фраз, например: «Волк выбежал из леса. Девочке подарили куклу. Коля и Маша играли во дворе. Вчера шел дождь, а сегодня светит солнце». После каждой фразы («истории») делается небольшая пауза, чтобы ребенок успел нарисовать рисунок для ее запоминания. Нужно объяснить ему, что рисунки должны быть как можно проще, что не надо стараться сделать их красивыми и подробными: это не занятия рисованием, а игра на запоминание. Главное-это сделать рисунок побыстрее. Если ребенок слишком увлекается самим процессом рисования, (а поначалу это почти неизбежно), то следует остановить его, сказав: «По-моему того, что ты нарисовал уже достаточно для того, чтобы запомнить. Теперь слушай следующую историю».

При создании первых рисунков потребуется помощь взрослого. Скорее всего ему придется подсказать их содержание и побудить ребенка ограничиваться предельно схематическим изображением.

В одно занятие не следует давать более трех-четырёх фраз. Вспоминать их можно в тот же день через несколько часов или на следующий день. Ребенку дают его рисунки, и он «читает» по ним рассказанные ему «истории».

**Как помочь несобранному, неорганизованному ребенку? Что делать если он ничего не доводит до конца, начинает и бросает, не умеет сосредоточиться, невнимателен?**

Надо учить ребенка планировать свои действия. Оно должно стать обязательным, но коротким этапом, предваряющим каждое действие. «Расскажи, как ты будешь это делать»