

Первый раз – в первый класс.

Поступление в школу вносит в жизнь ребенка большие изменения. Беззаботный период, наполненный веселыми играми, сменяется уроками, необходимостью ежедневного умственного труда, требующего от первоклашки повышенного внимания и усидчивости. А ведь еще нужно найти «общий язык» с учителем, многочисленными одноклассниками, научиться быть дисциплинированным, соответствуя новым правилам. Психика еще недавнего малыша напрягается, ей требуются время и помощь, чтобы перестроиться и свыкнуться с теперешними условиями. Этот период привыкания и овладения новыми навыками называется адаптационным и может длиться от двух недель до полугода. Продолжительность его связана с индивидуальными особенностями ребенка, уровнем готовности к школьному обучению и степенью развития социальных навыков. Очень многое в этот непростой жизненный период зависит от поддержки и понимания со стороны родителей. Предлагаю несколько советов, которые помогут вам вместе справиться с возникшими трудностями.

- Не сравнивайте своего ученика с другими, более успешными сверстниками. Такое поведение приведет лишь к снижению уверенности первоклассника в себе и школьным страхам.
- Отправляя ребенка в школу, никогда не прощайтесь с ним словами предупреждения. Не нужно говорить: «Смотри, чтоб без двоек» «Не балуйся» или «Знаю, все равно ничего не будешь делать» и т.п. Заданная установка приведет именно к таким нежелательным действиям. Лучше пожелайте ему удачного дня и не поскупились на несколько ласковых слов.
- Будьте в курсе, комфортно ли ребенку в классе, нет ли сложностей в общении с другими ребятами, не нужна ли ему помощь в налаживании отношений с ними.
- Помогайте с уроками, учите, как их правильно выполнять, но не делайте это вместо него.
- Научите сосредотачиваться и удерживать внимание.
- Хвалите, подчеркивайте его успехи, поддерживайте при неудачах, объясняйте, что каждый может ошибаться. Ребенок должен понимать, что ошибка – это повод все исправить, и не терять веру в свои силы.
- Будьте внимательны к ребенку, если видите, что он хочет с вами чем-то поделиться — выслушайте. А если не высказывает желания обсуждать пройденный день — не заставляйте.
- С началом школьной жизни, у первоклассника появляется новый авторитет — учитель. Уважайте мнение ребенка о нем, не допускайте при нем никакой критики школы или учителя.
- Не садитесь за уроки сразу после учебного дня. Несмотря на то, что учеба полностью меняет ритм жизни, сделайте так, чтобы у ребенка оставалось время для игр и отдыха.
- Во время выполнения упражнений делайте небольшие паузы, чтобы ребенок мог немного отдохнуть.
- Решайте возникающие педагогические проблемы без него, при необходимости советуясь с учителем или психологом.
- Начинайте и заканчивайте день чем-то приятным.

Действуя в подобном позитивном ключе, вам удастся не только совместными усилиями незаметно преодолеть адаптационный период, но и поддержать детскую индивидуальность, способствовать ее дальнейшему развитию.