

# КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ В ПЕРВЫЙ ГОД ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ

Начало обучения в школе - один из самых серьезных моментов в жизни ребенка, связанный с большим количеством разного рода нагрузок: перемены в жизни ребенка - новые друзья, новые отношения, новые обязанности, новая роль «ученика», со своими плюсами и минусами.

Обычно от поступления ребёнка в школу родители ожидают очень многого. Например, что 1-го сентября их ребёнок, изменится и станет «настоящим первоклассником»: будет с удовольствием ходить в школу, делать уроки, читать книги, интересоваться учёбой, а не игрой. Но родителям важно понимать, что невозможно стать учеником в один прекрасный момент. Должно пройти время, прежде, чем ребенок станет настоящим школьником.

*Адаптация ребёнка к школе занимает не один день и не одну неделю, это процесс длительный и сложный.* И здесь очень важно, как будет происходить первый этап адаптации ребёнка к школе: какую линию поведения выберут сопровождающие его на этом этапе взрослые - учителя и родители. Очень важной является поддержка взрослых - мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

**На что стоит обратить внимание родителям, чтобы узнать, как адаптируется к школе их ребенок?**

1. **Насколько успешно ребенок справляется с нагрузками.** Начало обучения первоклассника связано с большими нагрузками. Необходимость следовать новым правилам поведения, сосредоточенно заниматься в течение урока, выполнять домашние задания – всё это создаёт значительное напряжение для нервной системы ребёнка. Родители должны помнить, что возможности детского организма не безграничны, и длительное напряжение, связанное с ним утомление и переутомление могут стоить ребенку здоровья. Нельзя заставлять ребенка посидеть за учебной работой "еще часок", важно *соблюдать режим дня*. Не стоит отдавать ребенка в секцию или кружок одновременно с поступлением в школу. Поступление в 1-й класс – стресс, поэтому дополнительные занятия в этот период могут нанести вред здоровью ребенка. Не стоит в этот период давить на ребенка (чтобы "скорее привык к учению"), *а максимально бережное, щадящее и ободряющее отношение взрослых - только этим мы можем помочь ребенку*. В первое время ребёнок находится как бы на границе школьного и дошкольного возраста, и переступит он эту границу не сразу. Ребёнку необходимо понять, в каких ситуациях он должен быть школьником (например, на уроке, во время выполнения домашнего задания), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования являются реальными и абсолютно выполнимыми для ребёнка. От родителей же требуется *предъявить ему разумные ограничения в том, что касается учёбы (понятно, что школа и домашние задания требуют всё-таки школьных форм поведения и более серьёзного отношения) и терпимо относиться к проявлению «дошкольничества»*. Многим детям в период адаптации к школе свойственно даже некоторое усиление интереса к игре. Это естественное явление, помогающее, кроме всего прочего, снять напряжение. Роль игры в жизни ребёнка с возрастом уменьшается, но если стараться её искоренить, это не принесёт никакой пользы первокласснику. У каждого ребёнка свой темп развития, и каждый перестаёт играть в своём возрасте.

2. **Насколько легко ребенок справляется с программой.** Если ребенок удовлетворен процессом обучения, ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов – это значит, что он успешно адаптировался. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, **необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми.** Все дети разные. Признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после попыток выполнить задание самому. Частенько родители слишком усердно "помогают" ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их. Очень важно **опираться на желание первоклассника учиться.** Как правило, большинство детей идет в первый класс, горя желанием стать школьниками. Важно всячески поддерживать это желание. Если родители искренне интересуются школьной жизнью ребенка, расспрашивают его о школе, делятся с ним своим школьным опытом, это, безусловно, укрепляет учебную мотивацию ребенка. На начальном этапе адаптации к школе для ребенка особенно необходимо ощущение собственной успешности. Оно значительно облегчает трудности адаптации и способствует повышению учебной мотивации. Вот почему на первых порах для первоклассника особенно **важно поощрение родителей.** Но хвалить ребенка – это не просто называть его молодцом или умницей. **Поощрение должно быть конкретным: необходимо хвалить не ребенка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности.**

3 **Насколько успешно ребенок привыкает к новому коллективу.** Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его **удовлетворенность отношениями с одноклассниками и учителем.** В этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Конечно, школьная жизнь – это не только радостные моменты. Иногда ребенок бывает грустным, обиженным, рассерженным на школу, учителя, одноклассников. Важно дать ребенку возможность выразить негативные чувства. Первокласснику **необходимо родительское понимание.** Если кто-нибудь из родителей внимательно выслушает его, признает, что обучение в школе действительно может быть трудным, что нелегко привыкнуть к новым людям, к требованиям, тем самым он поможет ребенку освободиться от гнетущих мыслей и чувств.

**Привыкание к новому образу жизни у всех детей происходит по-разному.**

**Большинство детей адаптируются в течение первых двух месяцев обучения.** Они относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в классе, приобретают новых друзей; у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют требования учителя. Конечно, им еще трудно выполнять все требования правил поведения; но к концу октября такие дети обычно осваиваются и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым распорядком дня. **Другим нужно больше времени;** они и месяц, и другой, и третий могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируя на

замечания учителя (или, наоборот, реагируя "как маленькие" - слезами и истерикой). И с освоением учебной программы у них дела складываются не просто. Лишь к концу первого полугодия их поведение становится "правильным".

*Третьим необходимо значительно больше времени.* У таких детей к значительным трудностям в учебных делах прибавляются трудности более серьезного характера. У них проявляются негативные формы поведения, резкие выбросы отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя, товарищи, родители. Часто такие дети становятся отверженными в коллективе класса, а это рождает реакцию протеста - они задираются на переменах, кричат, плохо ведут себя на уроке. Если вовремя не разобраться в причинах такого поведения, это может привести к нервному срыву и нарушению психического здоровья. Поэтому, *если поведение ребенка очень беспокоит учителя и родителей, стоит обратиться к детскому психологу, а в случае острой необходимости и к врачу-психоневрологу.*

Быть родителями первоклассника действительно не просто. Бывает, что не хватает терпения, выдержки, в занятиях с ребёнком. Порой забывается, как трудно осваивать совершенно новую деятельность.

**Мы желаем вам удачи в воспитании детей, здоровья вам и вашему ребенку и надеемся на сотрудничество.**

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

- Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
- Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
- Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
- Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
- Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
- Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
- Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
- С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
- Учение — это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.