

Адаптация первоклассников

Начало обучения в школе – один из наиболее значимых моментов в жизни человека. Учение – это нелегкий и ответственный труд. Ребенок учится выполнять новые обязанности, расширяется круг общения. Для ребенка очень важна искренняя заинтересованность родителей в его школьных делах, слова поддержки и участия. У ребенка формируется высокая самооценка, когда он получает частые похвалы учителя и родителей. Ребенку очень важно хотя бы в чем-то, в каких-то учебных действиях быть одним из лучших, знать, что он что-то может делать хорошо.

Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться хорошо, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимая их причины. Длительный неуспех обычно приводит к значительному снижению самооценки детей. В дальнейшем ребенок может воспринимать свои школьные неудачи как неумение «быть хорошим». Систематические ситуации неуспеха приводят к появлению у детей тревожности, агрессивности, трудности в общении со взрослыми и сверстниками, уход в болезни. Ребенку необходимо объяснить, что когда человек учиться, у него может что-то сразу не получаться. Необходимо помочь ребенку поверить в себя и в свои силы.

Для первоклассника самой значимой фигурой становится учитель. Его похвала или порицание часто более важны, чем тот же отзыв, полученный от родителей.

Адаптация – это приспособление к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности. За первый год обучения ребенок делает огромные шаги не только в интеллектуальном развитии, но и в адаптации к незнакомому миру школы.

Дети по разному реагируют на смену обстановки: некоторые становятся более шумными, рассеянными, другие робкими и зажатыми. Может нарушаться сон, аппетит, часть детей испытывает желание вернуться в детство. Поэтому в адаптационный период необходимо быть особенно внимательными к ребенку.

Ребенку необходимо чувствовать свою нужность и вашу заботу. У первоклассника обязательно должно оставаться достаточно времени для игровых занятий и физической активности. Для восстановления сил ребенка и его работоспособности необходим спокойный и глубокий сон не менее 8 – 10 часов.

Поддержка ребенка в сложных ситуациях и положительные установки по отношению к учебе, которые транслируют родители, помогут первоклассникам лучше адаптироваться к школьной жизни.