

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Журавлёвская школа» Симферопольского района Республики Крым  
ОКПО 00830061 Код ОГРН 1159102024146 ИНН/КПП9109009819/910901001  
ул. Мира,15-а, с. Журавлёвка, Симферопольский район, Республика Крым, 297512,  
тел. (3652) 325-183, e-mail:[zhuravlevka.simferopolskiy@mail.ru](mailto:zhuravlevka.simferopolskiy@mail.ru)

---

## Родительское собрание

### 1 класс

# "Психологические особенности периода адаптации, формы родительской помощи и поддержки первоклассника".

Октябрь, 2021год

Подготовила и провела Ленивкина Т.Н.

Начало обучения в школе – важнейший этап в жизни ребёнка и его родителей. От чего зависит успех обучения? Что может помочь более полноценному развитию школьника? Какая роль принадлежит родителям, учителю в формировании учебной деятельности? Эти и многие другие вопросы волнуют родителей первоклассников. Однозначно на все вопросы ответа, конечно, нет, но можно попытаться найти информацию, советы, опыт, рекомендации, которые помогут избежать ошибок в воспитании и обучении ребёнка, помочь ему стать успешным. Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребёнка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни: надо систематически и напряжённо трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя и т.д. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Период адаптации в школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников.

#### **Адаптация первоклассников к школе.**

Термин "адаптация" имеет латинское происхождение и обозначает приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды. Понятие адаптации непосредственно связано с понятием "готовность ребенка к школе" и включает три составляющие: адаптацию физиологическую, психологическую и социальную, или личностную. Все составляющие тесно взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения, самочувствии и состоянии здоровья первоклассника, его работоспособности, умении взаимодействовать с педагогом, одноклассниками и подчиняться школьным правилам. Успешность усвоения программных знаний и необходимый для дальнейшего обучения уровень развития психических функций свидетельствуют о физиологической, социальной или психологической готовности ребенка.

Адаптация - процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если

научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы; темперамента; черт характера; адаптационных способностей.

Школа является первым институтом социализации ребенка, в котором он осваивает необходимый ему социальный опыт. И в этом опыте можно выделить три главных момента: знания и умения, взаимодействие со сверстниками (с людьми близкого социального статуса), взаимодействие с педагогами (с людьми более высокого в данной ситуации статуса). Какой из них главный? Понятно, что выделить главное невозможно: успешность их освоения взаимосвязана. На этапе адаптации первоклассника к школе – это три основных направления работы педагогов и, надеюсь, родителей. Детям важно суметь не только познакомиться, но и установить дружеские связи. Дети делают это разными способами. Важная проблема – научить ребенка реагировать на конфликты, потому что в детской среде они обязательно будут. Некоторые родители считают, что конфликты недопустимы. Они свидетельствуют о плохо организованном воспитании. Психологи считают, что полное отсутствие конфликтов приведет к формированию неуверенности в себе. Со стороны родителей важно грамотно реагировать на сообщение о случившемся у ребенка конфликте. Главное здесь – не обещать ребенку наказать обидчика или обвинить его самого, а оказать ребенку поддержку – ресурс, при помощи которого он смог бы разрешить конфликт самостоятельно. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы детей похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека. Успехи ребёнка сравнивать с его предыдущими неудачами, а не с отметками в тетради. Одолевать трудности нужно, начиная с какой – то одной, а не бороться со всеми одновременно. Чтобы избавить ребёнка от недостатков, замечайте их по возможности реже. Не скупитесь на похвалу, научитесь выделять в море ошибок островок успеха.

Тренинг “Снежинка” Сейчас мы выполним с вами интересное упражнение. Главное условие, не смотреть ни на кого и слушать мою инструкцию. Перед Вами у каждого на столе лежит лист. Все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее: - сложите лист пополам - оторвите правый верхний уголок - опять сложите пополам - снова оторвите правый верхний уголок - сложите лист пополам - оторвите правый верхний уголок Продолжите эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я попрошу Вас найти и среди остальных снежинок точно такую же, как у вас. Снежинки должны быть совершенно одинаковые. Нашли? А почему? Как вы думаете? Мы – взрослые люди ПРИ ОДИНАКОВЫХ УСЛОВИЯХ делаем все по- разному. Отсюда второе наше правило:

Дети все разные. Различны их способности, возможности и личностные качества. Никогда не сравнивайте своего ребенка с другим! Признайте за своим первоклассником право на индивидуальность, право быть другим. Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные даже по биологическому возрасту - девочки обычно старше ровесников-мальчиков. Нет кого-то или чего-то лучше или хуже. Есть ДРУГОЕ! Мы будем сравнивать, но только это будут результаты одного и того же ребенка вчера, сегодня и завтра. Это называется МОНИТОРИНГ. Это мы будем делать для того, чтобы ЗНАТЬ, КАК И ЧТО ДЕЛАТЬ С ЭТИМ ЗАВТРА. Это мы будем делать для того, чтобы расти каждый день. Причем не только в учебе, но и в поступках. Прислушайтесь к советам психолога. Совет первый: самое главное, что вы можете подарить своему ребенку - это ваше внимание. Выслушайте его рассказы о школе, задавайте уточняющие вопросы. И помните: то, что кажется вам не очень важным, для вашего сына или дочери может оказаться самым волнующим. Если ребенок увидит ваш интерес к его делам и заботам, он почувствует поддержку. Слушая внимательно, вы

сможете понять, в чем ребенку нужна помощь, о чем следует поговорить с учителем (без ребенка).

Совет второй: ваше положительное отношение к школе и учителям упростит ребенку период адаптации. Даже если лично у вас, как у родителей, есть какие – то вопросы к учителям, вам кажется, что нужно что – то делать по другому, все трения должны оставаться между взрослыми. Очень вредны негативные или неуважительные высказывания о школе и об учителях «в семейном кругу», это значительно усложнит адаптационный период, подорвет спокойствие ребенка и уверенность в заботе и согласии между важными для него взрослыми людьми.

Совет третий: ваше спокойное отношение к школьным заботам и школьной жизни очень поможет ребенку. Видя родителей спокойными и уверенными, ребенок почувствует, что бояться школы не нужно.

Совет четвертый: помогите ребенку установить отношения со сверстниками и чувствовать себя уверенно. Особенно это важно для детей, не посещавших детский сад. Объясняйте правила общения со сверстниками, учите помогать друзьям. Хвалите его за общительность, радуйтесь школьным знакомствам. Объясните, что внимание взрослых распределяется на всех одинаково. Учите дружить.

Совет пятый: помогите ребенку привыкнуть к новому школьному режиму. Ребенок привыкает к школе не только психологически, но и физически. С началом школьного обучения резко увеличивается нагрузка на нервную систему, позвоночник, слух, зрение. Если до этого вы придерживались режима дня, то постарайтесь мягко ввести «обновленный». Помогите научиться жить по новому расписанию.

Совет шестой: мудрое отношение родителей к школьным результатам исключит треть возможных неприятностей ребенка. Вы должны знать, что обучение в 1 классе безотметочное. И не следует результаты «волшебных линейчек», смайлики, медали переводить в баллы. А уж тем более эти результаты переносить на себя, воспринимать как удар по родительской самооценке. Школьные успехи важны, но это не вся жизнь вашего ребенка. Хвалите ребенка за успехи помогайте со сложностями. Научите ребенка адекватно оценивать себя и свою работу.

Совет седьмой: ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не выработать у ребенка страх перед ошибкой. Чувство страха - плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания. Помните: для ребенка что-то не уметь и что-то не знать - это нормальное положение вещей. На то он и ребенок. Этим нельзя попрекать.

«Ладонка» Уважаемые родители, покажите мне ладошку. А теперь попробуйте сделать одной ладошкой хлопок. Скажите, удалось ли вам выполнить мою просьбу? Почему? Нужна вторая ладошка. Хлопок – это результат действия двух ладоней. Учитель - это только одна ладошка. И какой бы сильной, творческой и мудрой она не была, без второй ладошки (а она в Вашем лице, дорогие родители) учитель бессилен. Отсюда можно сделать вывод: - только сообща, все вместе, мы преодолеем все трудности в воспитании и учебе детей. И запомните самое главное. Ваши дети – это теперь и мои дети. Но МОИ они только четыре года, а ВАШИ до конца ваших дней. Свою достойную старость вы готовите сегодня, и я готова Вам в этом помочь... Давайте вместе заботиться, помогать, слышать и слушать друг друга, и у нас всё получится.

#### **Нельзя:**

- Будить ребёнка в последний момент перед уходом в школу;
- Кормить ребёнка перед школой и после неё сухой пищей, бутербродами;

- Сразу после школьных уроков выполнять домашние задания;
- Заставлять ребёнка спать днём после уроков и лишать его этого права;
- Ждать папу и маму, чтобы начать выполнение домашних заданий;
- Сидеть у телевизора и за компьютером более 40-45 минут в день;
- Смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры;
- 

**Нельзя:**

- Лишать игр на свежем воздухе из-за плохих отметок в школе;
- Не делать оздоровительных пауз во время выполнения домашних заданий;

Не проявлять двигательную активность в свободное от уроков время

**Нельзя:**

- Требовать от ребёнка только отличных хороших результатов в школе, если он к ним не готов;
- Кричать на ребёнка вообще и во время домашних заданий в частности;
- Заставлять многократно переписывать в тетрадь из черновика;
- Ругать ребёнка перед сном;
- Разговаривать с ребёнком о его школьных проблемах зло и назидательно;
- Не прощать ошибки и неудачи ребёнка.

**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.

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.