Родительское собрание

Тема: **«Трудности адаптация первоклассников в школе»**

Цель: объединение усилий школы и семьи по “снятию” адаптационных проблем ребенка - первоклассника.

Задачи:

1. Познакомить родительский коллектив с особенностями адаптации детей к первому году обучения в школе
2. Предложить практические советы по адаптации ребенка к школе.
3. **Вступительное слово.**

Школа.…  Для всех она является важной вехой на жизненном пути. Порой мы с ностальгией вспоминаем свои школьные годы: как впервые сели за парту, свой первый, последний  звонок, первые успехи и неудачи...

      А теперь вы с трепетом ведете в первый класс своего ребенка.  Наряду с чувством радости и гордости вам немного тревожно. И чувства эти вполне оправданы. Ведь первый класс - это значительные  перемены в жизни малыша. Он вынужден проститься с привычным для него укладом жизни и порядком вещей  и вступить  в новый мир, в котором его ждут не только новые и увлекательные открытия, но и трудности.

   Период адаптации к школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни ребенка, так как изменяется вся его жизнь: с этого момента все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. А это нелегкое испытание для еще не совсем сформировавшейся психической, физической и эмоциональной сферы ребенка.

С каким настроем начинают новый виток в своей жизни? Как произошла встреча ребенка со школой? Какие у них сложатся отношения? Понравится ли ему  учиться? Во многом это все зависит от того как пройдет процесс адаптации первоклассника к школе.

1. **Основная часть**

Адаптация первоклассников

* *Что такое адаптация к школе и сколько она длится?*

Адаптация – это перестройка организма, направленная на приспособление к новым условиям. Адаптация первоклассника к школе может длиться от двух до шести месяцев.

**Адаптация ребенка к школе** происходит не сразу. Не день и не неделю нужно для того, чтобы привыкнуть к школе по-настоящему. Это достаточно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

* *Физиологическая адаптация*

Первые 2-3 недели обучения получили название "физиологической бури". В этот период дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют. Неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия. Период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением. Многие родители склонны недооценивать сложность периода физиологической адаптации первокласcников. Тем не менее, некоторые дети худеют к концу 1-ой четверти, у многих отмечается снижение артериального давления (что является признаком утомления), а у некоторых - значительное его повышение (признак переутомления). Проявлениями трудностей привыкания и перенапряжения организма могут стать также капризность детей дома, снижение способности к саморегуляции поведения.

* *Академическая адаптация*

Академическая адаптация характеризует степень соответствия поведения ребёнка нормам школьной жизни: принятие требований учителя и ритма учебной деятельности, овладение правилами поведения в классе, отношение к школе, достаточная познавательная активность на уроках и т.д.

* *Социальная адаптация*

Социальная адаптация отражает успешность вхождения ребёнка в новую социальную группу в виде принятия ребёнка одноклассниками, достаточного количества коммуникативных связей, умения решать межличностные проблемы и т.д.

* *Личностная адаптация*

Личностная адаптация характеризует уровень принятия ребёнком самого себя в новой социальной роли «Я – ученик»), и выражается в виде соответствующих самооценки и уровня притязаний в школьной сфере, стремления к самоизменению и др.

То, что было значимым раньше, становится второстепенным, а то, что имеет отношение к учебе, становится более ценным. В период 6-7 лет происходят серьезные изменения в эмоциональной сфере ребенка. Интеллектуальное развитие ребенка, его развивающаяся способность к обобщению влекут за собой и обобщение переживаний. Таким образом, цепь неудач (в учебе, в общении) может привести к формированию устойчивого комплекса неполноценности. Такое "приобретение" в 6-7 лет самым негативным образом влияет на развитие самооценки ребенка, уровня его притязаний.

*Когда можно считать, что адаптация ребенка к школе проходит успешно?*

**Признаки успешной адаптации к школе.**

* ребенок весел, спокоен;
* быстро находит приятелей среди одноклассников;
* хорошо отзывается об учителях и ровесниках;
* без напряжения выполняет задания;
* легко принимает правила школьной жизни;
* новый режим дня для него комфортен (не плачет по утрам, нормально засыпает вечером и т.д.);
* у ребенка нет страхов по поводу сверстников и учителей;
* он адекватно реагирует на замечания учителя.

*Что должно насторожить родителей?*

**Признаки дезадаптации.**

* усталый, утомлённый внешний вид ребёнка;
* нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне;
* стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы;
* нежелания выполнять задания;
* негативные характеристики в адрес школы, учителя, одноклассников;
* жалобы на те или иные события, связанные со школой;
* беспокойный сон;
* трудности утреннего пробуждения, вялость;
* постоянные жалобы на плохое самочувствие.

***Как помочь ребенку?***

* В первые недели обучения первоклассника в школе важно помочь ребёнку поверить в себя, в свои силы и возможности.
* Проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ваш ребёнок. Очень полезно ребенка просто послушать.
* Не критикуйте своего малыша, даже если он плохо пишет, медленно считает, неаккуратен. Критика, особенно при посторонних людях, только усилит его проблемы.
* Учитывайте темперамент своего ребенка в период адаптации к школьному обучению. Активным детям тяжело долго сидеть на одном месте, медлительным сложно привыкать к школьному ритму.
* Поощряйте ребенка не только за учебные успехи. Любое моральное стимулирование, слова поддержки со стороны взрослых помогают ребёнку почувствовать себя значимым в той или иной деятельности.
* Никогда ни с кем не сравнивайте своего ребёнка — это приведет либо к повышенной гордости, либо к зависти и падению самооценки. Сравнивать можно только новые успехи вашего ребенка с его прежними достижениями.

**Успех адаптации в школе во многом зависит от родителей, а учителя и психологи вам обязательно помогут.**

1. **Заключительная часть**

Уважаемые родители, для выявления трудностей адаптации вашего ребёнка прошу вас заполнить анкету и отдать классным руководителям.

Для вас уважаемые родители я приготовила буклеты с советами, которые помогут вашему ребенку легко адаптироваться к обучению в 1 классе, а школа станет тем местом, где он будет воспринят таким, какой он есть со всеми своими чувствами, мыслями, знаниями, проблемами и большими и малыми событиями в школьной жизни.

Своё выступление хочу закончить такими словами:

*Не ругайте ребят утром – солнце покажется им тусклым;  
Не ругайте ребят днём – небо покажется им хмурым;  
Не ругайте ребят на ночь – звёзды померкнут для них;  
Не ругайте! Любите их, и они ответят всем взаимностью.*

Тестирование родителей с целью коррекции в дальнейшей работе

*Уважаемые родители! Просим Вас ответить на перечисленные вопросы. Среди данных ответов подчеркните тот, который наиболее подходит Вашему ребёнку.*

**Фамилия, имя ребёнка \_\_\_**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**1. Охотно ли ребёнок идёт в школу:**

неохотно; без особой охоты; охотно с радостью; ответить затрудняюсь.

**2. Вполне ли приспособился к школьному режиму, принимает ли как должное школьный распорядок:**

пока нет; не совсем; в основном да; безусловно да; затрудняюсь ответить.

**3. Переживает ли свои учебные успехи и неудачи:**

нет; скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; безусловно да; ответить затрудняюсь.

**4. Часто ли ребёнок делится с Вами школьными впечатлениями:**

пока нет; делится иногда; делится всегда; довольно часто.

**5. Каков преобладающий характер этих впечатлений:**

преобладают отрицательные эмоциональные впечатления; впечатления разные, но отрицательных бо**льше; в основном положительные.**

6 . **Нуждается ли ребёнок в Вашей помощи при выполнении заданий:**

помощь нужна всегда; помогаем довольно часто; помогаем иногда; в помощи не нуждается; затрудняюсь ответить.

**7. Как ребёнок преодолевает трудности в работе:**

перед трудностями сразу пасует; обращается за помощью; трудности старается преодолеть сам, но может отступить; настойчив в преодолении трудностей; затрудняюсь ответить.

**8 . Способен ли ребёнок сам проверить свою работу и найти ошибки:**

сам этого сделать не может; иногда может; может, если побуждать к этому; как правило, может.

**9. Часто ли ребёнок жалуется на товарищей по классу, обижается на них:**

довольно часто; редко; практически не бывает; затрудняюсь ответить.

**10. Справляется ли ребёнок с учебной нагрузкой без перенапряжения:**

нет; скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; безусловно да.

**11. Способствует ли успешной адаптации Вашего ребёнка деятельность педагогов, работающих с классом:**

нет; скорее нет, чем да; скорее да, чем нет; безусловно да; затрудняюсь ответить.

**12. Каковы впечатления Вашего ребёнка о занятиях в школе дополнительного образования (внеклассных занятиях по интересам):**

преобладают отрицательные впечатления; впечатления разные; преобладают положительные впечатления.

**Опросник для родителей**

Уважаемые родители, прочитайте внимательно утверждения, и в соответствующей графе поставьте **+**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Показатели тревожности | Часто | Иногда | Никогда |
| 1. | Перед уходом в школу жалуется на плохое состояние |  |  |  |
| 2. | Считает себя плохим учеником |  |  |  |
| 3. | Боится, что не сможет правильно отвечать на вопросы учителя |  |  |  |
| 4. | Жалуется на плохое отношение одноклассников, учителя к себе |  |  |  |
| 5. | В школе неохотно расстается с родителями |  |  |  |
| 6. | Бывают ночные страхи со школьной тематикой |  |  |  |
| 7. | Избегает разговоров о школе |  |  |  |
| 8. | Открыто выражает страх перед школой |  |  |  |