#### **Введение**

Проблема адаптации первоклассников к школе является актуальной для всей системы образования. Первый год обучения в школе является не только одним из самых сложных этапов в жизни ребенка, но и своеобразным испытательным сроком для родителей. Во-первых, именно в этот период требуется их максимальное участие в жизни ребенка. Во-вторых, при начале обучения четко проявляются все их недоработки. В-третьих, при наличии благих намерений, но отсутствии психологически грамотного подхода, сами родители нередко становятся виновниками школьных стрессов у детей.

           В то же время именно в 1-ом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и обучению. Для того, чтобы дети наиболее благополучно прошли этот этап своей жизни, их родителям необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, возникающего с началом обучения в школе.

           Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии. Кроме того, ребята не сразу усваивают новые правила поведения со взрослыми, не сразу признают позицию учителя и устанавливают дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

           Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям.

Конечно, и учитель, и родители заинтересованы в том, чтобы первоклассники как можно быстрее и успешнее вошли в школьную жизнь, чтобы высокий уровень внутренней напряженности уступил место ощущению эмоционального комфорта. Критерием благополучной адаптации предполагается считать благоприятную динамику работоспособности и ее улучшения на протяжении первого полугодия, отсутствие выраженных неблагоприятных изменений показателей здоровья и хорошее усвоение программы. Индикатором трудности процесса адаптации к школе, как правило, являются изменения в поведении детей

**Цели, задачи, ожидаемые результаты**

**Цель**: изучить литературу по теме адаптации первоклассников, выявить наиболее эффективные способы социально – педагогической деятельности, способствующие успешному обучению и развитию ученика начальной школы в период адаптации.

**Ожидаемые результаты:** анализ психолого-педагогических диагностик по адаптации первоклассников позволит установить уровень психологической комфортности ребенка, школьной готовности, определить показатель скорости переработки информации.

**Задачи:**

1. Для диагностики использовать : тест Тулуз-Пьерона, Ассоциативный цветовой тест, Тест школьной готовности Агафоновой И.Н,
2. С результатами диагностики ознакомить родителей на собрании
3. Организовать психолого-педагогическую помощь нуждающимся детям и их родителям

**План презентации**

**(составлена для родительского собрания по адаптации)**

1 слайд – «Особенности адаптации первоклассников к условиям школьной жизни»

2 слайд – Дошкольник и первоклассник

3 слайд – Что такое адаптация?

4 слайд – Виды адаптации

5, 6, 7 слайды – Уровни адаптации

8 слайд – Временные рамки адаптации

9, 10, 11,12 – Результаты диагностики, проводимой в 1 «А» классе МОУ «Ново-Девяткинская сош №1»

13 слайд – Что такое дезадаптация?

14 слайд – Типичные проявления дезадаптации

**Советы родителям:**

1. Будите ребенка спокойно: проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

2. Не торопите, умение рассчитать время - ваша задача, и если это вам плохо удается, то вины ребенка в этом нет.

3. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много поработать.

4. Прощаясь, предупреждайте и направляйте: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо», «чтобы сегодня не было плохих отметок» и т.п. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, скажите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.

5. Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте его ведь, это не займет много времени.

6. Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.

7. Выслушав замечание учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка.

8. После школы не торопите ребенка садиться за уроки, необходимо 2-3 часа (а в первом классе хорошо бы часа полтора поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков - с 15 до 17 часов. Занятия вечерами бесполезны, завтра придется все начинать сначала.

9. Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15-минутные «переменки».

10. Во время приготовления уроков не стойте над душой, дайте возможность ребенку работать самому, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («не волнуйся, все получится», «давай разберемся вместе», «я тебе помогу»), похвала (даже если не очень получается) необходимы. Не акцентируйте внимание на оценках.

11. В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...». Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

12. Найдите (постарайтесь найти) в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекайтесь на домашние дела, телевизионные передачи, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.

13. Выбирайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдете много полезного.

14. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.

15. Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «ты уже большой» 7-8-летнему ребенку) очень любят послушать сказку перед сном, песенку и ласку. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п. Завтра новый день, и мы должны сделать все, чтобы он был спокойным, добрым и радостным.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Цукерман Л. Г. Первые дни ребенка в школе. 2005. 116 с.
2. Крюкова С. В., Слободяник Н. П. Удивляюсь, злюсь, боюсь, хвастаюсь и радуюсь. Программы эмоционального развития детей дошкольного и младшего школьного возраста: Практическое пособие – М. Генезис. 2002. – 208 с.
3. Безруких М.М. Трудности адаптации в школе. – М., 2011
4. Калашникова О.А. Особенности адаптации первоклассников.- Начальная школа 2009.
5. Коломинский Я.Л. Учителю о психологии детей. – М., 1988

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

* Охотно ли ребенок идет в школу?  
  а неохотно; б без особой охоты; в с радостью;
* Вполне ли приспособился к школьному режиму?  
  а пока нет; б не совсем; в в основном, да;
* Переживает ли свои учебные неудачи?  
  а скорее нет, чем да; б не вполне; в в основном, да;
* Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?  
  а иногда; б довольно часто;
* Каков эмоциональный характер этих впечатлений?  
  а в основном, отрицательный; б положительных и отрицательных примерно поровну; в в основном, положительный;
* Сколько времени в среднем тратит ребенок ежедневно на выполнение домашних заданий?  
  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
* Нуждается ли ребенок в Вашей помощи при выполнении домашних заданий?  
  а довольно часто; б иногда: в не нуждается;
* Как ребенок преодолевает трудности в работе?  
  а перед трудностями сразу пасует: б обращается за помощью; в настойчив в преодолении трудности;
* Способен ли ребенок сам проверить свою работу, найти и исправить ошибки?  
  а сам этого сделать не может; б иногда может; в как правило, может;
* Часто ли ребенок жалуется на одноклассников?  
  а довольно часто; б бывает, но редко; в такого не бывает;
* Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой?  
  а нет; б скорее нет, чем да; в да
* Ухудшилось ли состояние Вашего ребенка за период обучения в школе?  
  а да; б нет; в не знаю;
* Поддерживаете ли Вы отношения с родителями Вашего ребенка?  
  а да; б нет; в иногда

ШИФР:

дезадаптация 1а, 2а, 3а, 5а, 7а, 8а, 9а, 10а, 11а  
  
адаптация  1в, 2в, 3в, 4б, 5в, 7в, 8в, 9в, 10в, 11в