**Проблемы адаптации к школе**

          Школа - это первая ступень во взрослую жизнь, поэтому к определенному возрасту (кто в шесть, а кто и в восемь лет) дети хотят идти в школу - ведь все они стремятся стать большими. Если ребенок не имеет желания идти в школу, то для этого есть две главные причины. Вероятно, родители ничего не говорили малышу о том, что такое школа и с чем ему предстоит встретиться. В итоге первоклассник напоминает человека, привыкшего кутаться в теплые шубы, которого отправляют нырнуть в прорубь. Скорее всего, он заболеет, и прежде чем иммунитет восстановится, простуды очень долго будут преследовать его. Поэтому и детей приучать к новой обстановке нужно постепенно, чтобы не навести вред их организму и психике. И в этом большую роль играют родители. Но к бывает, что к дошкольнику предъявляют слишком большие и непосильные для него требования, поэтому он не хочет стать большим, а старается так и остаться беспомощным дошколенком или даже вернуться в малышовый период, когда им только восхищались и ничего не требовали. В любом случае адаптация малыша к школе будет проходить с большими сложностями. Поэтому, если вы хотите, чтобы вашему сыну или дочери было хорошо и комфортно в школе, готовьте ребенка к ней, рассказывайте о том, что его ожидает, вспоминайте свое школьное детство и делитесь самыми приятными воспоминаниями, словом создавайте ребенку радостный настрой, не утаивая всей серьезности новой школьной жизни.

*Плавный переход из детского сада в школу*

         Чтобы с первых дней в школе ребенок не чувствовал себя дискомфортно, не испытывал сильного страха и повышенного нервного напряжения, родители должны знать особенности своего малыша и вообще детского дошкольного возраста. Легкая адаптация к школьной жизни с новой ответственностью и дисциплиной, режимом и требовательностью возможна и необходима каждому ребенку. Иначе уже с первых классов у него сложится негативное отношение к учебе, а это ведет к хроническому нервному напряжению и постоянным стрессам. Ребенок должен ходить в школу с удовольствием и получать там не только оценки, но и положительные эмоции. Главные ошибки родителей состоят в том, что они изо всех сил стараются научить ребенка чтению, письму, словом, всему тому, что ему будут преподавать в первом классе, при этом совершенно не заботясь о том, как ребенок будет чувствовать себя в новой обстановке.

         В подготовительной группе детского сада Наташа лучше всех умела читать и даже знала, как складывать и вычитать числа. Воспитательница не уставала хвалить девочку. «У нее не будет проблем в школе»,- убеждала она маму. Но вышло как раз наоборот. После веселого и беззаботного лета наступило долгожданное 1-е сентября. Наташа с радостью выбирала школьную форму, вместе с мамой покупала ранец и тетрадки. И теперь, нарядная и красивая, бодро шагала в школу, на всякий случай, крепко держа маму за руку. Первый день в школе был очень интересный, а дома девочке устроили настоящий праздник с подарками и пирожными. Но она все равно была немного раздраженной и даже пару раз всплакнула. Но второй и на третий день повторилось то же самое, а через неделю девочка отказалась идти в школу. Мама решила выяснить у учительницы, что могло произойти в классе, из-за чего ее общительная и такая подготовленная к школе девочка, не хочет ее посещать. Но Анна Михайловна объяснила это новизной обстановки, к которой нужно привыкнуть.

         Наташины одноклассники уже перезнакомились друг с другом и вполне освоились в новом коллективе, а она по-прежнему находилась в каком-то напряжении, с трудом собиралась в школу, и быстро спешила домой после уроков. Мама вместе с Наташей готовила домашние задания, помогала ей, и девочка хорошо училась, но желания ходить в школу по-прежнему не было. Она много болела и пропускала занятия. Мать так и не могла найти разгадку поведения своей дочки. А она оказалась проста.

         Ребенок не имел даже малейшего представления о школе. Девочке никто об этом не рассказывал, а говорили лишь о том, что в школе ей будут давать новые знания и там ей будет интересно. Взрослым иногда кажется, что все, что они знают, настолько естественно, что это должно быть понятно и детям. Но у малышей нет этого опыта, и все неизведанное они сравнивают с тем, что уже знают. Например, с детским садиком. Наташу всегда хвалила воспитательница, восхищалась ее знаниями и умениями, прощала мелкие неудачи и не требовала особой дисциплины. В школе оказалось совсем не так. В классе были и другие хорошо подготовленные дети, кроме того, умение ровно сидеть за партой и не разбрасывать свои тетрадки учительница почему-то ценила больше, чем сообразительность и способность к творчеству. Наташины ожидания не оправдались, и все «пятерки», которые больше хотела мама, чем она сама, давались ей с трудом: девочкой руководил не интерес к учебе, а страх получить замечание за невнимательность на уроке или забытую тетрадь.

         Итак, страх - это самая первая и важная реакция ребенка на школу. При этом она вполне естественна, ведь мы всегда боимся того, что нам непонятно и ново. Страх можно снять, выяснив и объяснив его причину, а потом вместе с ребенком работая над возникшей проблемой. А можно и предупредить, рассказывая и даже проигрывая с дошкольником новые ситуации. Я сейчас не буду касаться негуманного отношения учителей и сверстников к ребенку, слишком жесткой дисциплины и непосильных заданий, а также несправедливых оценок деятельности ученика. Это особые случаи, о которых будет рассказано отдельно. Каждая мама надеется, что она выбрала хорошую школу и ее ребенку там будет хорошо. Чтобы эти надежды оправдались, постарайтесь приложить максимум усилий, выносливость - залог успешной адаптации

         Стремление к обучению - естественное желание детей старшего дошкольного возраста. Если раньше ребенок сам давал себе задания и с удовольствием выполнял их, то теперь он готов обучаться под руководством взрослых. У кого-то эта готовность наступает раньше, у других - позже. Ваша задача - не торопить момент, но и не запаздывать с определением ребенка в школу. Иначе в обоих случаях ему будет трудно даваться учеба.

         На что нужно обратить внимание, чтобы не пропустить этого важного момента, я уже рассказывала в главе «Как подготовить ребенка к школе». Хотелось бы напомнить, что первокласснику потребуется много сил, чтобы преодолеть все трудности адаптации к школе. Поэтому нужно стараться укреплять здоровье малыша, сделав его сильным и выносливым. Зарядка, плавание в бассейне, катание на лыжах, подвижные игры на свежем воздухе - все это физически разовьет малыша, сделает его крепким и выносливым. Именно выносливость - важнейший критерий физического развития ребенка. Благодаря выносливости школьник способен выполнять задания, осваивать новые виды деятельности, то есть успешно осваивать школьную программу.

*Психологические закономерности адаптации*

         Адаптация ребенка к школе - это не просто привыкание к новой обстановке. В отличие от детского сада, где за малыша все делали воспитатели, в школе ребенок должен проявить собственную активность. Это он сам будет знакомиться с соседом по парте, он сам - отвечать на вопрос, он сам - доставать тетрадки и раскладывать их на парте, и никто не будет подгонять и уговаривать его. Если не смог, не успел, не сделал, то отвечать тоже будет он сам. Поэтому вчерашний малыш находится в напряжении - как ему все успеть, не получить замечание и подружиться с ребятами? Социально-психологическая адаптация в школе проходит значительно сложнее и болезненнее, чем в детском саду, ведь ребенку нужно приспособиться к среде, приложив к этому специальные усилия. Эта новая среда оказывает на него сильное влияние, но и он в свою очередь воздействует на среду, как и каждый из новичков-первоклассников. Конечно, учительница должна помочь детям адаптироваться к классу, но это не всегда получается, ведь туда приходит 25 совершенно разных детей. А ведь надо еще вести урок. Да к тому же педагог сам привыкает к новому классу. Этот процесс адаптации охватывает и родителей, которые теперь привыкают к новому статусу своего ребенка - первоклассника.

         Адаптация первоклассников к школе проходит неодинаково. Это зависит не только от уровня подготовки дошкольника и его психологической зрелости, но и от темперамента, воспитания и даже пола ребенка. Девочки легче вживаются в новые условия, потому что по своей природе они более старательные, чем мальчики, а значит, более удобные для учителей и заслуживают больших похвал. Кроме того, девочки больше тянутся к учительнице, которая на весь школьный день заменяет им маму Для всех детей первая учительница является сильным авторитетом, а девочки видят в ней беспрекословный идеал, в то время как мальчики не так сильно привязываются к учительнице, хотя то же очень зависят от ее мнения.

         Условно процесс адаптации можно разделить на три уровня - высокий, средний и низкий. Каждый из них характеризуется особым поведением школьника, по которому родители могут определить, как же их ребенок привыкает к школе.

Высокая степень адаптации

         Если ваш ребенок с удовольствием пошел в школу, и его настроение осталось таким же ровным и приподнятым в течение последующих дней, это говорит о том, что он легко и плавно влился в новую обстановку. Все требования, которые предъявляет учитель, ребенок воспринимает нормально, старается выполнять их, проявляет интерес к учебе, а особенно к самостоятельным творческим заданиям, дома охотно садится за уроки. В классе находит контакт с одноклассниками, хорошо ведет себя на уроках. Его поведение не вызывает вопросов и нареканий. Значит, ваш ребенок имеет высокую степень адаптации.

Средняя степень адаптации

         В этом случае первоклассник также не испытывает отрицательных эмоций от школы, внимателен на уроках, слушает и понимает все, что говорит учитель. Однако внимательность и сосредоточенность появляется только тогда, когда ребенок чувствует, что его контролируют. Самостоятельно за уроки садится не всегда, однако и не противится, когда ему напоминают. Но поручения выполняет с удовольствием, с одноклассниками дружит, с учителем приветлив. Адаптация ребенка проходит по среднему типу.

Низкая степень адаптации

         Для вас не может остаться незамеченным то, что ребенок f равнодушен к школе или относится к ней отрицательно. Это не просто нежелание туда ходить: первоклассник может ссылаться на нездоровье, жаловаться на головные боли или боли в животе. Он подавлен и заторможен или, наоборот, слишком взвинчен и неуправляем. Учеба тоже не радует, поскольку уже многого из того, что проходили в классе, не помнит или не понял. Учительница жалуется вам на плохую дисциплину и невнимательность на уроках, да и дома школьник не проявляет интереса к домашним заданиям. С одноклассниками сходится неохотно, ни с кем близко не дружит.

         Стараясь оценить степень адаптации к школе своего ребенка, не думайте о стопроцентном совпадении всех критериев этой оценки. Идеальных детей не бывает. Тем более что у каждого ребенка свои индивидуальные особенности. Один ребенок отличается повышенной мечтательностью, поэтому успевает на уроке подумать о чем-то своем и не забывает слушать учителя. Другой слишком медлительный, третий наоборот, чересчур активный. Но все это не мешает им хорошо адаптироваться в новых условиях.

*Когда ребенок трудно привыкает к школе?*

         Оценивая степень адаптации своего ребенка, ориентируйтесь на главные моменты и изменение поведения школьника. Высокая и средняя степень адаптации не вызывает вопросов. За ребенка можно быть спокойным, он хорошо вступил в новый для себя жизненный этап. А вот с низкой степенью адаптации нам предстоит разобраться. Помимо уже перечисленных моментов (психологическая незрелость ребенка, незнание новых обстоятельств) существуют и другие причины, мешающие нормальной адаптации. В первую очередь к ним относится неблагоприятная обстановка в семье и неправильное воспитание. В результате дошкольник не получил элементарного понятая о том, что такое нормальные человеческие взаимоотношения. Если родители не уважают друг друга, ругаются при ребенке и оскорбляют ребенка, то он не будет знать, как вести себя в новом коллективе, среди взрослых и сверстников. Ребенок будет бояться общения, которого ему так не достает.

         Подготовка к школе включает в себя и личностные мотивы ребенка, его желание ходить в школу. Если девочка хочет надеть красивое платье, а мальчик выбирает ранец с героем любимого фильма - это еще не желание учиться в школе. А вот стать умным, как папа, или научиться писать письменными буквами, как соседский мальчик Коля, - это уже хороший стимул. Когда ребенок сам стремится подняться на более высокую степень в своем развитии, а взрослые ему в этом помогают, это и есть настоящая подготовка ребенка к школе. Мама говорит Пете: ты уже умеешь убирать свои вещи в шкаф, значит ты уже большой - пора идти в школу. Мальчик гордится своей самостоятельностью и хочет стать еще более «взрослым» в глазах родителей. Он понимает, что в школу берут только самостоятельных и «больших» детей. А вот другая ситуация. Настя капризничает на улице, а мама громко ругает ее за это: «Глупая, капризная девочка, вот в школе тебе покажут, как капризничать». Естественно, что ребенок будет настороженно относиться к школе. Такое запугивание детей не только внушает им страх перед школой, но и отбрасывает их назад в своем развитии. Они стараются быть маленькими, чтобы никогда не ходить туда, где им «покажут».

         Еще одна немаловажная причина - неадекватное отношение учителя к детям или конкретному ребенку, которое может быть вызвано личностными свойствами педагога. Если учительница повышает на учеников голос, обзывает и унижает их, выделяет лучших учеников, и подавляет менее успешных, то дети вряд ли будут чувствовать себя в таком классе спокойно.

Конфликт между родителями и учителем тоже сильно влияет на положение ребенка в классе, даже если учитель не оказывает давления на ученика. Первоклассник постоянно слышит от родителей, что его учительница «неправа». Для него это становится неразрешимой проблемой: как слушать и уважать учительницу, которую критикуют дома?

         Итак, подведем итоги.

         Что влияет на низкую адаптацию ребенка к школе?

* Психологическая незрелость малыша, который еще не готов к обучению и новым требованиям.
* Личностные мотивы - хочу учиться или хочу носить красивый школьный костюмчик?
* Отсутствие элементарной теоретической подготовки -знания букв, цифр, умения читать по слогам.
* Невысокая физическая подготовка, низкая степень выносливости.
* Неправильное воспитание в семье, которое диктует ребенку неуважительный стиль общения между людьми.
* Неадекватное поведение учительницы в классе по отношению к детям.
* Критика учительницы и вообще школы родителями ученика.

Источник: http://mamin-forum.ru/