**Первоклассник в школе и дома,**

*Почему учиться трудно, или Что такое адаптация к школе*

*Начало обучения в школе- один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально-психологическом, так и в физиологическом плане.*

*Это не только новые условия жизни и деятельности человека-это новые контакты, новые отношения, новые обязанности. Изменяется вся жизнь ребенка: все подчиняется учебе, школе, школьным делам и заботам. Это очень напряженный период прежде всего потому, что школа с первых же дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.*

*Вообще, с началом обучения в школе удельный объем нагрузок, связанных с длительной неподвижностью, сильно возрастает по сравнению с предшествующим периодом жизни ребенка. В тоже время для детей вообще, а особенно для малышей в возрасте шести-семи лет именно, эта нагрузка является наиболее утомительной.*

*Приспособление (адаптация) ребенка к школе происходит не сразу. Не день, не неделя требуется для того, чтобы освоиться в школе по-настоящему. Это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.*

*Сложность приспособления организма к новым условиям и новой деятельности, высокая «цена», которую «платит» организм ребенка за достигнутые успехи, определяют необходимость тщательного учета всех факторов, способствующих адаптации ребенка к школе и, наоборот, замедляющих ее, мешающих адекватно приспособиться. И учитель должен хорошо представлять себе это.*

*Большинство детей в основном готовы к школе. Желание новизны, осознание важности изменения своего статуса: «я уже ученик!», готовность к выполнению стоящих перед нами задач помогают ребенку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий и т.п. Несмотря на то, что выполнение многих правил достаточно трудно, воспринимаются они учеником как общественно значимые и неизбежные.*

*Как правило, опытный учитель и родители знают и понимают, насколько важно, чтобы требование соблюдения правил и норм поведения не было эпизодическим, зависящим от настроения. Учитель должен с самого начала разъяснить детям, что от них требуется. Важно сразу показать ученику отличие его новой позиции, прав, обязанностей от того, что было раньше, до школы.*

*Учебная деятельность носит коллективный характер, именно поэтому ребенок должен обладать определенными навыками общения со сверстниками, умение вместе работать.*

*Большинство детей быстро знакомятся, осваиваются в новом коллективе, работают вместе, и все-таки элемент соревнования, конкуренции доминируют в совместной работе. Некоторые долго не сближаются с одноклассниками, чувствуют себя одиноко, неуютно, на перемене играют в сторонке или жмутся к стенке. В формировании отношений между детьми на этом сложном для каждого ребенка этапе вхождений в новый для него коллектив важную роль играет учитель.*