Родительское собрание по теме «Адаптация первоклассников к школе».

 Период адаптации к школе, связанный приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только у одних он длится неделю, у других – месяц, а у кого-то растягивается на весь первый учебный год. Многое здесь зависит от индивидуальных особенностей самого ребёнка, от имеющихся предпосылок овладения учебной деятельностью. И вот здесь родители могут и обязаны оказать своему ребёнку определённую помощь.

 Самое важное, а особенно для первоклассника соблюдение режима дня. Большинство родителей это знают, но на практике довольно трудно убедить, что многие трудности обучения связаны именно с нарушением режима дня. Остановимся на отдельных моментах.

а) Пробуждение. Следует учить ребёнка подниматься по

сигналу будильника. У малыша может возникнуть чувство неприязни к тому, кто его по утрам тормошит. Если ребёнок встаёт с трудом, не следует называть его лежебокой, соней, вступать с ним в спор по поводу «последних минуток». Попытайтесь будить на 5 минут раньше, разрешив эти пять минут ещё полежать.

Если ребёнка торопить, он начнёт делать всё ещё медленнее. Это его естественная реакция – протест против неудобного для него порядка. Вместо поторапливания указывайте конкретное время - через 10 минут надо выходить, в 7.30 выходим из дома.

б) Нотации. Не следует читать нотаций перед школой. Если ребёнок что – то забыл взять, лучше протянуть эти вещи молча, а не пускаться в пустые рассуждения по поводу забывчивости. А ещё лучше - готовить всё необходимое вместе с ребёнком с вечера. На прощание лучше произнести доверительные фразы: Желаю успешного дня, Старайся, Увидимся после уроков. Старайтесь меньше говорить фраз с отрицательной частицей НЕ: не балуйся, не бегай, не ругайся, не отвлекайся и т. д .

в) Возвращение из школы. Понаблюдайте за эмоциями, которые написаны на лице вашего первоклассника. Поинтересуйтесь: Тебе было трудно? Что-то тебя расстроило? Что было нового? Чем запомнился день? вместо: Как дела? Что делали? Как себя вёл? Эти привычные вопросы когда-то вас самих раздражали. Ребёнок должен почувствовать, что вам тоже интересна его школьная жизнь, а не только отметки.

г) Пора спать. Помним, что продолжительность ночного сна в младшем школьном возрасте – 10 часов. Немаловажен и дневной сон, особенно для детей, которые утомляются в школе. Чтобы сон был глубоким и спокойным, следует соблюдать следующие правила: перед сном не играть в подвижные шумные игры, не заниматься спортом , не смотреть страшные фильмы, не устраивать «взбучку».

д) Отношение к учителю. Критерии того, что можно и чего нельзя, чаще всего определяются учителем. Поэтому не сердитесь, если на ваше замечание ребёнок ответит: А учительница сказала так! Парировать такой ответ фразой: Много ли знает ваша учительница, - запрещённый прием. Ваше негативное отношение к требованиям учителя может затруднить ребёнку его собственное утверждение в статусе ученика.

е) Диета. Следует соблюдать и режим питания. Пища должна быть разнообразной, вкусной, богатой витаминами. В обед обязательно должно быть включено горячее блюдо. На перекус в школу можно положить фрукты, печенье, булочку, йогурт. Помним (хотя избежать этого невозможно), что школьнику противопоказаны такие продукты, как чипсы, сухарики, кола, пепси и другие подобные суррогаты. Детям не нужны деньги для буфета.

ж ) Ну и несколько коротких советов:

Общайтесь с ребёнком, как с взрослым;

Определите общие интересы;

Приобщайте ребёнка к экономическим проблемам семьи;

Не ругайте, не оскорбляйте ребёнка в присутствии посторонних;

Научите ребёнка делиться своими проблемами;

Не стройте своих взаимоотношений на запретах;

Поощряйте и подбадривайте детей;

Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами ребёнка.

 Родителям можно предложить небольшую памятку по эмоциональной поддержке.

1. Ни в коем случае никогда не следует сравнивать непосредственные результаты своего ребёнка с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, с достижениями других детей. Лучше вообще никогда не сравнивать своего ребёнка с другими.
2. Сравнивать ребёнка можно только с ним самим и хвалить за улучшение собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а сегодня – 2, следует отметить, как реальный успех, который должен быть оценён родителями без иронии, искренне.
3. Соблюдение правил безболезненного оценивания школьных успехов должно сочетаться с поисками такой деятельности, в которой ребёнок мог бы реализовать себя. В чём бы ни был успешен ребёнок, страдающий школьной неуспешностью: в спорте, в домашних делах, в рисовании, конструировании и т. д., ему ни в коем случае нельзя ставить в вину неуспехи в других школьных делах. Напротив, следует подчеркнуть, что раз он чему-то сумел научиться, то постепенно научится всему остальному.
4. Родители должны терпеливо ждать успехов, ибо на школьных делах чаще всего происходит замыкание порочного круга тревожности. Школа очень долго должна оставаться сферой щадящего оценивания.

Болезненность школьной сферы должна быть снижена любыми средствами: снизить ценность школьных отметок, то есть показать ребёнку, что его любят не за хорошую учёбу, а любят, ценят, понимают вообще как собственное дитя, безусловно не за что-то, а вопреки всему.