**ВСТРЕЧА ВЗРОСЛОГО И РЕБЕНКА  
(круглый стол, посвященный трудностям  
адаптационного периода)**

**Цели:** познакомить родителей с особенностями адаптации детей к первому году обучения в школе; привлечь внимание родителей к серьезности проблемы адаптации; предложить практические советы по адаптации ребенка в школе.

**Оборудование:** выставка рисунков учащихся класса «Я в школе»; анкеты для родителей; вопросы родителей специалистам (собраны заранее).

**Ход встречи**

Я делаю свое дело, а ты делаешь свое,

Я в этом мире не для того,

чтобы соответствовать твоим ожиданиям,

А ты – не для того,

чтобы соответствовать моим.

Ты есть ты, а я есть я.

Если нам случится найти друг друга –

это прекрасно,

Если нет, этому нельзя помочь.

*Э. Н. Гусинский. Образование личности*

**Учитель.** Здравствуйте, коллеги! Рада приветствовать вас. «Встреча Взрослого и Ребенка» – так я решила назвать сегодняшний разговор. Встреча Взрослого и Ребенка в один из самых сложных моментов жизни обоих. Я говорю о периоде адаптации ребенка к первому году обучения в школе.

В качестве отправной точки нашего круглого стола будут слова известного современного педагога Э. Н. Гусинского (чтение эпиграфа). «Ты есть ты, а я есть я», – могут с полным правом сказать друг другу Взрослый и Ребенок. Никто не должен соответствовать ожиданиям другого. Главное – «найти друг друга». Цель нашего разговора – помочь случиться этой встрече. Любые переходные периоды в жизни человека всегда связаны с проблемами. Переход малыша из дошкольника в школьника – сложный и ответственный момент, от того как пройдет процесс адаптации, зависит вся дальнейшая жизнь ребенка.

Наша задача – разобраться в том, что происходит сейчас с нашими детьми, что их волнует и беспокоит, с какими проблемами они сталкиваются, и определить, какую реальную помощь мы можем оказать ребятам.

Сегодня у нас будет возможность узнать точки зрения всех участников учебного процесса и увидеть наших детей глазами психолога, школьного врача, учителей-предметников.

***Выступление психолога.***

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений: теперь ребенок должен каждый день ходить в школу, систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя, заниматься на уроке тем, что определено школьной программой, прилежно выполнять домашние задания, добиваться хороших результатов в учебной работе и т. д.

В этот же период жизни, в 6–7 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуется его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения.

Свое новое положение ребенок не всегда хорошо осознает, но обязательно чувствует и переживает его: он гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение. Переживание ребенком своего нового социального статуса связано с появлением «внутренней позиции школьника» *(Л. И. Божович).*

Наличие «внутренней позиции школьника» имеет для первоклассника большое значение. Именно она помогает маленькому ученику преодолевать превратности школьной жизни, выполнять новые обязанности. Это особенно важно на первых этапах школьного обучения, когда осваиваемый ребенком учебный материал объективно однообразен и не слишком интересен.

Многие из сегодняшних первоклассников являются весьма искушенными в учебных занятиях еще до прихода в школу. Усиленная подготовка к школе, посещение дошкольных лицеев, гимназий и т. д. зачастую приводит к тому, что поступление в школу утрачивает для ребенка элемент новизны, мешает ему пережить значимость этого события.

В поддержании у первоклассника «внутренней позиции школьника» неоценимая роль принадлежит родителям. Их серьезное отношение к школьной жизни ребенка, внимание к его успехам и неудачам, терпение, обязательное поощрение стараний и усилий, эмоциональная поддержка помогают первокласснику почувствовать значимость своей деятельности, способствуют повышению самооценки ребенка, его уверенности в себе.

**Новые правила.**

Многочисленные «можно», «нельзя», «надо», «положено», «правильно», «неправильно» лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность.

Нормы и правила порой идут вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться. Большинство учащихся первых классов достаточно успешно справляются с этой задачей. Можно согласиться с мнением ряда психологов, что здоровый, любознательный, верящий в себя и умеющий строить взаимоотношения с другими людьми ребенок без серьезных проблем включается в школьную жизнь.

Тем не менее начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания. Дети, казалось бы, без повода капризничают, раздражаются, плачут.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только у одних он длится один месяц, у других – одну четверть, у третьих – растягивается на весь первый учебный год. Многое зависит здесь от индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью.

**Психофизиологическая зрелость**

Включение в новую социальную среду, начало освоения учебной деятельности требуют от ребенка качественно нового уровня развития и организации всех психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления), более высокой способности к управлению своим поведением. Тем не менее возможности первоклассников в этом плане пока еще достаточно ограниченны. Это во многом связано с особенностями психофизиологического развития детей 6–7 лет. По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой (что и обеспечивает возможность перехода к систематическому обучению). Однако наиболее важные человеческие отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не завершили своего формирования (развитие лобных отделов мозга заканчивается лишь к 12–14 годам, а по некоторым данным – лишь к 21 году), вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры оказывается недостаточным.

Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям особенностях эмоциональной сферы и организации деятельности. Первоклассники легко отвлекаются, неспособны к длительному сосредоточению, обладают низкой работоспособностью и быстро утомляются, возбудимы, эмоциональны, впечатлительны.

Моторные навыки, мелкие движения рук еще очень несовершенны, что вызывает естественные трудности при овладении письмом, работе с бумагой и ножницами и пр.

Внимание учащихся 1 классов еще слабоорганизованно, имеет небольшой объем, плохо распределяемо, неустойчиво. У первоклассников (как и у дошкольников) хорошо развита непроизвольная память, фиксирующая яркие, эмоционально насыщенные для ребенка сведения и события его жизни. Произвольная память, опирающаяся на применение специальных приемов и средств запоминания, в том числе приемов логической и смысловой обработки материала, для первоклассников пока еще не характерна в силу слабости развития самих мыслительных операций.

Мышление первоклассников преимущественно наглядно-образное. Это значит, что для совершения мыслительных операций сравнения, обобщения, анализа, логического вывода детям необходимо опираться на наглядный материал. Действия «в уме» даются первоклассникам пока еще с трудом по причине недостаточно сформированного внутреннего плана действий.

Поведение первоклассников (в силу указанных выше возрастных ограничений в развитии произвольности, регуляции действий) также нередко отличается неорганизованностью, несобранностью, недисциплинированностью.

Став школьником и приступив к овладению премудростями учебной деятельности, ребенок лишь постепенно учится управлять собой, строить свою деятельность в соответствии с поставленными целями и намерениями.

Родители и учителя должны понимать, что поступление ребенка в школу само по себе еще не обеспечивает появления этих важных качеств. Они нуждаются в специальном развитии. И здесь необходимо избегать довольно распространенного противоречия: с порога школы от ребенка требуют того, что только еще должно быть сформировано.

Известный отечественный психолог Л. И. Божович писала по этому поводу: «Ни один учитель никогда не потребует от школьников решения таких арифметических задач, решению которых он предварительно их не научил. Но многие учителя требуют от учащихся организованности, прилежания, ответственности, аккуратности и пр. и в то же время не заботятся о том, чтобы предварительно дать детям соответствующие умения и навыки и воспитать у них соответствующие привычки».

Первоклассники, уже перешагнувшие семилетний рубеж, являются более зрелыми в плане психофизиологического, психического и социального развития, чем шестилетние школьники. Поэтому семилетние дети, при прочих равных условиях, как правило, легче включаются в учебную деятельность и быстрее осваивают требования массовой школы.

Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии.

**Учитель.** Родители должны знать, насколько ребенок готов к школе.

**Анкета для родителей**

Ответьте, пожалуйста, *да* или *нет* на следующие вопросы.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Вопрос | Вариант  ответа  (да, нет) |
| 1 | Считаете ли вы, что ваш ребенок общителен? |  |
| 2 | Способен ли ребенок выполнить устное поручение? |  |
| 3 | Может ли он заниматься каким-либо делом самостоятельно? |  |
| 4 | Убирает ли ребенок свои игрушки и личные вещи после игры или в конце дня самостоятельно, без вашего напоминания? |  |
| 5 | Если, выполняя задание взрослого, ребенок не может сам справиться с чем-либо, обратится ли он за помощью? |  |
| 6 | Сформированы ли у вашего ребенка основные навыки самообслуживания (соблюдение личной гигиены, самостоятельное одевание, прием пищи и пр.) |  |
| 7 | Умеет ли ребенок слушать других, не перебивая? |  |
| 8 | Способен ли он соблюдать очередь в игре, в процессе другой деятельности? |  |
| 9 | Способен ли ребенок сам познакомиться с детьми, оказавшись в новом месте (на детской площадке, в детском саду и т. д.) |  |
| 10 | Может ли он справиться с гневом и раздражением, когда его чем-то обидели? |  |
| 11 | Может ли ребенок выступить в роли организатора игры или какого-либо дела в процессе общения со сверстниками? |  |
| 12 | Пытается ли ребенок справиться с трудностями самостоятельно, прежде чем обратиться за помощью? |  |
| 13 | Есть ли у вашего ребенка друзья? |  |
| 14 | Готов ли ребенок делиться своими игрушками в процессе игры  с другими детьми? |  |
| 15 | Может ли ребенок сам помириться после ссоры с другими детьми? |  |
| 16 | Адекватно ли ребенок воспринимает замечание в свой адрес? |  |

За каждый положительный ответ начисляется *1 балл*.

**Интерпретация ответов.**

*10–15 баллов* – достаточно (хороший–высокий) уровень личностной готовности к школе.

*6–9 баллов* – средний уровень личностной готовности к обучению.

*0–5 баллов* – низкий уровень личностной готовности к поступлению в школу.

**Психолог.** Родителям также необходимо знать, каким типом нервной деятельности обладает их ребенок. Порой особенности нервной организации несведущие в этом вопросе папы и мамы путают с особенностями, связанными с воспитанием. В результате они, не жалея сил, решают нерешаемую задачу: «перевоспитание» темперамента. И результат часто не просто нулевой, а скорее «за минусом». Дело в том, что недовольство родителей создает для ребенка ситуацию стресса, а при стрессе все наши природные черты проявляются сильнее.

Существуют четыре основных типа нервной деятельности: меланхолик, холерик, сангвиник, флегматик.

***Меланхолик*** – тип нервной системы, отличающийся слабыми процессами как торможения, так и возбуждения. Дети с этим типом нервной деятельности нуждаются в особом вдумчивом и осторожном отношении.

***Холерик*** – сильно возбудимый тип нервной деятельности. Дети с таким темпераментом быстро и легко возбуждаются, очень подвижны и эмоциональны, им трудно подавлять свои желания, отказываться от намеченных действий. Им необходимы значительные физические нагрузки. Такие дети без особой психической травмы переносят словесные наказания, но лишения свободы («встань в угол») переживают как пытку.

***Сангвиник*** – сильно уравновешенный тип нервной деятельности. Это жизнерадостные и энергичные дети, бодрые и редко унывающие, неутомимые труженики. Они быстро и охотно увлекаются спортивными занятиями, достаточно усидчивы и легко преодолевают трудности. Без плача и эмоциональных срывов переносят наказания.

***Флегматики*** – еще более спокойные дети, у которых преобладает сдержанная, иногда явно выраженная заторможенность поведения. Они усидчивы, очень трудоспособны, но крайне медлительны; легко распознаются среди детей своей основательностью, «солидностью».

**Учитель.** Приспособление (адаптация) ребенка к школе происходит не сразу. Не день, не неделя требуются для того, чтобы освоиться в школе по-настоящему. Это довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма. Большинство детей в основном готовы к школе. Желание новизны, осознание важности изменения своего статуса: «я уже ученик!», готовность к выполнению стоящих перед ним задач, помогают ребенку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий и т. д. Несмотря на то, что выполнение многих правил достаточно трудно, воспринимаются они учеником как общественно значимые и неизбежные.

Что привлекает ребенка в школе? Как правило, это внешние моменты школьной жизни: ранец, тетради, учебники, сама школа-гимназия, новые дети, новые друзья. Все это, конечно, еще не отношение к новому виду деятельности, к учебе, как таковой, не желание учиться ради получения знания, но в то же время это основа желания изменить свое место в обществе. Однако желание малыша далеко не всегда совпадает с его возможностями: ведь изменение социального статуса и нормальная адаптация в новых условиях во многом определяются уровнем волевого развития. У разных детей этот уровень оказывается различным, но для успешной работы необходимо, чтобы ребёнок сумел безболезненно принять новые требования, понять и принять специфику учебной ситуации, требования учителя, наконец, чтобы мог отличить учительницу от бабушки, с которой можно капризничать. Ребенку нужно помочь понять и принять относительную условность общения, правила и нормы поведения. Малышу необходимо включиться в новые отношения со сверстниками, научиться работать коллективно и в определенном темпе.

Какую практическую помощь может оказать родитель первокласснику? Послушаем специалиста.

**Психолог (логопед).** Как быть, если ваш малыш не видит клеточки, не может отсчитать их, не может поместить цифру в клетку (строчку)? Рисуйте дома вместе с ребенком ежедневно.

**В понедельник,** например, фломастером – толстым и тонким сначала «кривулечки», потом дорисовывайте, чтобы получился смешной или просто узнаваемый рисунок. Так малыш научится видеть не только плоскость, но и линии.

**Во вторник** карандашами, тоже толстыми и тонкими. Надо заштриховать рисунок то густо, то бледно (шариковая ручка, как известно, напрягает мышцы кисти, а наши работы помогут их расслабить).

**В среду** возьмем акварельные краски или гуашь и тонкой кисточкой обведем рисунок. Сначала крупные (большие ромашки, фигурки), а потом мелкие (ягодки или кружочки). Зачем? Ведь ребенку придется в прописях повторять рисунок, значит, нужна предварительная тренировка. Если кружочки не получаются, купите волчок или юлу и крутите их правой и левой рукой, развивая пальчики.

**В четверг** будем закрашивать рисунки акварелью, чтобы кисточка оставляла тоненькую полоску. Причем закрашивать нужно самым кончиком кисточки, не прижимая его к бумаге. Так рука и глаз приучаются работать вместе.

*О левой руке.* Она чаще бездействует. Но когда работают только правой, добра не ждите. Со временем может искривиться позвоночник. Обе руки должны быть на столе: это поза пишущего. Но она для ребенка не естественна. Как же быть? Надо научить мальчиков и девочек набирать петли на толстых спицах и толстыми нитками. Это тренирует локоток и терпение.

Теперь *о пальчиках*. Они такие непослушные. Вы их тренируете теми же спицами. Лепите из жесткого пластилина или глины баранки и гирлянды, выдавливайте пальчиками фигурки (грибочки, шарики, лодочки) на поверхности. А на мягком пластилине, как гравюру, можно выдавливать разные фигурки.

Купите перьевую ручку. Пусть сын или дочка пишет все, что захочется. Все еще не получается? Не ругайтесь, пусть будут виноваты пальчики – что-то они сегодня разленились. Ну, а если работа понравится, считайте, малыш у вас уже пишет. И тогда письмо в классе у него будет получаться все лучше.

*О чтении.* Не заучивайте азбуку наизусть, а так делают, к сожалению. Не читайте по пять раз одно и то же. Выучите все буквы сразу и поищите книги с кратким текстом. Развесьте слова в комнате и научите их узнавать. Потом прочитайте книгу вместе с ребенком (две книжечки за неделю – достаточно).

*О математике.* Выпишите или покупайте детские журналы и разгадывайте ребусы, кроссворды, находите различия и сходство в картинках. Это позволит освоить сравнение в математике. Отгадывание ребусов даст целостность, тут происходит как бы стыковка математики и русского языка, в них есть слова, знакомые в обиходе, но непонятные по отношению к листу бумаги (это слова «за», «над», «под»). А что такое кроссворд? Это столбики и сама клеточка, в которую все вписывают.

Не запрещайте играть девочкам в куклы, а мальчикам в машинки. Играя, они освоят счет и задачи.

**Учитель.** Родители хотят, чтобы их ребенок был хорош. Он обязательно таким и будет, если крепко дружить со школой, то есть полностью вникнуть в интересы ребенка на данный момент. Это трудно, но нужно. Не стесняйтесь приходить в школу. Только добрая помощь детям, только терпение дадут нужный результат.

*Накануне собрания родителям учащихся было предложено в письменной форме задать вопросы, волнующие их больше всего.* *Классный руководитель систематизирует вопросы, просит ответить на них психолога, логопеда или других специалистов.* *Поскольку вопросы поступили заранее, ответы должны быть глубокими, подготовленными.*

**Учитель.** Все стороны имели возможность высказаться, но молчит главный герой нашего круглого стола. Что сами дети думают о своей школьной жизни? Насколько они удовлетворены ею? Мы провели соответствующее исследование.

ИЗУЧЕНИЕ УДОВЛЕТВОРЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ  
ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНЬЮ  
(по методике А. А. Андреева)

Учащимся предлагается оценить степень их согласия с предложенными утверждениями по следующей шкале:

4 – совершенно согласен;

3 – согласен;

2 – трудно сказать;

1 – не согласен;

0 – совершенно не согласен.

1. Я иду утром в школу с радостью.

2. В школе у меня обычно хорошее настроение.

3. В нашем классе хороший классный руководитель.

4. К нашим школьным учителям можно обратиться за советом и помощью в трудной жизненной ситуации.

5. У меня есть любимый учитель.

6. В классе я могу всегда свободно высказать свое мнение.

7. Я считаю, что в нашей школе созданы все условия для развития моих способностей.

8. У меня есть любимые школьные предметы.

Показателем удовлетворенности учащихся школьной жизнью «У» является частное от деления общей суммы баллов ответов всех учащихся на общее количества ответов. Если «У» больше 3, то можно констатировать высокую степень удовлетворенности, если же «У» больше 2, но меньше 3, то это соответственно свидетельствует о средней и низкой степени удовлетворенности учащихся школьной жизнью.

**Учитель.** А сейчас приглашаем вас посетить выставку рисунков «Я в школе», на которой представлены работы детей. Может, кто-то из родителей сумеет угадать рисунок своего ребенка. *(Родители знакомятся с выставкой и получают «расшифровку» рисунков с точки зрения психолога.)*

Пришло время заканчивать работу нашего круглого стола. Осталось только дать рекомендации, как пережить первокласснику адаптационный период. Слово специалистам-психологам.

**Психолог.**

**Памятка родителям первоклассников**

* Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
* Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
* Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
* Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
* Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
* Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
* Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

**Учитель.** Помните о советах, полученных сегодня, и тогда Взрослому и Ребенку обязательно «случится найти друг друга». А чтобы эта встреча оказалась счастливой, прислушайтесь к притче, которую я приберегла для вас. *(Текст следует размножить и раздать родителям.)*

ПРИТЧА «СЕКРЕТ СЧАСТЬЯ»

*Некий купец отправил своего сына к самому главному мудрецу за секретом счастья. Сорок дней юноша шел по пустыне, пока не увидел на вершине горы великолепный замок. Там и жил Мудрец, которого он разыскивал.*

*Против ожиданий, замок вовсе не походил на уединенную обитель праведника, а был полон народа: сновали, предлагая свой товар, торговцы, по углам разговаривали люди, маленький оркестр выводил нежную мелодию, а посреди зала был накрыт стол, уставленный самыми роскошными и изысканными яствами, какие только можно было сыскать в этом краю.*

*Мудрец не спеша обходил гостей, и юноше пришлось два часа дожидаться своей очереди.*

*Наконец Мудрец выслушал, зачем тот пришел к нему, но сказал, что сейчас у него нет времени объяснять секрет счастья. Пусть-ка юноша побродит по замку и вернется в этот зал через два часа.*

*«И вот еще какая у меня к тебе просьба, – сказал он, протягивая юноше чайную ложку с двумя каплями масла. – Возьми с собой эту ложечку и смотри, не разлей масло».*

*Юноша, не сводя глаз с ложечки, стал подниматься и спускаться по дворцовым лестницам, а через два часа вновь предстал перед Мудрецом.*

*«Ну, – молвил тот, – понравились ли тебе персидские ковры в столовой зале? Деревья и цветы в саду, который искуснейшие* *мастера разбивали целых десять лет? Старинные фолианты и пергаменты в моей библиотеке?»*

*Пристыженный юноша признался, что ничего этого не видел, ибо все внимание его было приковано к тем каплям масла, что доверил ему хозяин.*

*«Ступай назад и осмотри все чудеса в моем доме, – сказал тогда Мудрец. Нельзя доверять человеку, пока не узнаешь, где и как он живет».*

*С ложечкой в руке юноша вновь двинулся по залам и коридорам. На этот раз он был не так скован и разглядывал редкости и диковины, все произведения искусства, украшавшие комнаты. Он осмотрел сады и окружавшие замок горы, оценил прелесть цветов и искусное расположение картин и статуй. Вернувшись к Мудрецу, он подробно перечислил все, что видел.*

*«А где две капли масла, которые я просил донести и не пролить?» – спросил Мудрец.*

*И тут юноша увидел, что капли пролиты.*

*«Вот это и есть единственный совет, который я могу тебе дать, – сказал ему мудрейший из мудрых. – Секрет счастья в том, чтобы видеть все, чем чуден и славен мир, и никогда при этом не забывать о двух каплях масла в чайной ложке».*

**Учитель.** Пусть вам и вашим детям удастся стать счастливыми в период обучения в школе: пусть трудности и опасные переходы этого времени