***Школьные трудности у учащихся первых классов.***

***Важные аспекты воспитания в адаптационный период.***

Уважаемые родители! Вот и переступили вы вместе со своими  вчерашними малышами  порог нашей школы и влились в нашу дружную семью, семью СОШ №45.

Все родители, чьи старшие дети уже  учатся в школе, знают, а у кого первый ребёнок пришёл в школу, узнали, как непрост и сложен процесс вхождения в школьную жизнь. Трудности, подсте­регающие ребенка уже в самом начале обучения в школе, многоли­ки и прячутся буквально за каждым углом. Зазевается родитель на перепутье дошкольного и школьного возраста - и ребенок может попасть в категорию «трудных».

Цель нашего сегодняшнего собрания состоит в том, чтобы по­знакомить всех, кто небезразличен к жизни своих детей, их пере­живаниям и трудностям, с различными сторонами психологиче­ских проблем современного школьника.

Семилетний ребенок приходит в школу уже личностью, многое узнавшей, со своей картиной мира, со своими радостями и горе­стями, страхами и, конечно, с определенными стереотипами пове­дения в мире взрослых. И одним из серьезнейших испытаний, с которым он сразу же сталкивается, является сложность достижения внутреннего душевного равновесия между процессом обучения, в котором он может испытывать и трудности, и скуку, и серьезные неудачи, и потребностью в сохранении любви родителей и необхо­димостью принятия учителем.

По данным школьных гигиенистов и физиологов, в первые ме­сяцы школьной жизни многие дети худеют, более тревожно спят, чаще капризничают и упрямятся. Все это естественная реакция ре­бенка на резкие изменения привычного образа жизни. Этот период привыкания к новым нормам и правилам поведения, к другим тре­бованиям принято называть адаптацией - восстановлением нару­шенного равновесия между изменившимся внешним миром и со­бой. При благоприятных условиях процессадаптации протекает около 2-3 месяцев. А вот пусковым механизмом дезадаптации (на­рушения адаптации) является, как правило, наличие в процессе обучения стойкой психотравмирующей ситуации.

Многие психологи говорят о том, что самый страшный зверь, подстерегающий всех на пороге школы, - это ориентация родите­лей и детей на оценку, на первые школьные трудности. Некоторые папы и мамы очень «нервно» воспринимают отметки своих детей, как будто они поставлены им самим. Может быть, это происходит оттого, что родители относятся к отметке ребенка как к оценке их собственной родительской успешности. Другие родители могут испытывать страх перед шко­лой, источником которого выступает их личный не всегда удачный школьный опыт. Но главное, что страхи взрослых часто находят свой выход в жестком контроле над ребенком и «оценочном» от­ношении к нему. Родители в разных вариантах сообщают ребенку о том, что именно он несет ответственность за их самочувствие, внутреннее состояние и переживания. «Учись хорошо, чтобы мне не было за тебя стыдно», «Только от тебя зависит, как я себя буду чувствовать на родительском собрании».

Ребенку приходится нести на своих плечах ответственность и за себя, и за эмоциональное состояние своих родителей. Многим детям такой груз оказывается не по силам. В этой психотравмирующей ситуации ребенок вынужден защищать себя и от школы, и от родителей, и от учения. И в итоге у него теряется интерес к са­мому процессу познания, то есть пропадает желание учиться.

Сегодня мне хочется обратиться к вам с такими словами: «Дорога наша жизнь, но дороже детей нет ничего». Так давайте остановимся на некоторых важных аспектах воспитания в адапта­ционный период.

Поступление ребенка в школу - это стресс для него. Очень много нового и непривычного видит он в школе. Особенность се­годняшних детей, пришедших в первый класс, - быстрая утомляе­мость. На первом уроке они откровенно зевают, на третьем - лежат на партах. Чем мы, взрослые, можем помочь ребенку?

**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ**

1) Прежде всего, стоит помнить о старых и надежных способах поддержания здоровья первоклассника.Это соблюдение режима дня: сон не менее 10 часов в сутки, полноценное питание, физиче­ские упражнения. Оправданным будет ограничение просмотра те­левизионных передач до 30 минут в день. Хорошо восстанавлива­ют эмоциональное благополучие ребенка длительные (до двух ча­сов) прогулки на воздухе - не прогулка по магазинам, а прогулка в парке. С раннего утра настраивайте ребенка на доброе отношение ко всему. Скажите ему «Доброе утро!» - и собирайтесь в школу без суеты.

2)Придя с ребенком в школу, постарайтесь обойтись без нра­воучений, так как они ничего, кроме утренней усталости, не дают. А вот объяснить безопасный путь в школу ребенку необходимо. Безопасный путь не обязательно самый короткий, поэтому лучше выйти из дому пораньше.

3)Встречая ребенка в школе после уроков, порадуйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно, без вас, це­лых три часа.

4)Терпеливо выслушайте его, похвалите, поддержите и ни в коем случае не ругайте - ведь пока еще не за что.

5)Что же делать, если появились первые трудности? Будьте щедры на похвалу, для первоклассника сейчас это очень важно. Замечание должно быть конкретным, а не касаться личности ре­бенка. Он не неряха, просто сейчас у него в тетради маленький беспорядок. Не делайте ребенку несколько замечаний сразу.

6)Ни в коем случае не сравнивайте ребенка с другими детьми. Это ведет либо к озлоблению, либо к формированию неуверенно­сти в себе.

Мы не встречали родителей, которые бы обижались на своих детей за испачканные пеленки, а вот за испачканные тетрадки - сколько угодно. Хотя и в том и в другом случае период марания неизбежен. Ребенку не нужна позиция прокурора, которую так час­то занимают родители: «Будешь переписывать пять раз, пока не получится хорошо!». Это недопустимо. Пожалуйста, помните об этом.