***Консультация для родителей.***

***Адаптация ребенка к школе.* Основные показатели благоприятной адаптации ребёнка к школе:**

**формирование адекватного поведения;**

**установление контактов с учащимися и учителем;**

**овладение навыками учебной деятельности.**

Школа – совершенно новые условия жизни и деятельности ребёнка, это большие физические и эмоциональные нагрузки. Изменяется вся жизнь: всё подчиняется школе, школьным делам и заботам. **Начало обучения** – очень напряжённый период ещё и потому, что школа с первых же дней ставит перед ребёнком целый ряд задач, **не связанных непосредственно с его предыдущим опытом, но требующих максимальной мобилизации физических и интеллектуальных сил.** Трудно всё: и сам режим учебных занятий (с перерывами не «когда хочется», а через долгих 35-40 минут), и обилие новых впечатлений, которыми нельзя тут же поделиться, и эмоции, которые приходится сдерживать. Трудно не отвлекаться и следить за мыслью учительницы, трудно сидеть в определённой позе и просто сидеть так долго.Одна из основных задач, которые ставит перед ребёнком школа, – это необходимость усвоения им определённой суммы знаний, умений и навыков. И несмотря на то, что желание учиться практически одинаково у всех детей**, реальная готовность к обучению очень различна**. Поэтому у ребёнка с недостаточным уровнем интеллектуального развития, плохой памятью, низким уровнем развития произвольного внимания, воли и других качеств, необходимых при обучении, будут очень большие трудности в процессе организации учебной деятельности.Характер протекания адаптации во многом зависит от **здоровья ребёнка**. Здоровые дети, как правило, без особого труда переносят изменение привычного образа жизни. В течение всего учебного года они сохраняют хорошее самочувствие, высокую, устойчивую работоспособность, успешно усваивают программу.Таким образом, адаптация к школе – сложный и длительный процесс, очень напряжённый и ответственный. Успешность адаптации зависит от многих факторов: уровня психологического, физического и функционального развития, состояния здоровья. И всё это вместе определяет готовность к школе.**Выбор школы.** Если есть возможность выбрать для ребёнка ту или иную школу из числа государственных или частных, прежде всего надо, во-первых, определить, какую пользу мы ждём от неё; во-вторых, понять, на что следует обратить внимание, чтобы оценить, устраивает ли нас данная школа.Нет нужды говорить, что каждый родитель стремится дать своим детям нечто из ряда вон выходящее. Одних интересует, насколько серьёзное образование можно получить в данной школе, других особенно волнует социальный статус учеников, с которыми придётся общаться их детям. Прежде чем знакомиться с какой бы то ни было школой, нужно составить для себя чёткое представление, чего же мы хотим. Мнения людей относительно школы очень разные.Если родители считают, что лучшей системой является та, в которой уделяется много внимания каждой отдельной личности, то их не устроят школы, где в классах много учеников. Если родители убеждены, что школы с первого же класса должны быть разделены на мужские и женские, их детям не подойдут учебные заведения, где мальчики и девочки учатся совместно. Во всех подобных случаях мнение взрослых не касается самой школы, а показывает, отвечает ли она их представлению о ней или нет.Выбор школы не должен быть сложным. Отправляя учиться детей, мы надеемся, что они получат определённые сведения об окружающем мире, о людях, живущих на земле, о собственных способностях. Образование должно помочь стать достойными гражданами своей страны. Даже будь у нас возможность оставить детей дома, мы не смогли бы сами научить их всему тому, что они узнают в школе. Полученные там знания нужны, чтобы обобщить жизненный опыт, который дети приобретают с нашей помощью в семье. Совершенно очевидно также, что большинство школ заинтересовано в таких же результатах, какие хотели бы получить и мы.**О чем следует сказать учителю перед началом учебного года. Очень важно всё о своём ребёнке рассказать учителю.** Ложный стыд и нежелание родителей сообщать учителю о тех или иных особенностях (и особенно – «слабостях») своего ребёнка усложняют не только работу педагога, но часто являются причиной трудностей самого ребёнка. Бывает, учителю требуется не один месяц, чтобы разобраться в причинах этих трудностей, а ведь могло хватить одного разговора.**Не забудьте рассказать:**

о развитии и здоровье ребенка, особенно если у него есть хронические заболевания, нарушения зрения и слуха;

как работает ребёнок (спокойно, целеустремлённо, быстроотвлекается, рассеянный, скоро утомляется);

каковы особенности его поведения (спокойный, дисциплинированный, беспокойный, легковозбудимый, раздражительный, плохо управляемый); особо отметьте, если ребенок ленивый или левша;

как общается с окружающими (со взрослыми, с детьми);

что вы знаете об особенностях его мышления, памяти (воспринимает только конкретный материал, владеет абстрактными понятиями, может обобщать; память – хорошая или плохая);

как развита речь (произносит правильно все звуки, неправильно несколько звуков, заикается, пересказывает, употребляет распространённые предложения, пользуется эпитетами, речь бедная, односложная; умеет ли понять смысл картинки, рисунка, рассказа).

Если вы занимались или занимаетесь у логопеда, не забудьте сообщить об этом.**Предостережения родителям.** Многие родители начинают думать об образовании ребёнка задолго до школы. Но редко кто из взрослых осознаёт реальную трудность и сложность школы. Не только учёбы как таковой, а всего комплекса учебных нагрузок – интеллектуальных, эмоциональных, физических.Действительно, понимаем ли мы, взрослые, что учиться трудно? А главное – готовы ли мы к школьным трудностям и к школьным неудачам своих детей?Школьные трудности неизбежны, но кто-то пройдёт их незаметно, а для кого-то они могут стать непреодолимым препятствием. Здесь многое зависит от взрослых, от их помощи и поддержки.Подготовка к школе и школьные успехи взаимосвязаны. Чем больше наши старания до школы, чем больше внимания мы уделяем детям, тем выше родительский уровень притязаний, тем больше надежд, тем желаннее успехи, только успехи. К сожалению, желания родителей не столь уж часто совпадают с возможностями детей, очень горькими бывают разочарование, огорчение, растерянность, когда у малыша, на которого возлагали столько надежд, неудачи следуют одна за другой.Родители в таких случаях часто бывают нетерпеливы, нетерпимы и эгоистичны, хотя оправдывают это «благими намерениями». Но какими бы ни были оправдания, раздражение, крики, выяснение отношений, наказания – всё это дополнительные стрессовые ситуации, это всегда ребячья боль от непонимания и обиды. Главное, что это только усугубляет трудности и создаёт новые проблемы.Сейчас можно отдавать ребёнка в школу как можно раньше, но рассчитываем ли мы силы ребёнка? Кому-то по силам все школьные нагрузки и в 6 лет, а кому-то полезнее провести ещё годик дома или в детском саду. Не потому, что ребёнок к учёбе не готов, а потому что он не готов к школе, к существующей системе обучения, к тому объёму школьных нагрузок, с которыми он должен будет справиться. И дело здесь не только и не столько в уровне интеллектуального развития ребёнка, сколько в возрастных особенностях его функционального развития, в резервах его организма, в состоянии здоровья, но об этом мы почти не задумываемся.

**ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

**1. Поддерживайте в ребенке 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. Рассказывайте ребенку о своих школьных годах, это повысит его интерес к школе.Следите за состоянием здоровья и занимайтесь реабилитацией всех выявленных отклонений.

**2. Узнайте у воспитателей заранее, хотя бы за год, насколько «зрел» или «незрел» ребенок,** или же проведите самостоятельно ориентировочный тест школьной зрелости ребенку дома. Если ребенок зрел, то всё равно психологически готовьте его к школе, ко всем трудностям, которые там ждут. Если малыш условно зрел и в состоянии учиться в обычной школе, необходимо попытаться как-то сделать «зрелыми» даже «незрелые» критерии, используя рекомендации психолога и педиатра. Если ребенок ваш недостаточно готов, ни в коем случае не добивайтесь, чтобы его по вашей просьбе записали в школу. Если ребёнок готов, вам надо выбрать только школу, необходимую ему, которую вам посоветуют на медико-психологической комиссии.Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми онвстретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться, 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.**

**4. 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.

**5. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха**. В каждой работе найдите, за что можно было бы его по хвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

6. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за **советом и консультацией к учителю или школьному психологу.**

7. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. **Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.**

8. Ученье – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребёнка, но не должно лишать её многообразия, радости, игры**. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.**

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПОРТРЕТ ИДЕАЛЬНОГО ПЕРВОКЛАССНИКА**

**1.Педагогическая готовность:**

навыки чтения;

навыки письма;

навыки рисования;

звуковая культура речи (чистая речь);

умеет развернуто ответить на вопрос;

хороший словарный запас;

хорошая общая осведомленность.

**2. Интеллектуальная готовность:**

дифференцированность восприятия как основа мышления;

развито воображение;

хорошая ориентировка в пространстве и времени;

развито наглядно-образное мышление (умение выделять существенное в явлениях окружающей действительности, а также умение сравнивать их, видеть сходное и отличное);

развита тонкая моторика рук (владение карандашом, ручкой, ножницами, навыки рисования);

хорошая память;

развита регулирующая функция речи (выполняет словесные инструкции);

интеллектуальная активность (умение превратить учебную задачу в самостоятельную цель деятельности);

предпосылки абстрактно-логического мышления (способность понимать символы, формулировать вопросы, самостоятельно рассуждать, находить причины явлений и делать простые выводы).**3. Мотивационная готовность:**

выраженность познавательных интересов;

стремление освоить роль школьника (хочет ходить в школу, иметь портфель и т. п.);

принятие системы требований, предъявляемой школой и учителем.**4. Эмоционально-волевая готовность:**

умение управлять своим поведением (на уроке, во время перемены);

сохранение работоспособности в течение одного урока и в течение учебного дня;

эмоциональная устойчивость (регуляция эмоций);

произвольная регуляция внимания (концентрация, устойчивость, переключение внимания);

умение задерживать свои импульсы (например, не перебивать других в разговоре);

умение продлить действие, приложив к этому волевое усилие.**5. Коммуникативная готовность:**

желание общаться со взрослыми и детьми;

умение установить контакт с учителем;

сохранение чувства дистанции;

способность к личностному контакту со взрослым (в противовес ситуативному);

умение устанавливать контакт со сверстниками;

умение войти в детский коллектив и найти свое место в нем;

умение выполнять совместную работу;

умение поддерживать равноправные взаимоотношения со сверстниками.

**Как занять ребенка дома**. **Рекомендации для родителей**

Очень часто бывает так, что родители для того чтобы ребенок им не мешал заниматься какими – либо домашними делами, усаживают его за телевизор или за компьютер, а в дальнейшем ,стараясь его привлечь к домашней работе, или к занятиям ,слышат в ответ: «не хочу», «не буду», «лучше я посмотрю телевизор или поиграю в компьютер».

Для того чтобы такого не происходило, уважаемые родители,старайтесь с самого начала не отталкивать малыша от себя. Если ребенок хочет помочь вам, то разделите с ним домашние обязанности. Перед выполнением работы **покажите ему как нужно** делать, а увидев недостаток в его работе все –таки **похвалите ребенка** за стремление все сделать хорошо, во-вторых ,указывая ему на его ошибку, **покажите еще раз** как следует делать правильно. И пускай у вас уйдет на уборку или приготовление обеда больше времени, но зато малыш будет привыкать действовать с вами совместно, и у него не выработается потребность  постоянного времяпровождения   перед телевизором или компьютером.

Если же у вас произошла такая ситуация, что ребенок часами сидит перед эк­раном и смотрит все подряд, то постарайтесь огра­ничить время телевизионных сеансов не запретами, а взаимной догово­ренностью.

Кстати, по мнению некоторых педагогов: дети, которые смотрят познавательные программы, более раз­виты, нежели их сверстники, лишен­ные телевизора вообще.

Спросите у малыша, какие детские передачи ему нравятся, затем решите вместе, сколько времени в день он может смотреть телевизор, а сколько вы будете уделять времени на занятия и на домашние дела. И прежде всего сами не уходите от этого графика. Непрерывная продолжительность работы за компьютером (просмотра телевизора) для детей до 5 лет не должна превышать 10 минут. После занятия (просмотра) рекомендуется проводить гимнастику для глаз.

**Предлагаемый ниже список домашних развлечений может стать альтернативой просмотра телевизора и компьютера.**

1. Устройте лепку из соленого теста. Такое тесто готовится    очень просто. Смешайте равные части соли, муки и воды в миске и размешайте пока консистенция не станет пастообразной. При желании можно добавить пищевые красители. И начинайте лепить все, что угодно. В дальнейшем «произведения искусства» подсушивают при комнатной температуре либо в духовке, после чего раскрашивают гуашевыми красками, при желании покрывают лаком (с лаком работать лучше одному взрослому).

1. Еще ма­лыши очень любят разглядывать раз­ные комиксы. Почему бы, например, не придумать для них историю в кар­тинках? Возьмите пачку старых глян­цевых журналов и вырежьте из них яркие картинки: людей, животных и растений. Потом придумайте вмес­те с детьми сюжет сказки и наклейте картинки на большой лист ватмана. Если каких-то персонажей не хвати­ло, можно их дорисовать. В общем, фантазируйте.

1. Покажите ребен­ку кукольный спектакль или предложить ему показать спектакль вам, а лучше устроить совместное представление для других членов семьи.

1. Устройте необычное рисование пальчиками. Чтобы краска после занятия легче отмывалась от рук, смешайте гуашевые краски с зубной пастой.

**И помните: в дошколь­ном возрасте привлекательной, главной и самой развивающей деятельностью ре­бенка является игра. Поэтому, если взрослые хотят занять ребенка, помочь ре­бенку в его развитии, они должны любую деятельность с ребенком превращать в игру.**

**АНКЕТА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ «АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ»**

Данная анкета направлена на определение уровня сформированности предпосылок учебной деятельности и адаптации первоклассника к школьному обучению.

Родителям предлагаются вопросы и варианты ответов. Родители выбирают тот ответ, который является наиболее подходящим к их ребенку.

1. Охотно ли идет ребенок в школу?

· неохотно (ДА)

· без особой охоты (ВДА)

-охотно, с радостью (А)

2. Вполне ли приспособился к школьному режиму? Принимает ли как должное новый распорядок?

· пока нет (ДА)

· не совсем (ВДА)

· в основном, да (А)

3. Переживает ли свои учебные успехи и неуспехи?

· скорее нет, чем да (ДА)

· не вполне (ВДА)

· в основном да (А)

4. Часто ли ребенок делится с вами школьными впечатлениями?

· иногда (В ДА)

· довольно часто (А)

· затрудняюсь ответить

5. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?

· в основном отрицательные впечатления (ДА)

· положительных и отрицательных примерно поровну (ВДА)

· в основном положительные впечатления (А)

6. Сколько времени в среднем тратит ребенок на приготовление домашнего задания? (укажите конкретную цифру).

7. Нуждается ли ребенок Вашей помощи при выполнении домашних заданий?

· довольно часто (ДА)

· иногда (В ДА)

· не нуждается в помощи (А)

8. Как ребенок преодолевает трудности в работе?

· перед трудностями сразу пасует (ДА)

· обращается за помощью (ВДА)

· старается преодолеть сам, но может отступить (ВДА)

· настойчив в преодолении трудностей (А)

9. Способен ли ребенок сам проверить свою работу, найти и исправить ошибки?

· сам этого сделать не может (ДА)

· иногда может (ДА)

· может, если его побудить к этому (А)

· как правило, может (А)

10. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу, обижается на них?

· довольно часто (ДА)

· бывает, но редко (ВДА)

· такого практически не бывает (А)

11. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без напряжения?

· нет (ДА)

· скорее нет, чем да (ВДА)

· скорее да, чем нет (А)

А — адаптация; ВДА — возможная дезадаптация; ДА — дезадаптация.

При обработке результатов анкеты подсчитывается количество ответов по каждому показателю и делается вывод об уроне адаптации первоклассников к школе.