

Как помочь первокласснику адаптироваться к школе

Начало учебного года – стресс для любого первоклассника. У детей, едва отправившихся в школу, возникают проблемы и страхи, которые могут остаться с ними на всю жизнь. Главное здесь – помочь ребенку адаптироваться в новой среде и



стимулировать в нем интерес к изучаемым предметам.

Первый класс – тяжелое испытание для ребенка. Он должен сидеть на месте в незнакомой обстановке, подчиняться чуждому человеку, найти общий язык с одноклассниками. И в такой стрессовой ситуации он еще и учиться должен. Хорошо, когда незадолго до поступления в школу ребенок уже знаком с учебным процессом

(ходил в кружки или секции) и постоянно общался со сверстниками. Общительному и самостоятельному первокласснику будет легче приспособиться к новому коллективу и школьным правилам. Если же ребенок замкнут и необщителен, его адаптация к школе пройдет сложнее.

Более того, ребенок сталкивается с постоянной оценкой его действий со стороны учителя и со стороны сверстников, поэтому, чтобы у ребенка не было психологических проблем, родители должны ему помочь. Ведь ребенку в первом классе нужно научиться осваивать предмет, самостоятельно заниматься, воспринимать новую информацию, перерабатывать ее и делать выводы – это и есть основные направления адаптации первоклассников.

Кроме психологической адаптации есть и ее физиологическая составляющая – организм ребенка вынужден работать в новых условиях. В первые две недели детский организм будет очень быстро приспособливаться к новому времени сна и бодрствования, питания и пр.

В целом, адаптация (психологическая и физиологическая) длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника. Именно в первой четверти у детей, склонных к нервно-психическим отклонениям, эти отклонения могут резко проявиться. В результате адаптации ребенок может похудеть, поправиться, чаще болеть, у него может повыситься или понизиться артериальное давление. Если вы беспокоитесь за физическое или психическое состояние ребенка, обязательно проконсультируйтесь с врачом.

Частые проблемы и их решения

Ребенок неправильно произносит звуки или искажает слова. Это не значит, что у ребенка недоразвита речь. Просто в шести - семилетнем возрасте не у всех детей развит фонематический слух, и некоторые звуки они еще не могут вычленять из речи. В этом родителям нужно объяснить первокласснику (и учителю, если потребуется), почему кто-то из его сверстников говорит четко, а он «съедает» буквы. Решение этой



проблемы довольно простое – чтение вслух вместе с родителями.

Редкий первоклассник примерно сидит за партой и внимательно слушает все, что говорит учитель. Чаще бывает наоборот – дети шумят, безобразничают, «считают ворон» и т.п. Это – недостаток внимания и, как следствие, отсутствие концентрации на предмете и дисциплины. Чтобы повысить способность

ребенка концентрироваться, нужно развить в нем заинтересованность в новом предмете.

Как это сделать?

Готовности ребенка к школе и развитию внимания способствует любое целенаправленное действие, не просто игра ради игры, а игра (конечно, которая нравится ребенку) с последующим результатом. Такой игрой могут быть собирание мелких предметов (камешков, ракушек, кубиков и пр.), складывание мозаики или конструктора и т.п.

Есть и упражнения для развития внимания, которые ребенку нужно делать вместе с родителями:

Находить и вычеркивать определенные буквы в печатном тексте.

Запоминать расположение предметов, предъявляемых для рассматривания на несколько секунд.

Читать текст и одновременно считать число стуков родительского карандаша по столу.

Ребенок после школы гиперактивен и неугомонен? Это результат стресса. Школа сильно меняет режим ребенка. Поэтому ребенку нужно соблюдать режим и в этот режим лучше ввести час сна после школы, после которого ребенок отдохнет и его нервы успокоятся.

Детские страхи и как с ними бороться



Оказываясь в новой незнакомой среде среди чужих людей, в детях начинают просыпаться страхи. Появляются чувство неуверенности в своих силах, сомнения в своих знаниях, страх оказаться неправым и получить плохую оценку, стремление получить помощь по любому поводу. Часто в ребенке просыпается страх разлуки с родителями, ведь он расстается с ними почти на весь день.

Почему так происходит? Все идет от семьи.

Не проявляйте беспокойства перед ребенком. Мандраж родителей перед отправкой чада в школу передается ребенку и вот уже он тоже боится, что в школе с ним может что-то случиться. Ребенок может бояться и нового коллектива, и учителя, и просто бояться, без конкретного объекта страха.

Если родители тщеславны и возлагают на школьника большие ожидания, он будет бояться сделать, получить плохую оценку, как-либо еще не оправдать ожиданий родителей. Со всем этим грузом у него возникнут проблемы в общении со сверстниками и учителем. Внешние проявления таких проблем могут быть негативны и весьма разнообразны, особенно если ребенок чувствует, что сам не сможет получить нужный результат. Поэтому, не давите на ребенка, пусть в первом классе научится получать знания и делиться ими с окружающими, начать работать над получением золотой медали можно и позже.

Отрываясь от родителей, к которым нежно привязан, ребенок начинает бояться, то за ним не вернуться, его бросят или за время его пребывания в школе случится что-то нехорошее. Если такой страх присутствует, отводите ребенка в школу лично, даже если она в ста метрах от дома. Если ребенок боится совершить ошибку, спросите себя, а не слишком ли вы контролируете, опекаете и много требуете от него? Если такой страх возник, не говорите чаду, что если он получит плохую оценку, из него ничего не выйдет и он ничего не достигнет. Негативная мотивация здесь не подходит. Ребенок ошибся, но он же может подумать получше и исправить ошибку. Если поведение вашего ребенка подсказывает вам, что у детского страха есть веские основания, спокойно расспросите ребенка. Может, он боится действий представителей школы. Помните, что в школе у вашего ребенка есть определенные права и заставить его делать то, что не указано в уставе школы, никто не может. Принудительный труд, насилие и дискриминация в школе неправомерны (законы «Об образовании» и «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации»).

Психологические основы организации обучения детей на уроках в первом классе

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

На уроках у первоклассников должны использоваться три формы работы: индивидуальная, партнерская (или микрогрупповая, по 2–4 человека) и коллективная. В разные дни и у разных детей может преобладать какая-то одна из них, но каждый день все три должны присутствовать в классе.



Для учебной школьной работы первичной из них является индивидуальная. Действительно, трудно себе представить, чтобы ребенок, который совсем не умеет сделать что-либо сам, индивидуально, мог бы участвовать сознательно в какой-то общей деятельности.

Вместе с тем сама индивидуальная деятельность производна от совместной, но только совсем не школьной. Такая совместная деятельность с ребенком известна всем взрослым, но в их сознании она не связана с обучением в школе, хотя они и начинают ее использовать при первых же школьных затруднениях. Эта совместность помогает научить ребенка самым фундаментальным, первичным умениям — держать карандаш и ручку, следить за местом, где читают, и самому передвигаться по строке при чтении и письме, складывать слова из букв, проверять правильность написанного.

Для того чтобы осуществить такую совместность, взрослый садится близко к ребенку, немного сзади, иногда даже берет его на колени и из-за его спины, его рукой, в один голос с ним, стараясь подладиться к его темпу, проникнуть в его восприятие, совпасть с его ходом мыслей, — осуществляет нужную деятельность вместе с ним, за него, но так, чтобы ребенок переживал ее как свою собственную. Так учат разнообразным действиям совсем маленьких детей. Но практически то же самое начинает делать мама маленького школьника, а иногда и его учительница, если видит, что он не знает, как приступить к новому материалу или способу действий. Ребенок, пришедший в класс с уже сложившейся собственной деятельностью, тоже нуждается в некоторой дозе такой совместности с взрослым на новом для него, специфически школьном учебном материале. У кого-то эта нужда очень велика, у других — меньше, но, вероятно, в первом классе нет детей, у которых ее бы вообще не было.

Такая совместность — эффективный и адекватный способ постановки у первоклассника индивидуальной деятельности, но в ней есть опасность застрять, не перейти к действительно индивидуальной, собственной деятельности самого ребенка. Это случается, когда взрослый (чаще мама, но иногда и учительница) очень фиксирует свое и детское внимание на результативности, на качестве деятельности. А так как

ребенок далеко не всегда в силах удовлетворить требования этого взрослого в части качества, то его приходится продолжать обеспечивать за счет доли, вносимой взрослым, а ребенок остается на пассивной роли соучастника. Поэтому нужно тонко различать действительно важные, сущностные требования к качеству деятельности и желание получить красивый, гладкий, не всегда соответствующий возрасту и возможностям ребенка результат.

Партнерская деятельность вторична по отношению к индивидуальной. Она предполагает, что каждый ее участник держит в поле внимания и свои действия, и чужие, и общий ход дела. Каждый из них переживает всю деятельность целиком, уступая другому часть исполнительских действий.

Наконец, групповая, коллективная деятельность — вторична по отношению к партнерской. При такой деятельности каждый ребенок чувствует, как идет дело не только у него самого и его ближайших соседей, но и у всего класса. Он ощущает себя частичкой этого целого. Коллективная деятельность может существовать в двух видах — как коллективно-распределенная и как фронтальная.

В начале учебного года результативное обучение у первоклассников преимущественно идет в форме индивидуальной и партнерской деятельности. Вместе с тем первоклассники, ожидающие «школьных» форм учебы, нуждаются в коллективных, урочных формах работы. В этих первичных коллективных формах учебное содержание обычно не осваивается. Они служат для отработки школьных форм общения, установления взаимных позиций ученик — учитель, а также для культивирования быстрых, темповых форм коллективной работы на уже освоенном материале — типа графических диктантов, математических эстафет, головоломок, ребусов, устного счета и т.д.

Все это в начале учебного года должно быть легким для детей, позволяющим держать высокий темп, дающим детям чувство собственной компетентности.

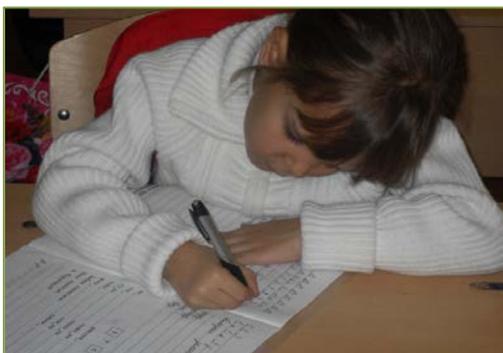
Настоящие, действительно коллективные формы работы, когда не требуется четкая организация и жесткая регламентация со стороны взрослого, появляются у первоклассников только в последней трети учебного года, на основе развертывания и реализации партнерской деятельности. При этом сначала возникает коллективно-распределенная форма деятельности — как взаимодействие нескольких микрогрупп, и только в последнюю очередь возможна действительно коллективная работа с классом во фронтальной форме.

Фронтальная работа самая сложная. Для полноценной фронтальной работы класс действительно должен стать коллективным субъектом, где каждый непосредственно ощущает не только себя и ближайшего соседа, но и всех своих одноклассников как единый организм с общим настроением, намерениями, волей. Фронтальная работа, когда

учитель обращается ко всему классу как к единому собеседнику или слушателю, с необходимостью предполагает наличие такого коллективного субъекта.

Для того чтобы первый класс смог стать таким коллективным субъектом, необходимо построение неотчужденного, интересного для детей процесса обучения. На чем же он может базироваться, учитывая, что сам по себе материал, изучаемый в начальной школе, скорее неинтересен и является лишь средством для последующей содержательной работы в различных областях знания?

Познавательный процесс начинается, когда появляется что-то неожиданное для детей, вызывающее у них произвольный интерес. Эти события часто требуют действий, вынуждающих ребенка использовать все свои резервы.



Например, дети, еще не занимавшиеся на уроках собственно чтением, получают письмо — правда, всего полстранички, написанные крупными печатными буквами. Они хотят его прочитать, хотя и не обязаны уметь это делать. Кто-то решается попробовать разобраться в тексте. Находятся и помощники. Наконец, общими усилиями они его прочитают. Даже те, кто совсем еще не умеет читать, будут косвенно участвовать в развернутом процессе чтения — и эффект от этого будет больше, чем от усилий, прилагаемых на уроке к чтению азбуки.

В другой раз письмо может быть для каждого свое, соответствующее его личному уровню возможностей — чуть-чуть выше его потолка, чтобы он «встал на цыпочки». Но и самое легкое и короткое письмо не должно быть наименее важным, скорее наоборот. Письма должны предлагать какие-то действия, нужные для кого-то или чего-то, понятного детям. Например, просьба сказочного героя построить ему домик.

На письмо, конечно, надо ответить. Каждый ответит, как сможет. А могут быть коллективные ответы от двоих-троих или один общий ответ. Только пишет его не учитель на доске, а сами дети. Кто хорошо умеет рассказывать — может придумать сам текст ответа и обсудить его со всеми, кто быстрее пишет — записывать. Тот, у кого меньше всех ошибок на письме, — проверит его, а потом его перепроверит еще кто-нибудь. Самые аккуратные переписиут на белом. Все вместе вложат в конверт, надпишут адрес и бросят в почтовый ящик.

Переписка со сказочными персонажами, в которых дети почти верят, или с реальным лицом, которое согласится таким образом помочь классу, — прекрасный и очень доступный прием, позволяющий ввести детей в реальность родного языка. Здесь можно учесть индивидуальные интересы, уровень развития навыков и умений, создать почву для неотчужденной, заинтересованной работы микрогруппами, вложить любое

содержание, отсюда легко выйти на отработку конкретных умений — ведь каждому хочется написать письмо «как взрослый», письменными буквами, или хоть подписаться на первых порах, а для этого приходится потренироваться. И в ответ может прийти письмо: «Как здорово ты научился писать! И так быстро!»

У каждого из детей может появиться свой друг по переписке — реальный или воображаемый. Могут появиться свои корреспонденты и у маленьких компаний детей, и у целого класса. В письмах могут предлагаться разные дела и занятия.

Одна из таких переписок класса — с гномиками-лесовичками (или другими подходящими героями), которым дети строят домик на зиму. В такое строительство удобно заложить весь материал по элементарной математике.

В зависимости от конкретного уровня знаний и умений детей в первых классах в строительство можно закладывать разные отрезки числового ряда. Это легко сделать, готовя с детьми план своего конкретного дома. От размеров его основания в сантиметрах и будет зависеть сложность и объем вычислений. Это может быть 20x20 см, 30x30 см и т.д. Соответственно, учитель получит материал для измерений с помощью линейки и вычислений во взятых пределах. Дети в отведенное для школьных занятий время реально строят домик из картона и бумаги. Для этого придумывают и чертят план, решают, какой высоты будут стены, где двери, окна, балконы, как устроить крышу.

Воплощение замысла связано с многочисленными измерениями, переносом размеров на чистый лист, вычерчиванием прямоугольников по заданным размерам, разделением отрезков с помощью линейки на несколько равных частей, откладыванием на прямой нескольких отрезков заданной длины и т.д. Кроме того, дом отделяют снаружи и внутри: изготавливают обои и подсчитывают, сколько кусков заданной ширины понадобится на ту или другую комнату, с учетом окон и дверей, настилают паркет или линолеум, который может изготавливаться кусками определенных размеров, кладут плитку, создавая узоры, как из мозаики, изготавливают определенное количество черепиц, в зависимости от размеров каждой из них и крыши. Сколько надо черепиц размером 1x1 см для крыши из двух скатов, каждый из которых имеет размер 25x15 см? Эта задача, определенно нелегкая для первой четверти первого класса, решается практически и осмысливается теоретически.

Дом требует и зарисовки обоев, полов, изготовления мебели и предметов обихода, постельного и столового белья, посуды, картин, ковров и т.д. Вокруг дома могут вырасти сад и огород, забор, клумбы, качели. Все это — не только увлекательный материал для индивидуальной и микрогрупповой работы, но и прекрасная тренировка мелкой моторики рук, подготовка к овладению рукописным письмом.

Во время строительства дома на уроках детям не нужно много заниматься примерами и задачами. Их за нятия могут быть «несерьезны» — это эстафеты, графические диктанты, работа с ритмикой стихов, игры в слова и буквы, включающие порядковый и количественный счет. Но оказывается, что практика измерений и конструирования по размерам, с обязательностью подразумевающая обратную связь: не так измерил — не так вычертил и вырезал — не подошло, криво получилось, — очень эффективное средство обучения начальной математике.

Все дети — и сильные, и послабее — овладевают натуральным рядом чисел в пределах, заданных строительством, прочно, действенно, с умением достаточно свободно оперировать им во внутреннем плане. Некоторые первые классы могут даже выходить на конструирование таблицы умножения (счет по 2, по 3, по 5, по 10) в пределах 30–40. Во всяком случае, для детей наглядно выступает сам принцип умножения и его отличие от сложения.

Числовой ряд «процупывается» детьми, возникают некоторые элементы систематизации этих математических представлений.

Строительство дома обязательно нужно довести до конца, а доведя — устроить новоселье. На праздник зовут гостей, пьют чай с пирогами, устраивают концерт. Но у самих строителей и их учителя кроме этого, видимого всем итога, должен получиться и другой. На уроке они, глядя на красивый, готовый дом, достав все свои бумажки с записями измерений, расчетами, планами и т.д., составят свое собственное пособие, в котором запечатлевается весь ход их стройки. Это изобретенное ими самими, выращенное в их реальной деятельности пособие — таблица сложения.

Это — не простая табличка, как в школьном учебнике. В ней действительно содержится для каждого ребенка весь ход стройки. Строители легко вспомнят, что $2+2+2+2$ см — это обои на стене в гостиной, $5+7$ см — длина коридорчика и прихожей вместе и т.д. Все эти числа и их взаимоотношения будут для них живыми, говорящими, а табличка — своей. Каждый ребенок сделает такую табличку для себя непременно сам (конечно, при необходимости взрослый поможет). Таблички будут красивыми, ответы можно выделить цветными фломастерами, каждый пример обвести отличающейся от других рамкой. Такими табличками можно пользоваться на уроках при решении задач. Как только таблички запомнятся полностью — дети перестанут в них заглядывать. Такой порядок изготовления и пользования учебными пособиями должен стать типичным для школьного обучения. Пособия должны являться, как правило, результатом обобщения наработанного в наглядно-практическом плане материала, его систематизации.

Списывание ответа с таблички-шпаргалки — это не просто списывание, а оживление в памяти реальной ситуации практического действия, запечатленного в табличке в виде математической или словесной записи.

На примере строительства домика со всеми сопутствующими этому делами — перепиской с гномами, разрисовыванием обоев и линолеума, разработкой плана гномьей квартиры и т.д. — можно видеть, как работает непосредственная, совсем не школьная детская деятельность на обучение конкретным школьным знаниям и умениям и как постепенно, по мере реализации и наполнения опытом, эта деятельность приближается собственно к учебной — но еще не становится ею.

В этой детской деятельности легко проследить те формы, о которых упоминалось выше, — индивидуальную, партнерскую и коллективную. Деятельность по измерению, вычерчиванию, конструированию отдельных предметов или деталей — в основном индивидуальная и партнерская, а вот планирование, выбор варианта, который будет реализоваться из предложенных, собирание дома, новоселье, работа по изготовлению

таблички (общей, до того как каждый станет делать себе свою) — коллективно-распределенная с элементами фронтальной.

В работе с домиком можно также увидеть и те этапы, которые разбирались в начале настоящего сообщения: погружение в материал, освоение, творческое применение нового знания или умения в собственной деятельности. Вместе с тем само строительство дома первоклассниками в первой учебной четверти может рассматриваться в качестве «погружения» по отношению ко всему процессу введения в математику.

Действительно, здесь происходит погружение в практику измерения, вычислений, конструирования в осмысленном, непосредственно интересующем детей контексте. Нарботанный в течение этого периода опыт, впечатления, конкретные умения приобретают в дальнейшей работе осознанный, систематизированный характер. Пройдя период «собственно овладения» — изготовления пособий-табличек и пользования ими как шпалгалкой, опорой, дети могут уже сознательно и целенаправленно пользоваться ими в собственной творческой деятельности, задавая, таким образом, ее новый, более высокий уровень.

Трудности первых дней

Адаптация к школе – часто она оказывается тяжелее самого учения. Чем можно помочь ребенку?

Сентябрь – октябрь – самое трудное время для первоклассников. Идет постепенное привыкание к школе, и каждый маленький ученик сталкивается на этом пути со множеством проблем, на которые реагирует по-своему. Задача взрослых на этом этапе школьной жизни – не ужасаться, не ускорять превращение дошкольника в школьника, а быть рядом и помогать незаметно. Ничего особенного, множество житейских мелочей, но именно они спасают от страха перед школой. Надо лишь серьезнее углубиться в особенности возрастной психологии первоклашек, если мы уже сами забыли, как это бывает трудно вначале...

Первоклассник: штрихи к портрету



В это время одни дети могут быть очень шумными, крикливыми, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованны, робки, стараются держаться незаметно, при малейшей неудаче или замечании плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит, появляется интерес к занятиям, предназначенным для очень маленьких детей. Резко увеличивается количество заболеваний. Некоторые дети к середине дня оказываются уже

переутомленными, поскольку школа для них является стрессогенным фактором, на протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления. У некоторых детей по утрам возникает рвота.

Чтобы определить, как можно помочь ребенку адаптироваться в школе, надо знать некоторые психологические особенности возраста 6–7-летнего ребенка. На этом возрастном этапе повышается подвижность нервных процессов, отмечается большее, чем у дошкольников, равновесие процессов возбуждения и торможения. Но процессы возбуждения все еще преобладают над процессами торможения, что определяет такие характерные особенности младших школьников, как непоседливость, повышенная активность, сильная эмоциональная возбудимость. В физиологическом плане надо отметить, что в 6–7-летнем возрасте созревание крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому детям легче выполнять сравнительно сильные, размашистые движения, чем те, которые требуют большой точности, поэтому дети быстро устают при выполнении мелких движений при письме. В целом большинство детей испытывают высокую утомляемость, вызванную еще и дополнительными, не свойственными для данного возраста школьными нагрузками (приходится много сидеть, вместо того чтобы двигаться, что жизненно необходимо ребенку этого возраста). Работоспособность маленького ученика резко падает через 25–30 минут после начала урока и может резко снизиться на втором уроке. Кроме того, дети сильно утомляются при повышенной эмоциональной насыщенности уроков и мероприятий.

Развитие мышления способствует появлению нового свойства личности ребенка – рефлексии, то есть осознания себя, своего положения в семье, классе, оценки себя как ученика: хороший – плохой. Эту оценку “себя” ребенок черпает из того, как относятся к нему окружающие, близкие люди. Согласно концепции известного американского психолога Эриксона, в этот период у ребенка формируется такое важное личностное образование, как чувство социальной и психологической компетентности или при неблагоприятных условиях – социальной и психологической неполноценности.

На что жалуетесь?

В практике нередки случаи, когда трудности адаптации ребенка в школе связаны с отношением родителей к школьной жизни ребенка. Это, с одной стороны, страх родителей перед школой, боязнь, что ребенку в школе будет плохо: “Будь моя воля, я бы никогда не отдала его в школу, мне до сих пор снится моя первая учительница в кошмарных снах”. С другой стороны, это ожидание от ребенка только очень хороших, высоких достижений и активное демонстрация ему недовольства тем, что он не справляется, что чего-то не умеет. В период начального обучения происходит изменение в отношении взрослых к детям, к их успехам и неудачам. “Хорошим” считается ребенок, который успешно учится, много знает, легко решает задачи и справляется с учебными заданиями. К неизбежным в начале обучения трудностям не ожидавшие этого родители относятся отрицательно. Под влиянием таких оценок у ребенка понижается уверенность в себе, повышается тревожность, что приводит к ухудшению и

дезорганизации деятельности. А это ведет к неудаче, неудача усиливает тревогу, которая опять же дезорганизует его деятельность. Ребенок хуже усваивает новый материал, навыки, и, как следствие, закрепляются неудачи, появляются плохие отметки, которые опять вызывают недовольство родителей, и так, чем дальше, тем больше, и разорвать этот порочный круг становится все труднее. Неудачность становится хронической.

Другая наиболее распространенная проблема – уход от деятельности. Ребенок сидит на уроке и в то же время как бы отсутствует, не слышит вопросов, не выполняет задания учителя. Это не связано с повышенной отвлекаемостью ребенка на посторонние предметы и занятия. Это уход в себя, в свой внутренний мир, фантазии. Такое бывает часто с детьми, которые не получают достаточного внимания, любви и заботы со стороны взрослых. Игры в уме становятся основным средством удовлетворения игровой потребности и потребности во внимании. В случае своевременной коррекции ребенок редко попадает в отстающие. Таким детям нужно дать возможность больше заниматься лепкой, рисованием, конструированием, обеспечить им внимание и успех в этой деятельности. В противном случае, привыкнув удовлетворять свои потребности в фантазиях, ребенок мало обращает внимания на неудачи в реальной деятельности, у него не формируется высокий уровень тревожности. А это препятствует реализации способностей ребенка и приводит к пробелам в знаниях.

Однако наиболее распространены в период адаптации к школе жалобы не на плохую учебу, а на плохое поведение, что характерно для детей с высокой потребностью во внимании со стороны окружающих. Взрослые наказывают, но таким образом эффект достигается парадоксальный: те формы обращения, которые взрослые используют для наказания, оказываются для ребенка поощрением, поскольку он нуждается в любом проявлении внимания. Истинное наказание для него – отсутствие внимания.



Еще одна проблема парадоксальным образом связана с высоким уровнем развития речи ребенка. Многие родители считают, что речь – важный показатель психического развития, и прилагают большие усилия, чтобы ребенок научился бойко и гладко говорить (стихи, сказки и т. д.). Те же виды деятельности, которые вносят основной вклад в умственное развитие (ролевые игры, рисование, конструирование), оказываются на заднем плане.

Бойкая речь, отчетливые ответы на вопросы привлекают внимание взрослых, которые высоко оценивают ребенка. Но с началом обучения в школе обнаруживается, что ребенок не способен решать задачи, а деятельность, которая требует образного мышления, вызывает трудности. Не понимая, в чем причина, родители склонны к двойным крайностям: обвиняют учителя в непрофессионализме или давят на ребенка

повышенными требованиями. А на самом деле нужно немного – больше времени уделять рисованию, играм, собиранию различных мозаик и моделей.

Еще более грустная ситуация, когда ребенок, пошедший в школу, к школе не готов. Такой “психологический дошкольник” не считает важным и серьезным требования школы, поэтому тревожность не возникает, школьные оценки беспокоят учителя и родителей, но не его. Неуспехи не переживаются как травмирующие. Он сам не замечает, как отстает все больше и больше.

Скорая родительская помощь

Понятно, что увиденные проблемы не решатся сами собой. Нужно решать их как можно скорее, в самом начале школьной жизни ребенка. Самый важный результат такой помощи – восстановление у ребенка положительного отношения к повседневной школьной деятельности. Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает. Но ни в коем случае не сравнивать его посредственные результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных учеников. Сравнить ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно – улучшение его собственных результатов.

Родителям придется терпеливо ждать успехов, ибо на школьных делах чаще всего и происходит замыкание порочного круга тревожности. И пусть школа еще очень долго останется сферой щадящего оценивания. Лучше всего смещать фокус внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий. Благодаря такой девальвации школьных ценностей можно предупредить самый отрицательный результат – неприятие, отвержение школы, которое в подростковом возрасте может перейти в асоциальное поведение.

Общаться, исследовать, сочинять, играть...

О том, что на самом деле главное для шестилетних учеников

Все первоклассники так или иначе испытывают трудности привыкания к школе. Но часто оказывается, что основная причина трудностей – не в отставании развития, а в том, что сама природа школы не соответствует природе маленького ребенка, приходящего в нее. И должно утечь много времени и слез, чтобы это привыкание все-таки произошло. Но, к счастью, бывают школы и учителя, которые не ведут ребенка за собой, а идут рядом с ним в мире школьных наук. И устраивают его школьную жизнь сообразно детской природе. Не забывая, разумеется, о серьезном образовании. Наша газета много раз писала о необходимости создания особой развивающей среды для разных школьных возрастов. Мы снова и снова возвращаемся к этой теме, потому что пространство школы, устроенное для ребенка, а не помимо него, существенно облегчает первокласснику вхождение в мир знаний.

“Моя жизнь монотонна: я охочусь за курами, люди охотятся за мной”, – говорил Лис из “Маленького принца”. Школу губит однообразие. Похожие один на другой уроки, парты в ряд, почти армейская дисциплина. И приходят в сентябре первоклассники, еще вчера игравшие в подготовительной группе детского сада... Разнообразие, активность, возможность выбора – вот что им нужно, поскольку только через игру и деятельность,



через движение и общение они могут чему-то научиться. Поэтому в нашем “Ковчеге” жизнь первоклассников устроена совсем по-иному, непривычным нам с детства образом.

Первые четыре урока ведет учитель. Это “основные уроки” – математика, русский язык, чтение, естествознание. Обычные школьные уроки, но проходят они необычно. Первое, что бросается в

глаза в классе, – парты стоят “квадратами”, так, чтобы можно было работать группе из 3–4 детей. Согласитесь – гораздо приятнее видеть лица товарищей по классу, чем их затылки. Почему в обычной школе парты стоят рядами? Просто потому, что основной способ учения там – слушание учителя и ответы на его вопросы. И конечно, молчание, молчание и поднятая рука... А у нас большую часть урока дети работают в группах и самостоятельно – решают задачи на карточках, читают книги, пишут текст. А еще обсуждают, рассказывают, показывают... Но парты – это не главное. Учебная комната первоклассников вообще не похожа на класс. Класс не вполне похож на “класс”. На стенах вместо таблиц “звонких и глухих звуков” – рисунки детей, тексты, написанные ими на разных уроках и, как правило, напечатанные на компьютере. Вдоль стен – стеллажи с книгами, ящички с карточками – это индивидуальные задания по математике, русскому языку, естествознанию; материалы для поделок, настольные игры, конструкторы. Отдельный шкаф – уголок для опытов: весы, магниты, емкости для воды, батарейки, лампочки... Дети не сидят за партами весь день, они могут ходить по классу, взять со стеллажа книгу, выбрать карточку с заданием, они могут подойти к учителю, если возникает такая необходимость.

Но и обстановка класса – это не самое главное. Главное, что уроки проходят по-другому. Уроки русского языка – это не изучение бесконечных орфограмм и исключений к ним, а сочинение текстов, возникающих по разному поводу, то, что в педагогике



Селестена Френе называется “свободные тексты”. Дети пишут в среднем по два таких текста в неделю. Работа обсуждается с учителем, ошибки исправляются. Итог работы – публикация в журнале класса или в стенной газете. Так что всегда любой ребенок может увидеть результат своих трудов и отношение к

ним не только учителя. Уроки чтения – это постановка разнообразных спектаклей на материале прочитанных художественных текстов. Математика – вполне реальная, из жизни, с опорой на детский опыт – измеряем, подсчитываем, сравниваем. А кроме того, каждому предлагается множество разнообразных задач и примеров на карточках для индивидуальной работы. Уроки естествознания и истории – это опыты в маленькой лаборатории, наблюдения, работа с книгами, просмотр видеofilьмов.

Два из первых “утренних” уроков еще более или менее похожи на привычные всем уроки. Следующие два наполнены индивидуальной и групповой работой детей. Кто-то решает математические задачи, кто-то сочиняет, кто-то читает выбранную им самим книгу. У каждого маленького ученика есть свой план работы – “маршрутный лист”.

С помощью учителя, а потом и сам он планирует свою работу на всю учебную неделю, отмечает, что уже удалось сделать. Конечно, учитель не выключен из процесса свободного учения детей – он может, например, обратить внимание ребенка на то, что ему не удаются примеры на сложение с переходом через десяток, и может посоветовать ему подходящую карточку. В конце каждого урока десять минут выделяется на групповую работу – сравнение результатов, обсуждение.



После такой насыщенной первой половины дня полагается обед и прогулка на улице. А потом начинают работать студии – гончарная мастерская, рисование, театр, музыка, моделирование, шахматы, хореография. Каждый выбирает одну или несколько студий из списка каждую четверть. Это важно, чтобы можно было попробовать себя в разной деятельности. Вечером же бывают английский язык и физкультура. Английского языка немного; пока дети маленькие, приоритеты другие – рисование, музыка, спортивные игры. То, что потом не наверстаешь. Вечером, перед уходом домой, снова прогулка. А если погода не прогулочная – чтение вслух и “тихие”, “комнатные” игры. Любой психолог скажет, что не наигравшийся ребенок становится несчастливым взрослым... А мы стараемся делать школу, где растут счастливые люди.

Адаптация первоклассников к школьной жизни

Поступление ребенка в школу, это новый этап в его жизни, еще одна ступенька, на которую ему предстоит подняться, переломный момент, этап постижения новых правил поведения, новых понятий, требований. Первый год обучения меняется уклад жизни, приходится привыкать к новому распорядку дня, ежедневному посещению учебных занятий, где все так ново и незнакомо, учителя, одноклассники, обстановка.



Для ребенка, это очень большие психоэмоциональные нагрузки. Так как

адаптация ребенка в новом коллективе, с новыми, повышенными требованиями, долгое малоподвижное положение тела, обязательная сосредоточенность и внимание, постоянная умственная деятельность, требует от ребенка, еще вчера бывшего беззаботным, большого напряжения.

Многие психологи говорят о том, что для ребенка трудна именно социальная адаптация, а не сам процесс обучения, так как у шестилеток еще не сформировалась личность, ориентированная на социальные требования и нормы поведения, способная подчиниться школьному режиму и школьным обязанностям. Как же помочь ребенку безболезненно подняться на эту ступеньку нового развития личности, справиться со сложной учебной программой, усвоить требования учителей, тем более, что многие дети в возрасте 6 лет гиперактивны, расторможены, легко отвлекаются, другие, наоборот, легко истощаются и теряют интерес к тому, что происходит на уроке.

Прежде всего, необходимы совместные действия и учителей и родителей, так как только родителям известны особенности поведения своего ребенка, методы воздействия на него.

А учителя не всегда могут в полной мере внимательно отнестись ко всем ученикам, стараясь следовать учебной программе, мало времени уделяя отстающим.

Существует три типа детей по умению адаптироваться в новой для них, школьной обстановке.

К первой группе детей, адаптация которых происходит в течение 2 месяцев, относятся дети спокойные, доброжелательные, добросовестные. Хотя у них также бывают проблемы с освоением в новом коллективе, требованиями учителя, они более легко преодолевают эти трудности, легче свыкаясь с новым режимом.

Ко второй группе относятся дети, испытывающие трудности в общении, не в состоянии сохранять внимание в течение 40 минут, они начинают разговаривать на уроке, отвлекаться, обижаться на замечания, с трудом усваивают программу. Но уже к началу второго полугодия в основном все эти дети принимают необходимость подчиниться школьным требованиям и правилам.

В третьей группе дети с повышенной возбудимостью, негативными реакциями, резким проявлением эмоций, именно они мешают учителю на уроке, плохо воспринимают учебный материал.

Необходимо развивать у ребенка положительное отношение к школе, учебному процессу, объяснять важность знаний, полученных в школе, формировать умение слушать, анализировать результаты, планировать, оценивать свои и чужие действия. Старайтесь не допускать нервных стрессов в первые месяцы обучения. Многие дети в первые месяцы в школе страдают пониженным аппетитом, частыми головными болями, нарушением сна, чувством страха, плаксивостью, понижением самооценки. Не

запрещайте ребенку брать в школу свои игрушки в первые месяцы посещения школы. Эти знакомые ребенку любимые предметы, создадут ему чувство защищенности, помогут адаптации в коллективе, налаживания дружеских связей с одноклассниками.

В этот период не стоит ругать ребенка за ошибки, надо больше обсуждать с ним о том, что происходило в школе, расспрашивать о новых друзьях, их отношении к ребенку, об учителе, незаметно корректируя реакции ребенка на ситуации. В этот период необходимо более внимательно отнестись к соблюдению режима дня ребенка, его сну, активным прогулкам, спортивным мероприятиям.

Не забывайте, ребенок вырастет и проблемы, встающие на его пути, это неизбежные уроки жизни, которые он должен стараться решать, насколько это возможно, сам.

Подумайте о том, что из многих черт характера ребенка будут формироваться новые, более полезные ему для жизни, так упрямство, формирует настойчивость, капризы, гибкость переживания, эгоизм, формирует самоуважение.

«Домашний» первоклашка: 6 проблем адаптации

Вы купили малышу школьную форму, новый ранец, огромный букет и пустили слезу умиления на торжественной линейке? Не спешите расслабляться, все только начинается: ребенку, да и вам вместе с ним, предстоит привыкнуть к школьному распорядку, звонкам, незнакомым требованиям, новым правилам, а порой – к «заскокам» учителя и пакостям соседа по парте. Особенно сложно придется «домашним» малышам, не посещавшим детсад.

У него нет привычки вставать по утрам в одно и то же время. Он не признает «столовской еды» и не приучен убирать за собой. Он не умеет знакомиться с другими детьми и придумывать общие игры. Он не воспринимает посторонних взрослых и не подозревает, что придется слушаться кого-то, кроме мамы. Он не догадывается, что на свете могут быть дети талантливее, красивее и замечательнее его самого. Конечно, это гротескный портрет «домашней мимозы». И ни в коем случае не хочется обидеть родителей, которые по тем или иным причинам решили не отдавать ребенка в сад. Многие и дома сумели привить маленькому человеку все необходимые для самостоятельной школьной жизни навыки, научили общаться с другими детьми и прислушиваться к тому, что говорят авторитетные взрослые.

Но сколько маленьких наполеончиков, избалованных сверх всякой меры, ежегодно приходит в первый класс, и как потом страдают эти дети! Ведь «откосить» от сада в наши дни можно, а в школу-то придется ходить. Ни мужества нету ещё, ни таланта. Ни взрослой усмешки, ни опыта жизни... Специалисты отмечают: до 60% младших школьников имеет серьезные трудности в адаптации к школьному коллективу. У многих детей возникают проблемы как с обучением и дисциплиной, так и с общением. Недаром в психологии существует особый термин – «школьная дезадаптация» или «школьная неприспособленность».

Среди причин дезадаптации называют, в частности, недостаточную подготовку ребенка к школе, социально-педагогическую запущенность, физическую слабость и эмоциональные расстройства. Если копнуть глубже, то негативную роль могут играть: неудачная методика преподавания, недостаточный профессионализм учителя, безучастное отношение родителей к ребенку и его занятиям, напряженная атмосфера в классе и т.п.

В результате из-за постоянных неудач первоклашка начинает чувствовать себя «малоценным» и пытается это компенсировать неудовлетворительным поведением. Если ругать такого ребенка, то он вообще ополчается на целый свет.

Ты знаешь, что такое школа?



Взрослые подчас забывают: знание о том, что такое школа и с чем ее едят, не передается по наследству. Родителям «домашнего» ребенка особенно важно выяснить, как он представляет себе школу и занятия в ней. Для этого есть специальный тест (поставьте по 1 баллу за каждый правильный ответ):

- 1. Что такое класс? (Класс – это комната, где на стене висит доска, на которой пишут мелом).*
- 2. Что такое урок? (Это время, когда дети тихо сидят в классе за партами, внимательно слушают учителя, выполняют его задания. Еще словом «урок» называют задание на дом).*
- 3. Что такое каникулы? (Это детский «отпуск» – не надо ходить в школу и можно, например, поехать погостить у бабушки. Каникулы бывают в разное время года, самые длинные – летние).*
- 4. В классе учатся дети одного возраста или разного? (Все дети в классе – примерно одного возраста, они родились в один год, хотя дни рождения у них – в разное время).*
- 5. Как понять, что пора идти на урок? (Громко звенит звонок, и дети входят в классы и садятся за парты).*
- 6. Что такое перемена и для чего она нужна? (Это маленький перерыв между уроками, чтобы дети могли отдохнуть, сходить в туалет или в столовую).*
- 7. Что такое отметка/оценка? (Учитель ставит школьнику отметку, чтобы оценить, насколько хорошо тот подготовился к уроку, отвечал у доски, сделал домашнее задание).*
- 8. Какие отметки хорошие, а какие – плохие? (Чем лучше ответил школьник, тем выше его оценка. Самая лучшая оценка – «пятерка»; самая плохая – «единица»).*

9. Что такое школьный дневник и для чего он нужен? (Это специальная тетрадь, в которой учитель ставит отметки, а ученик пишет расписание уроков на каждый учебный день и домашнее задание).

10. Как в школе называют стол, за которым сидят дети? (Парта).

11. На чем пишет учитель, когда объясняет правило или задание? (На доске).

12. Как можно обращаться к учительнице? (По имени и отчеству и на «вы»).

13. Что нужно сделать, если хочешь ответить, спросить что-то у учителя или попросить разрешения выйти из класса? (Нужно поднять руку и ждать, пока учитель не спросит, что ты хочешь сказать).

14. Что нужно сказать, если во время урока захотелось в туалет? (Надо поднять руку и спросить, можно ли выйти).

11–14 правильных ответов. Ребенок неплохо ориентируется в школьной жизни, быстро привыкнет к школьному распорядку и, вероятнее всего, будет отличаться примерным поведением.

7–10 правильных ответов. Кто-то рассказал ребенку о школе в общих чертах, но с ним нужно более подробно побеседовать – так ему легче будет привыкнуть к учебному процессу.

4–6 правильных ответов. Малыш мало знает о школе. Ему необходимо как можно больше рассказывать об учебе, по возможности сводить в школу на день открытых дверей или просто зайти и немного осмотреться в будний день.

0–3 правильных ответа. Видимо, ребенок вообще ничего не знает о предстоящем обучении, и вся эта школа с ее дисциплиной и довольно строгими правилами будет для него, как гром среди ясного неба. Но, к счастью, в запасе есть немного времени, и можно успеть познакомить чадо с основными школьными понятиями и правилами. К примеру, собрав плюшевых зверей и рассадив их «за парты», изобразите урок – в игровой форме усвоить школьные правила малышу будет намного проще.

Ну, ты как? Привык?

Как понять, адаптировался ребенок или нет? Если все проходит успешно, считают психологи, родители поймут это по улучшению работоспособности первоклашки в течение первого полугодия, успешному усваиванию школьной программы и нормальному самочувствию. В противном случае, когда ребенок еще психологически не готов приспособиться к новым социальным требованиям, он:

не в силах выдержать весь урок спокойно, часто отвлекается;

на уроке витает в облаках и не может рассказать, о чем только что говорил учитель;

не записывает задание на дом;

носит в школу игрушки и достает их на уроках;

со сверстниками ведет себя настороженно, замкнут, боится подойти и познакомиться, попросить принять его в игру;

готов к уроку, но из-за своей стеснительности не решается рассказать стихотворение и запинаятся, читая вслух;

боится перемен, в его поведении «читается» тревожность.

Не стоит волноваться, если по итогам первой четверти ребенок так и не привык к школьной жизни. Знающие люди утверждают: адаптация первоклашек может длиться от 2–3 недель до года.

Психологи условно делят формы адаптации детей к школе на три группы:

I группа – легкая форма адаптации. Эти малыши привыкают в течение

сентября-октября: они быстро осваиваются в школе (успевают всюду сунуть свой нос, раньше других найти ларек со жвачкой и наклейками, сгонять в столовую на разведку), без проблем заводят себе друзей. У них практически всегда хорошее настроение, они благодушны, выполняют все требования учителя.

II группа – форма адаптации средней тяжести. Привыкание длится полгода или чуть дольше, ребенок не находит общего языка с педагогом, отказывается принимать школьные порядки, у него трудности в общении с остальными детьми, сложности с учебой.

III группа – тяжелая форма адаптации. Эти дети привыкают труднее всех.

Школьная программа никак не усваивается, отрицательные эмоции постоянно берут верх. На таких ребят часто жалуются и родители, и учителя... Да и ровесники, видя, что одноклассник – огрызающийся «двоечник несчастный», начинают сторониться его – так, на всякий случай. На самом деле все эти внешние проявления – не блажь, а «мигающая красная лампочка» для родителей, педагога и школьного психолога, сигнализирующая взрослым: «нужна срочная помощь!».

Не можешь – научим, не хочешь – заставим!

Тысячу раз права была учительница, призывавшая родителей как можно мягче относиться дома к своему первоклашке. «Давайте в силу профессии я буду ругать, а вы – хвалить, обнимать, гладить по голове ...» – говорила она. Поддержка родных очень важна для новоиспеченного школьника. Причем, чем больше взрослых окажут ему эмоциональную помощь, тем успешнее и быстрее малыш привыкнет к условиям школы.

Бывает и так, что классу достается «педагог», склонный свои профессиональные ошибки списывать на психическую неуравновешенность ребенка. Как отмечает профессор кафедры клинической психологии детей и подростков Н.В.Вострокнутов, психиатры уже заметили «устойчиво выраженную тенденцию направлять к психологу и к врачу, например, психиатру, ребенка, с которым учитель постоянно встречается затруднения». Фактически не справившись со своими обязанностями, учитель пытается замаскировать бессилие, навешивая на детей ярлыки-диагнозы, не имея на это ни права, ни основания. Такой «педагог» точно ничего не слышал об утвержденной «Программе организации процесса адаптации первоклассников к школьному обучению». В этом случае родителям следует обратиться к директору и поставить вопрос о компетентности учителя.

Пионер готов?

С помощью теста, рекомендованного известным российским психологом Татьяной Давыдовной Марцинковской, можно выяснить, сформировалась ли у ребенка четкая внутренняя позиция по отношению к школе.

Попросите малыша выбрать ответ, который придется ему по душе (каждый ответ, соответствующий школьной дисциплине, оцените в 1 балл):

- 1. Если бы было две школы: в одной – уроки русского языка, математики, чтения, пения, рисования и физкультуры, а в другой – только пение, рисование и физкультура, ты в какой бы хотел учиться?*
- 2. А если бы в одной школе были уроки с переменками, а в другой – только переменки без уроков, ты в какой бы хотел учиться?*
- 3. Если бы в одной школе за хорошие ответы учитель ставил бы «пятерки» и «четверки», а в другой – давал бы конфеты и игрушки, ты бы в какой хотел учиться?*
- 4. Если бы в одной школе можно было вставать с места только с разрешения учителя и поднимать руку, если хочешь что-то спросить, а в другой делать на уроке все, что захочется – в какой из них ты хотел бы учиться?*
- 5. Если бы в одной школе задавали уроки на дом, а в другой нет, то в какой из них ты бы хотел учиться?*
- 6. Если вдруг заболела учительница, ты бы хотел, чтобы ее заменили другой учительницей или мамой?*
- 7. Если бы я сказала: «Ты у меня еще маленький, тебе трудно вставать, делать уроки. Остайся в детском саду, а в школу пойдешь на будущий год», ты бы согласился?*

8. Если бы я предложила тебе заниматься с учительницей дома, чтобы тебе не приходилось ходить в школу по утрам, ты бы согласился?

9. Если бы соседский мальчик спросил: «Что тебе больше всего нравится в школе?», что бы ты ответил ему?

Теперь подсчитаем баллы. Психологи утверждают, что внутреннюю позицию ребенка можно считать сформированной, если он набрал 5 и более баллов.

Если кроха пока не проявил особого желания идти в школу, не огорчайтесь.

Расскажите ему, что школа – это не только знакомство с новыми людьми, но и увлекательный мир знаний. Попробуйте его заинтересовать: пролистайте вместе пару учебных пособий для первоклашек в книжном магазине, расскажите, как здорово и интересно учиться. Готовьте его к урокам, проводя занятия в игровой форме, без напряжения со стороны малыша.

Мини-пун Земли



Педагоги выделяют несколько проблем, которые могут возникнуть у ребенка в период «первоклассной» адаптации. Первая из них, коммуникативная, особенно актуальна для «домашних» детей. Выпускники детсада умеют работать сообща и понимают, что учительница – это та же воспитательница: она требует дисциплины и может наказать за непослушание. Ребенку, который встречался с ровесниками

лишь изредка, бывает сложно найти общий язык с незнакомцами. Он не умеет вписываться в детское общество, в отличие от детсадовцев не знает «законов стаи», стесняется знакомиться с другими детьми. А в школе так важно найти себе друга, с которым можно поболтать обо всем на свете, обмениваться интересными книжками и сделать вместе домашнюю работу!

Чтобы помочь малышу в адаптации, постарайтесь привить ему знание элементарных норм поведения:

- нельзя толкать сверстников и отбирать у них понравившиеся вещи,
- необходимо вежливо отвечать на вопросы, делиться карандашами, ручками и ластиками и прислушиваться к мнению окружающих,
- важно внимательно слушать учителя и т. п.

Объяснить ребенку правила общения помогут игры и сказки.

Главное – внутренний настрой



Внутренний настрой особенно важен перед началом чего-то значимого. Проведя несложный тест, родители будущего первоклашки в общих чертах поймут, готов ли ребенок к школе с психологической точки зрения.

Попросите малыша ответить на каждое утверждение «да» или «нет» и поставьте по 1 баллу за каждый положительный ответ:

- 1. В школе у меня будет много новых друзей.*
- 2. Мне очень интересно, какие в школе уроки.*
- 3. Я хочу дружить со всеми одноклассниками.*
- 4. Я хочу, чтобы уроки были дольше, чем перемены.*
- 5. Интересно, как выглядит классная комната.*
- 6. Я обязательно буду учиться хорошо.*
- 7. Каникулы – это самое лучшее в школьной жизни.*
- 8. Я думаю, что в школе интереснее, чем в детском саду.*
- 9. Я хочу скорее пойти в школу, ведь многие мои друзья – первоклассники.*
- 10. Если бы можно было, я бы пошел в школу уже год назад.*

Теперь подсчитаем результаты:

1–3 балла – малыш не горит желанием идти в школу, ему и так хорошо;

4–8 баллов – ребенок хочет в школу, но стоит поговорить с ним на эту тему, чтобы выяснить, что для него привлекательнее – сама учеба или возможность завести новых друзей. Если он в основном отвечал «да» на верхнюю группу вопросов, можно сделать вывод: ребенок идеализирует школу и не готов к трудностям, которые могут возникнуть в ходе занятий. Если же он ответил положительно на большую часть нижних вопросов, значит, он не питает особых иллюзий, готов учиться и пока не придает большого значения общению со сверстниками в школе;

9 – 10 баллов – ребенок вполне осознанно хочет учиться в школе, вероятно, он сохранит такое отношение к учебе на протяжении 11 лет. (по материалам Психологического центра «АДАЛИН»)

Да зачем мне эта школа?!!

Отсутствие мотивации к учебе – вторая серьезная проблема «домашних» детей. Детсадовцы готовились к школе на протяжении последних двух-трех лет. Они знают, что идут туда учиться.



«Домашние» малыши в первую очередь стремятся в школе к общению. Попав в большой детский коллектив, они пытаются подружиться чуть ли не со всеми сразу. А как мы уже говорили, для ребенка, не посещавшего детский сад, непросто заводить знакомства. Получается, что все эмоции, мысли и силы малыша направлены на приобретение новых друзей, а не на учебу. В итоге – «двойка», окрик учителя, выговор от родителей. Выдержать ТАКОЙ эмоциональный накал малышу невероятно сложно... В подобном случае в разговоре с ребенком о школе делайте упор на учебу. Расскажите, какие предметы ему предстоит изучать, поделитесь собственными воспоминаниями: как ходили по компасу, как получали электричество в кабинете физики, как окрашивалась в пробирке лакмусовая бумажка...

Первоклассника тащат в школу. Он упирается и кричит: «Одиннадцать лет! За что?!!»

Подготовить малыша к школе поможет сказка *Вот здесь* – <http://adalin.mospsy.ru> – настоящая сокровищница для родителей!

30 отличных психопрофилактических и коррекционных сказок для школьной адаптации, собранных специалистами Психологического центра «Адалин».

Нередко дети приходят в класс целой детсадовской группой и прекрасно знакомы друг с другом. Влиться в сплоченную компанию – сложно. Чтобы помочь своему ребенку, пригласите нескольких ребят из класса в гости, устройте чаепитие. На своей территории ребенок почувствует себя увереннее, и завоевать симпатию новых знакомых ему будет гораздо проще.

Почему сегодня Петя просыпался десять раз?..

Вставать строго по расписанию, сидеть за партой 35 минут (а в некоторых школах первоклашек сразу приучают к положенным 45), каждый день делать уроки, вовремя ложиться спать ... Режим – третья по распространенности проблема среди малышей, воспитывающихся исключительно дома. Даже если родители приучали свое чадо к режиму с пеленок и



вешали на стену красивый «Распорядок дня», по сравнению с садом дома – настоящая вольница.

Еще вчера малыш жил – не тужил, а сегодня, 1 сентября, вдруг все изменилось, причем на годы. Организм пытается защититься от стресса и снизить темп жизни – ребенок становится медлительным.

Если вы заметили, что ваш ребенок еле-еле чистит зубы по утрам, долго ковыряет вилкой завтрак, медленно вставляет руки в рукава куртки – не впадайте в панику и не торопите малыша. Он ведь не нарочно, да и стоит вам повысить голос, как он вообще будет двигаться, как в замедленной съемке.

Лучше заводите будильник, скажем, не на 7:00, а на 6:45. Повесив часы на видное место, в ходе сборов обращайтесь на них внимание ребенка, предупреждайте: «Через 15 минут мы с тобой выходим из дома, чтобы не опоздать в школу».

Если все равно не получилось собраться вовремя – не ругайтесь, иначе малыш переутомится еще утром.

Переводите ребенка на режим, близкий к школьному, уже летом. Приучите его самостоятельно отслеживать время.

Внимание: школьный невроз

Разница в адаптации «садовцев» и «домашек» видна невооруженным глазом. **Первые** носятся по школе, они возбуждены, ведут себя довольно шумно, часто отвлекаются на уроках и в порыве чувств могут треснуть линейкой соседа по парте. **Вторые** на переменках жмутся к стенке, стараются стать незаметнее, чтобы их не заделали бегающие сверстники. Свои неудачи, порой надуманные, они страшно переживают и часто плачут. У «домашек» снижается аппетит, ухудшается сон, на эмоциональной почве у них чаще, чем обычно, возникают простуды, болит или кружится голова. Иногда «домашний» ребенок, мечтая вернуть свою прежнюю жизнь, «возвращается в детство» – начинает сосать палец, раскапывает в коробке свои старые игрушки, требует почитать ему детские книжки. Кажется, еще немного – и он начнет гулить и азукать... Если малыш не смог привыкнуть к школе за 1–3 месяца, неплохо бы обратиться за советом к детскому психологу. Он подскажет родителям, как справиться со «школьным неврозом».

Фрекен Боковна

Четвертая проблема – боязнь учительницы. Выпускники детсада поначалу относятся к учительнице с легкой настороженностью: пока они не выяснили степень ее строгости, они просто ждут. Но в любом случае каждый выпускник детского садика понимает, что учитель – тот же воспитатель, и слушаться его необходимо.

Для «домашнего» ребенка долгое время авторитетны были только родители; как реагировать на незнакомую тетеньку, он не знает. Пока она мило улыбается, получая букеты, первоклашке она определенно нравится. Но стоит ей сделать замечание или просто сердито посмотреть в чью-либо сторону, как в голове ребенка сразу появляются мысли: «Вдруг и мне достанется! Я ее боюсь!».

Чтобы успокоить ребенка, родителям следует объяснить ему, что, если учительница не будет строгой, ребята начнут себя шумно вести, и она не сможет их ничему научить. Главное – учителя всегда нужно слушаться, потому что в школе для первоклассника учитель – самый главный.

Если «домашний» малыш еще не стал первоклашкой, а только планирует отправиться в школу, попробуйте научить его общаться с другими взрослыми :здороваться с соседями по подъезду, вежливо обращаться к продавцу в магазине и т.п. Маленькому человечку необходимо понять, что круг взрослых, с которым ему придется общаться, не ограничивается папой, мамой и бабушкой.

Он будет в школе лучше всех

Иногда не только первоклассник считает себя центром Вселенной, его родители также склоны полагать, что он самый талантливый и смысленый.

Нередко первое родительское собрание служит разочарованием для мам и пап: ведь они привыкли слышать о своем малыше только лучшее, и замечание по поведению или пара неудачных ответов первоклассника у доски часто воспринимается, как полный крах.

Пятая распространенная проблема – ребенок не оправдал надежд домашних.

В таком случае родителям важно понимать, что ребенку-то обидно вдвойне: он и сам собой недоволен, а тут еще они со своими претензиями... Считайте, что желание учиться у малыша отбито. Более того, он теряет уверенность в себе.

В итоге события развиваются по такой схеме: отметки плохие – родители сердятся – отметки еще хуже... Малыша нагружают дополнительными занятиями, но это бесполезные и совершенно ненужные меры. Гораздо важнее пробудить в ребенке искренний интерес к учебе. Начальная школа – не Оксфорд, за 11 лет даже заядлый троечник легко может стать отличником, также как и отличник-первоклассник в итоге может получить аттестат с «тройками».

Такой же, как все

Бывает и так, что «домашний» ребенок пытается скрыть свои знания или, наоборот, неумения от одноклассников, чтобы не выбиваться из коллектива. Он невольно сравнивает себя с новыми товарищами. «Детсадовцы» уже прошли этот этап пару лет назад, а «домашка» в него только вступает, и ему чрезвычайно важно быть, как все. В этом и заключается шестая проблема адаптации «домашки-первоклашки».

Стремление малыша не быть белой вороной вполне понятно. Не принуждайте ребенка одеваться иначе, чем его сверстники. В старших классах, утвердившись и заняв определенную нишу, он будет одеваться так, как душе угодно, не обращая внимания на окружающих. Но сейчас ему важно не выделяться. Чтобы его поддержать, избегайте сравнений с другими детьми. Фраза «Ты стал учиться даже хуже Миши Иванова» – совершенно недопустима. Если у вашего ребенка все получается не так хорошо, как у других детей, объясните ему, что у всех детей разные таланты, и в этом нет ничего плохого.