

# Первые шаги ребенка в школе

*Воспитание — это процесс жизни,  
а не подготовка к будущей жизни.*

*Дж. Дьюи*

Ребенок, переступающий порог школы, должен соответствовать определенному умственному, физическому, эмоциональному и социальному развитию. Первые дни ребенка в школе самые трудные.

Для успешного обучения ребенка необходимо учитывать особенности адаптации, т. е. привыкания, приспособления к школьной жизни. Наблюдения за первоклассниками показали, что адаптация может проходить по-разному.

*1-я группа детей* — быстро и благополучно привыкающие дети. У них преобладает хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу, добросовестно и без видимых усилий выполнять требования учителя.

*2-я группа детей* требует для привыкания к новой, школьной жизни больше времени. Такие дети долгое время предпочитают игровую деятельность учебной, часто капризничают, плачут, жалуются, спорят или дерутся с одноклассниками.

*3-я группа детей* — плохо привыкающие дети. Их отличает негативная форма поведения, нежелание учиться и посещать школу, устойчивые отрицательные эмоции. У них не складываются отношения с одноклассниками, которые не хотят с ними дружить, играть на переменах. Такие дети ведут себя в школе вызывающе, задираются, часто мешают проводить урок и т. д.

## В чем трудности адаптации ребенка к школе?

### 1. Смена социальной позиции ребенка

Из дошкольника ребенок превращается в ученика (я — школьник). У него появляются новые и сложные обязанности: делать уроки, приходить вовремя в школу, быть внимательным на уроке, дисциплинированным и т. п. Ребенку придется выполнять новые требования и нормы, которые ориентируют его в том, как себя вести, что и как делать.

### 2. Смена ведущей деятельности

До начала обучения в школе ребенок занят преимущественно игрой. Он играет в сюжетные и ролевые игры, фантазирует, придумывает игровые импровизации. С приходом в школу ребенок начинает овладевать учебной деятельностью: школьник должен «научиться учиться», т. е. запоминать учебный материал, формулировать ответ, решать задачу.

Основное психологическое различие игровой и учебной деятельности состоит в том, что игровая деятельность является свободной, а учебная — построена на основе произвольных усилий ребенка. Если до начала обучения в школе ребенок играл тогда, когда он хотел играть, действовал в соответствии со своим желанием и самостоятельно, то с приходом в школу ребенок обязан делать то, что ему не всегда хочется делать. Он должен произвольно контролировать свое поведение, стабильно держать активное внимание на уроке: он обязан и вынужден сменить свои занятия, весь «способ жизни».

### 3. Сдерживание двигательной активности инициативного ребенка.

#### Активизация вялых и пассивных детей

Учитель стремится сформировать некий оптимальный уровень активного ребенка, способствующий хорошему усвоению учебного материала, длительному поддержанию активного внимания, сосредоточенности, концентрации.

Если ребенок характеризуется слабым развитием «комплекса произвольности», он плохо привыкает к школе, имеет низкую успеваемость. Для такого ребенка идти в школу со временем становится своеобразной «пыткой», и он начинает всячески уваливать от этого, пропускает уроки, придумывает разные болезни.

### 4. Возникновение специфических реакций

С началом обучения в школе у 67 – 69 % неподготовленных детей возникают специфические реакции: страхи, срывы, истерические реакции, повышенная слезливость, заторможенность. Такой ребенок боится учителя, испытывает страх перед выходом к доске для ответа, он боится опоздать на урок, низких отметок, унижения.

## 5. Социальное окружение: учитель, класс, семья

От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Опыт показывает, что ребенок, которого с самого начала «не полюбил» учитель начальных классов, впоследствии плохо учится, агрессивен или не уверен в себе, склонен к асоциальным поступкам.

Успешность адаптации ребенка к школе зависит также и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников. Активный и инициативный ребенок становится лидером, начинает хорошо учиться. Тихий и податливый ученик часто превращается в ведомого или аутсайдера, учится нехотя и посредственно.

Семейная ситуация, в которой оказывается ребенок в начале своего обучения в школе, имеет большое значение. Напряженная, эмоционально дискомфортная обстановка отрицательно влияет на самочувствие школьника, что сказывается и на его успеваемости.

И здесь именно вы, родители, можете помочь ребенку успешно адаптироваться к школе и полноценно включиться в учебно-воспитательный процесс.

### *Что для этого необходимо?*

#### **Подготовить ребенка к общению со сверстниками и взрослыми**

В характере ребенка родителей должно интересовать его отношение...

*...к другим людям,*

которое проявляется в следующих качествах характера: эгоизм — альтруизм, честность, правдивость — лживость, рассудительность — легкомыслие, общительность — замкнутость, тактичность — грубость, стремление превосходить — подчиняться;

*...к сверстникам,*

которое проявляется в следующих качествах характера: драчливость, конфликтность, подозрительность, открытость, завистливость, уступчивость;

*...к самому себе,*

которое проявляется в следующих качествах характера: скромность, самоуважение, самокритичность, гордость, закомплексованность, чувство неполноценности;

*...к взрослым,*

которое проявляется в следующих качествах характера: послушание, уважительность, капризность, заискивание;

*...к собственным вещам,*

которое проявляется в следующих качествах характера: бережливость, жадность, неряшливость, аккуратность;

*...к делу,*

которое проявляется в следующих качествах характера: ответственность — безответственность, трудолюбие — легкость, настойчивость, целеустремленность, инициативность, самостоятельность, добросовестность, старательность.

#### **Понаблюдайте, умеет ли ваш ребенок устанавливать контакты.**

• Если ребенок это может делать смело и охотно, — это говорит о раскованности и открытости ребенка.

• Если ребенок недоверчив и осторожен, хочет избежать контакта, — это говорит о том, что ребенок испытывает проблемы в общении, возможно, чего-то боится.

В школе ребенок будет постоянно находиться в окружении других детей, учителей. Поэтому необходимо привить ребенку *навыки общения*:

- уметь слышать и слушать своего товарища;
- говорить самому только после того, как собеседник закончит свою мысль;
- пользоваться словами вежливого общения, избегать грубостей.

#### **Полезный совет**

Создавайте для ребенка ситуации, в которых ему придется самостоятельно принимать решения, определять стиль поведения и т. п. Такие естественные ситуации возникают сплошь и рядом. Попросите ребенка сходить в магазин, позвонить бабушке и т. д. Главное, учить ребенка общению.

### **Научить ребенка подчиняться определенному режиму.**

• Если ребенок посещает детский сад, то он уже умеет соблюдать определенный режим. При поступлении в школу режим дня ребенка коренным образом меняется.

Режим дня важен для ребенка, т.к. он способствует нормальному развитию, укреплению здоровья, воспитанию воли, приучает к дисциплине. Режим дня составляется с учетом состояния здоровья, возрастных физиологических и других индивидуальных особенностей ребенка. Он предусматривает определенную продолжительность различных занятий, сна и отдыха, в том числе и отдыха на открытом воздухе, регулярное и калорийное питание, выполнение правил личной гигиены.

### **Помните:**

Каждое утро ребенок должен начинать с зарядки. Это должно войти у него в привычку.

• Необходимо привить ребенку гигиенические навыки: приучить самостоятельно умываться, чистить зубы, и другие.

• Принимать пищу следует не раньше, чем через 30 минут после игры или прогулки, а ужинать за 1-2 часа до сна. Правильно организованное питание (4—5-кратный прием пищи) имеет большое значение для нормального физического и нервно-психического развития ребенка. Особенно полезны молоко и молочные продукты.

• Для восстановления сил и работоспособности организма ребенку нужен нормальный сон. Детям 6-7 лет необходимо спать 10—11 часов.

• В выходные дни режим не нарушается, но ребенку необходимо дать выспаться

### **Полезный совет**

Начинать приготовление домашних уроков следует с письменных работ, а затем переходить к устным занятиям. В первую очередь выполняются задания средней трудности, затем самые трудные и, наконец, самые легкие.

### **Привить навыки самостоятельности.**

#### ***Как воспитать самостоятельность у ребенка***

- Поручайте ребенку конкретные дела и требуйте их самостоятельного выполнения.
- Выполненное самостоятельно дело отмечайте положительно.
- Давайте возможность ребенку проявить инициативу в выборе различных дел.
- Стимулируйте самостоятельное выполнение домашних заданий.
- Оказывайте минимальную помощь ребенку в выполнении домашних заданий.

### **Развивать эмоционально-волевую сферу.**

В школе нередко между детьми возникают ссоры, обиды и иные конфликтные ситуации. Очень важно, чтобы ребенок умел сдерживать свои эмоции, управлять своим поведением. Необходима внешняя и внутренняя саморегуляция поведения, которая приобретает по мере накопления жизненного опыта. Однако, не малую роль играет семейное воспитание. Учите ребенка подавлять агрессивные вспышки, импульсивные реакции. Зная особенности своего ребенка, вы сможете скорее найти подход к нему и помочь учителю выбрать наиболее эффективные методы воздействия в каждом конкретном случае. В ваших силах предупреждать нежелательные проявления характера ребенка, совместно вырабатывать оптимальный стиль поведения во многих прогнозируемых ситуациях.

***Информацию подготовила Зыкова К.В. педагог – психолог начального звена  
МАОУ «СОШ №9».***