

Консультация для родителей: «Первые дни ребёнка в школе»

Педагог-психолог Манохина Светлана Васильевна

Как помочь адаптироваться к школе ребятам, идущим «первый раз в первый класс». Мы все знаем, какое большое значение имеет первое впечатление о каком-то месте или о каком-то человеке. А первое впечатление о школе, о первой учительнице не только может повлиять на ход всей дальнейшей учебы, но часто остается с человеком на всю жизнь. Поэтому мне кажется настолько важным больше и чаще говорить о том, как сделать первые дни учебы ребенка, как минимум, благополучными, а в идеале — радостными и счастливыми.

Возможно ли это? Конечно, возможно! Если у вас получится некоторое время в начале учебного года встречать своего сына или дочь после уроков около школы, вы сами сможете увидеть по крайней мере нескольких счастливых первоклашек, захлеб рассказывающих своим родителям, как интересно они провели сегодня время и что нового узнали.

Но организовать такую ситуацию не просто. Потребуется серьезные усилия и от учителя, и от родителей. Причем не только усилия каждого в отдельности, но и согласованные, совместные усилия педагога и всей семьи. Должна сказать, что сейчас такая совместность по каким-то причинам стала крайне редким явлением. Она почти никогда не планируется, да и спонтанно происходит не часто. То есть, когда у ребенка все хорошо, и его адаптация происходит замечательно, взаимодействие учителя и родителей как-то более-менее выстраивается. Но если дела оставляют желать лучшего, учеба у первоклассника не клеится, поведение начинает выходить из-под контроля, то есть тогда, когда и нужны особенные совместные усилия и согласованность, взаимоотношения родителей с педагогом постепенно начинают приобретать характер попеременных защит и нападений, обвинений и оправданий, жалоб и отстаивания формальных прав.

Трудности в адаптации к школе могут испытывать почти все дети. И это понятно: фактически изменяется вся их жизнь. Если раньше ведущей деятельностью была игра, теперь ею становится учеба. Нужно довольно продолжительное время сидеть на одном месте, удерживать внимание на том, что говорит и делает учитель, выполнять его инструкции, воздерживаться от разговоров с соседом по парте, соблюдать многие другие правила школьной жизни. Растут ожидания, которые предъявляют окружающие, и ответственность за свои поступки.

И все же есть дети, которым привыкание к школьному укладу дается особенно трудно. Это дети, которые оказались недостаточно подготовлены к школе, и дети, имеющие особенности, значительно отличающие их от других детей.

Чтобы успешно включиться в школьную жизнь и образовательный процесс, дети должны быть готовы к этому. Психологи выделяют:

- мотивационную готовность к школе — интерес к новому, желание учиться и быть успешным учеником.

- интеллектуальную готовность — достаточный уровень осведомленности об окружающем мире, словарный запас, способность сравнивать предметы по существенному признаку, устанавливать причинно-следственные связи, обобщать, классифицировать предметы и явления и др.
- психологическая готовность — умение управлять своим поведением, эмоциональная устойчивость, умение преодолевать трудности, выполнять требования учителя и др.
- волевая готовность — способность ставить цель и следовать ей, намечать внутренний план действий, придерживаться принятого решения, сопротивляться отвлекающим импульсам, способность оценивать результаты своих действий др.
- социально-личностная готовность — сформированность «позиции школьника», то есть стремление стать школьником, иметь его права и обязанности; положительное отношение ребенка к школе, учебной деятельности, учителям и самому себе; умение выстраивать отношения с одноклассниками, учителем.

Подготовка ребенка к школе заслуживает отдельного разговора. В идеале ребенок должен начинать обучение только будучи к нему полностью подготовлен. Тем более, что занятия по подготовке к школе часто организуют и в детских садах, и в школах, и в центрах психолого-педагогической и медико-социальной помощи. Но если ребенок уже приступил к обучению в первом классе, а у него обнаруживаются пробелы в тех или иных аспектах школьной готовности, нужно незамедлительно заняться устранением этих пробелов. Для этого могут понадобиться занятия как с психологом, так и с логопедом, дефектологом и/или учителем начальных классов. Как правило, в каждой школе можно узнать координаты этих специалистов.

Школьный класс в обычной городской образовательной организации сегодня состоит в среднем из 25–30 учеников. Каждый из учеников уникален, но, в целом, разница в интеллектуальном развитии детей не так уж велика. Поэтому учитель может организовать образовательный процесс, доступный для всех учеников. И все же, могут быть индивидуальные особенности, препятствующие успешному обучению некоторых учеников наравне со всеми.

Наибольшие хлопоты доставляют педагогам гиперактивные дети. Шустрые, импульсивные, суетливые, неспособные долго находиться на одном месте, удерживать свое внимание на учебном материале, рассеянные — они представляют собой настоящий вызов профессиональной компетентности учителя. Прежде чем пытаться адаптировать такого ребенка к образовательному процессу, стоит обязательно посоветоваться с психологом. Дело в том, что не все из этих детей на самом деле гиперактивные. Похожее поведение могут демонстрировать и дети, расторможенные вследствие педагогической запущенности. То есть их особенно никто раньше не контролировал, не предъявлял требований, не учил соблюдению правил. Если привести в «спокойное состояние» гиперактивного ребенка невозможно — это особенность его нервной системы, то расторможенные дети вполне поддаются коррекции поведения, в том числе и традиционными методами воздействия: похвалой, замечаниями, внушениями и др.

А вот с учениками, имеющими официальный диагноз «гиперактивность» (который может поставить только врач — невролог или психиатр), стратегия работы будет иная — придется придумать, как организовать их кипучую деятельность так, чтобы она, с одной стороны, позволяла проявлять активность, с другой стороны, не мешала обучению самого ребенка и его одноклассников. В любом случае, и при гиперактивности, и при расторможенности, очень нужны занятия с психологом, направленные на снижение проблемного поведения, а также выполнение рекомендаций психолога по организации занятий с ребенком в школе и дома.

Другая особенность детей, сильно мешающая учебе, фактически противоположна предыдущей — это медлительность. Медлительный ребенок не создает много хлопот учителю, не мешает одноклассникам. Однако с первых дней своей учебы он начинает отставать от других детей, и когда взрослые — родители, учителя — наконец, замечают это, может быть упущено слишком много времени. Медлительный ребенок нуждается в постоянной поддержке, подбадривании и подталкивании. Довести темп его учебы до приемлемого вполне реально, вот только нужно по возможности раньше заметить эту его особенность и не выпускать его из внимания, пока дела не начнут исправляться. Лучше всего с подталкиванием справляются сверстники, поэтому включение ребенка в групповые виды деятельности, может серьезно помочь в решении проблемы.

Еще одна группа детей, требующих особого внимания — ослабленные, легко утомляемые дети. Начиная делать что-либо, они быстро истощают свои силы. Им трудно выполнить нормальный для других детей объем классной или домашней работы, поторапливать или подбадривать их бесполезно — сил от этого не прибавляется. Чтобы успешно адаптировать таких детей к школе, нужно проконсультироваться с врачом. Вероятно, потребуется составить индивидуальный учебный график, предусматривающий постепенное увеличение нагрузки в течение первого года обучения и сокращение количества и времени перерывов. Дома потребуется четкий, повторяющийся изо дня в день распорядок дня, включающий полноценное питание и сон.

Наконец, еще одна группа детей, нуждающихся в особенном профессиональном внимании учителя — одаренные дети. Такие дети также нередко испытывают серьезные трудности с адаптацией к школе. Обладая хорошими познавательными способностями, они быстро справляются с предложенными заданиями, скучая все остальное время, а то и мешая заниматься соседям по классу. Лучшим выходом было бы составление программы, адекватной возможностям таких детей, а может быть перевод их в специальную группу или даже в образовательную организацию для одаренных детей.

Любому первокласснику может оказаться непросто адаптироваться к школе. Как педагоги и родители могут узнать, что «что-то пошло не так»? На это укажут некоторые симптомы дезадаптации.

1. Отсутствие учебных успехов — ребенку явно трудно учиться, он совершает много ошибок, получает много замечаний по выполнению заданий от учителя.
2. Отрицательное или безразличное отношение к школе.
3. Часто подавленное настроение и «замученный» вид.
4. Отсутствие друзей в школе.
5. Школьник демонстрирует явное избегающее поведение:
 - «уходит» в себя, в компьютерные игры, телевизор, интернет и т. п.;
 - нарушает дисциплину, конфликтует с кем-то из одноклассников или учителем, что позволяет ему не выполнять учебных заданий;
 - ленится — отказывается выполнять задания учителя или домашние задания, обещает что-то выполнить, но не выполняет;
 - часто болеет.

В противоположность перечисленным эксперты приводят список признаков, указывающих на успешную адаптацию детей к школе.

- Ребенку нравится ходить в школу, он с большим удовольствием рассказывает обо всех аспектах нахождения в классе, своих маленьких победах и неудачах.
- Малыш хорошо спит, жизнерадостный, активный, любопытный, не жалуется на разнообразные боли (в том числе мнимые), редко болеет.
- Часто самостоятельно одевается и переодевается (как дома, так и в школе), хорошо ориентируется в здании учебного учреждения, без проблем ходит в столовую и туалет, а при необходимости может обратиться к педагогам за помощью.
- У ребенка появились друзья в классе, он знает их по именам и общим интересам.
- Часто положительно относится к основному учителю и иным преподавателям, а на предложение вернуться в дошкольное учреждение отвечает решительным отказом.

Как помочь ребенку с первых дней обучения влиться в образовательный процесс? Напомню некоторые свои рекомендации, а также приведу рекомендации педагогов и психологов — экспертов по школьному обучению.

1. Поднимите сына или дочь пораньше, чтобы у него (неё) было время спокойно умыться, одеться, позавтракать, полностью проснуться и немножко с вами подуматься. Зарядившись с утра положительными эмоциями, он(а) куда легче перенесёт грядущую разлуку.
2. Отправляя в школу, пожелайте ребенку доброго дня, напомните, что любите его, и обязательно придете за ним после занятий. На прощание дайте ребёнку сувенир: смешной рисунок или забавную печатку на ладошку. Подбодрите его и будьте позитивны и спокойны сами. Спокойно обнимите и уходите, помахав рукой.
3. Чем проще и обыкновеннее будет выглядеть ваш малыш, тем легче ему будет найти своё место среди ровесников. Ребёнок, у которого яркая дорогая одежда,

необычные, привлекающие внимание карандаши, пеналы, тетради, банты, становится похожим на яркую бабочку, он привлекает к себе слишком пристальное внимание и легко становится объектом насмешек.

4. Переступив «порог» школы, у вашего маленького ученика появляется новый авторитет — учительница. Не ревнуйте и уважайте мнение ребёнка о ней. В его присутствии не допускайте никакой критики в адрес школы, программы обучения и учителя.
5. После прихода из школы попросите рассказать, что хорошего и интересного сегодня произошло. Не торопите и внимательно выслушайте рассказ.
6. Если ребёнок не высказывает желания обсуждать пройденный день или огорчён, но молчит — не настаивайте и не устраивайте допрос. Пусть успокоится, «переварит» случившееся и позже сам поделится своими переживаниями и их причиной.
7. Учите ребенка управлять эмоциями (на своем примере; используя соответствующие игры и упражнения; записавшись на соответствующие психологические развивающие занятия к школьному психологу или психологу ближайшего детского центра).
8. Начальные этапы адаптации могут сопровождаться симптомами, указывающими на утомление — небольшое снижение веса, простудные заболевания, обострение хронических болезней, жалобы на усталость, головную боль. Возможны переменчивость настроения, плаксивость, вспышки гнева и другие нарушения поведения. В этот период важны полноценное питание, обеспечивающее организм витаминами, ежедневные прогулки на свежем воздухе, дополнительное время для отдыха и сна (в том числе, двух-трехчасовой дневной сон).
9. На начальном этапе школьного обучения очень важна и психологическая поддержка — критику и упреки по любому поводу нужно отложить до лучших времен. Если ребенок не доволен своими первыми учебными успехами, можно обсудить с ним ситуацию в такой логике: ты пришел в школу, чтобы учиться — когда человек учится, у него может что-то не получаться — каждый имеет право на ошибку — важно не бояться ошибок, а учиться их находить и исправлять — что, впрочем, тоже получается не сразу, и это нормально. Ребенок должен чувствовать, что его любят и ценят в любых условиях, а не только за учебные успехи.
10. При выполнении любого дела не позволяйте ребёнку останавливаться на середине. Важно сразу ориентировать его на выполнение любого задания от начала до конца. Это касается не только выполнения домашних уроков, но и при сборке ранца в школу, при уборке комнаты, помощи родителям и других заданий. Постепенно переставайте хвалить ребёнка за каждый шаг в работе — хвалите за результат. Особенно это касается мальчиков. Девочек — за процесс, хотя и результат имеет значение.
11. Не стоит совмещать начало школьной жизни с резким возрастанием внешкольных занятий.
12. Поощряйте общение со сверстниками.