

## ЗАМЕТКИ ШКОЛЬНОГО ПСИХОЛОГА

### *Адаптация ребенка к обучению в школе*

Здоровье ребенка, а также его развитие и формирование психики во многом определяется окружающей средой. Для ребенка начиная с 7 лет такой средой является школа.

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого, ведь начиная учиться, школьник вступает в новые условия по сравнению с теми, что были прежде.

*Адаптация к обучению в школе* - это не просто привыкание к новым условиям, это перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребёнка при переходе к систематическому организованному школьному обучению. Чтобы перестройка всех сфер развития прошла успешно, ребенок должен быть готов к обучению в школе.

Такая готовность определяется тремя компонентами:

- **Личностная готовность.** Это принятие школьником своей новой социальной позиции, принятие положения школьника, имеющего круг прав и обязанностей. Личностная готовность выражается в отношении к школе, к учебной деятельности, учителям, самому себе. Готовым к школьному обучению является ребенок, которого школа привлекает не внешней стороной (красивый портфель, новые учебники, яркие карандаши), а возможностью получать интересные знания, а это предполагает развитие познавательных интересов.
- **Интеллектуальная готовность.** Понимается как наличие кругозора, запаса знаний. Интеллектуальная готовность к обучению в школе предполагает:
  - дифференцированное восприятие;
  - аналитическое мышление;
  - логическое запоминание;
  - интерес к знаниям, процессу их получения за счет дополнительных усилий;
  - овладение на слух разговорной речью и способность к пониманию и применению символов;
  - развитие тонких движений рук и зрительно-двигательных координаций.
- **Социально – психологическая готовность.** Включает в себя формирование у детей качеств, благодаря которым они могли бы общаться с другими детьми, учителям.

Затруднения, возникающие вследствие недостаточной готовности к школе, могут стать причиной дезадаптации ребёнка. Тяжелая или затяжная адаптация грозит истощением организма из-за частых переутомлений и эмоциональных перегрузок. Поэтому необходимо, чтобы адаптация ребенка к школе прошла как можно безболезненнее.

Признаки, которые могут свидетельствовать о том, что есть трудности в процессе адаптации ребенка к обучению в школе:

- ребенок не хочет рассказывать родителям о школьных делах;
- ребенок стал нервным, раздражительным, бурно проявляет свои негативные эмоции, хотя ранее это было ему не свойственно;
- ребенок старается избежать школы, хитрит, чтобы не идти в школу;
- в школе ребенок активно нарушает дисциплину в классе, ссорится с одноклассниками, т.е. демонстрирует «протест»;
- в школе ребенок пассивен, не играет с одноклассниками, невнимателен, часто находится в подавленном настроении – это проявление «пассивного протеста»;
- ребенок тревожен, часто плачет, боится.

В младшем школьном возрасте происходит перестройка отношений ребенка с людьми. Индивидуальное поведение формируется только в коллективе. Начало учебной деятельности по-новому определяет отношения ребенка со взрослыми и сверстниками. Имеются две формы общения: «Ребенок – Взрослый», и «Ребенок – Ребенок». В сфере «Ребенок – Взрослый» помимо отношений «Ребенок – Родитель» возникают новые отношения «Ребенок – Учитель», поднимающие первоклассника на уровень общественных требований к его поведению. Учитель, неукоснительно предъявляющий требования, оценивает поведение школьника, создает условия для социализации. Стиль общения учителя с учениками определяет их поведение в классе во время урока, в игровой комнате и в других местах, отведенных для занятий.

Родителям необходимо объяснить своему ребенку, что нужно внимательно слушать учителя, особенно на уроке, что нужно отвечать на его вопросы, стараться не отвлекать его внимание и выполнять требования учителя.

В период адаптации дети часто начинают вести себя «как маленькие»: капризничают, упрямятся. К этому нужно отнестись с пониманием: ведь в этот период ребенок хочет убедиться, что он по-прежнему в безопасности, что мама и папа всегда рядом с ним.

Семейные неурядицы – враг успешной адаптации ребенка к школе, а комфортная психологическая обстановка в семье, напротив, поможет ребенку легче адаптироваться к обучению в школе.

Процесс адаптации проходит значительно лучше, если родители активно участвуют в нем. Можно помогать ребенку собирать вещи с вечера, стараться провожать первоклассника в школу, по дороге из школы интересоваться как прошел его день.

Важно в период адаптации не нужно перегружать чадо дополнительными заданиями: записаться в спортивную секцию или на кружок можно и позднее, а в начале учебного года важно спокойно привыкать к новому роду деятельности. Также не стоит резко менять ритм жизни первоклассника, мотивируя это тем, что «Ты уже взрослый, все можешь сам». Важно помнить, что первокласснику нужна помощь и поддержка.

Главное, необходимо помнить, что ребенок в период адаптации к обучению в школе как никогда нуждается в любви, ласке, заботе родителей.