Консультация для родителей детей подготовительной группы «Как проходит адаптация детей к школе»

*«От того, как будет чувствовать себя ребёнок, поднимаясь на первую ступеньку лестницы познания, что он будет переживать, зависит весь дальнейший путь к знаниям».*

*В.А. Сухомлинский.*

Поступление ребёнка в первый класс – ответственный момент как для него самого, так и для родителей. О том, какими знаниями и навыками должен обладать дошкольник для комфортного пребывания в школе, взрослые начинают задумываться задолго до этого события. Однако понимание готовности ребёнка к школе родителями и педагогами нередко различается. Зачастую именно это затрудняет пред школьную подготовку детей и приводит к чрезмерным дополнительным нагрузкам. Пришли вы в детский сад совсем маленькими, волновались все за малышей, но постепенно они привыкали, учились самостоятельно кушать, спать, играть в разные игры. Взрослели. Наступает время новых тревог и волнений. Впереди школьные годы. Сегодня мы поговорим с вами о школе, о тех трудностях, которые ждут наших детей, а самое главное, мы постараемся найти решения первых трудностей.

Условия социально - психологической адаптации ребёнка к школе.

1) Меняется социальная позиция ребёнка: из дошкольника он превращается в ученика. Желание новизны, осознание важности изменения своего статуса: «Я уже ученик!», готовность к выполнению стоящих перед ним задач помогают ребёнку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий, иерархии дел. Учитель выступает представителем общества: он задаёт требования и нормы, ориентирует ребёнка в том, как ему себя вести, что и как делать.

2) У ребёнка происходит смена ведущей деятельности. До начала обучения в школе дети заняты преимущественно игрой. С приходом в школу они начинают овладевать учебной деятельностью: школьники должны «научиться учиться». Основное психологическое различие игровой и учебной деятельности состоит в том, что игровая деятельность является свободной, ребёнок играет тогда, когда он хочет играть. Учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребёнок.

3) Умение выстраивать социальные отношения со сверстниками, учителями. От отношения учителя к ребёнку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Опыт показывает, что дети, которых с самого начала «не полюбили» учителя начальных классов впоследствии плохо учатся, агрессивны или не уверены в себе, склонны к асоциальным поступкам. Как правило, учитель для ученика – высший авторитет, которому на первых порах уступает даже авторитет родителей. Учитель, хотя и теряет с годами школьной жизни свою главенствующую роль влиятельного другого, тем не менее остается значимой для них фигурой и по-прежнему опережает родителей, оказывая практически в полтора раза больше влияние на ребенка.

4) Семейная ситуация, в которой оказывается ребёнок в начале своего обучения в школе, имеет большое значение. Напряжение, эмоционально дискомфортная обстановка в семье отрицательно влияет на самочувствие школьника. Нередки случаи, когда трудности ребёнка в адаптации к школе были связаны с отношением родителей к школьной жизни, школьным успехам ребёнка. Это, с одной стороны, страх родителей перед школой, боязнь, что ребёнку в школе будет плохо, опасения, что ребёнок будет болеть. С другой стороны, это ожидания от ребёнка только очень высоких достижений и активное демонстрирование ему своего неудовольствия, если он с чем-то не справляется, чего-то не умеет.

Физиологическая адаптация ребенка к школе.

Процесс физиологической адаптации к школе можно разделить на несколько этапов и периодов, каждый из которых имеет свои особенности и характеризуется различной степенью напряжения функциональных систем организма

Выделено три основных этапа (фазы) адаптации.

Первый этап – ориентировочный, когда в ответ на комплекс новых воздействий, связанных с началом систематического обучения, все системы организма отвечают бурной реакцией и значительным напряжением. Эта « физиологическая буря» длится достаточно долго (две – три недели).

Второй этап – неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные (или близкие к оптимальным) варианты реакций на эти воздействия. На первом этапе организм тратит всё что есть а иногда и «в долг берет», нет экономии ресурсов. На втором этапе эта «цена» снижается, «буря» начинает утихать.

Третий этап – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наибо-лее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех сил.

Продолжительность всех тёх фаз адаптации приблизительно 6 – 7 недель.

В первые месяцы школьной жизни многие дети худеют, более тревожно спят, капризничают за едой. Неосознаваемая, но все же возросшая тревожность – естественная реакция психики на новизну и резкие изменения привычного образа жизни, новые нагрузки. Все это снижает общую сопротивляемость организма, в результате чего могут участиться простудные заболевания, обостриться хронические болезни, возрастает зона невротического риска.

     Психологическая поддержка ребенка во время школьного обучения – проблема важная и большая. Много говорится о психологической готовности ребёнка к школе и не учитывается фактор готовности родителей к новому школьному этапу жизни их ребёнка.

    Главная забота родителей – поддержание и развитие стремления учится, узнавать новое. Например, вы встречаете ребёнка после окончания уроков вопросом: «Что было интересного в школе?», «Ничего интересного», - отвечает. «Так не бывает. Ты же узнал что-то новое, чему-то удивился, что-то тебя поразило». Ребёнок напрягается, вспоминает, что же интересного было, и, может быть, не сразу, но вспомнит какой-нибудь эпизод урока или прочитанное в учебнике, а может быть, опишет забавную сценку, случившуюся на перемене. Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребёнка. И эти способности вы так же сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем.

      Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребёнка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

      Не сравнивайте ребёнка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот.

      Вы любите ребёнка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

     С пониманием относитесь к тому, что у вашего ребёнка что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» - кроме раздражения и отчуждения с обеих сторон, ничего не вызовут.

Ваш ребёнок в трудный первый год учёбы должен ощущать поддержку.

Ваша вера в успех, спокойные, ровные отношения помогут ребёнку справиться

со всеми трудностями.