

ПРОТОКОЛ
родительского собрания МБОУ ООШ №7
муниципального образования Славянский район
для родителей будущих первоклассников по теме: «Помощь первокласс-
нику в период адаптации к школе»

Дата проведения: 30.05.2023 г.

Присутствующие: директор МБОУ ООШ № 7 – Елена Александровна Чиркова,
заместитель директора по УВР МБОУ ООШ № 7 – Марина Александровна Сабирова, педагогические, родители будущих первоклассников - 13 человек

Повестка собрания:

Доклад на тему «Проблема адаптации и помощь первоклассникам с ОВЗ в школе» докладчик - педагог-психолог Казаченок Ю.Б.

Ход родительского собрания:

1. *По данному вопросу* выступил педагог-психолог Казаченок Ю.Б. с докладом по теме **«Помощь первокласснику в период адаптации к школе»**. Юлия Борисовна познакомила присутствующих с проблемами адаптации в первый год обучения, а именно:

- 1) с физиологическими трудностями адаптации первоклассников в школе;
- 2) с психологическими трудностями адаптации первоклассников в школе;
- 3) с системой взаимоотношений ребёнка в семье в период адаптации к школьному обучению.

Первый год обучения в школе - чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребенка. Меняется весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы. Известно, что для ребенка шести-семи лет очень трудна эта так называемая статическая нагрузка. Уроки в школе приводят к тому, что двигательная активность ребенка становится в два раза меньше, чем это было до поступления в школу. Потребность же в движении остается большой.

Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит **новый коллектив** детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой. Опыт показывает, что не все дети готовы к этому. Некоторые первоклассники, даже с высоким уровнем интеллектуального развития, с трудом переносят нагрузку, к которой обязывает школьное обучение.

Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии.

Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям. **Первые 2-3 месяца** после начала обучения являются самыми сложными, ребенок привыкает к новому образу жизни, к правилам школы, к новому режиму дня. Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной. Ребенок переживает эмоциональный,

Это состояние можно назвать состоянием внутренней напряженности, настороженности, тревожностью. Такое психологическое напряжение, будучи достаточно длительным, может привести к школьной **дезадаптации**: ребенок становится недисциплинированным, невнимательным, безответственным, отстаёт в учебе, быстро утомляется и просто не хочет идти в школу. Ослабленные дети (а их, к сожалению, из года в год становится все больше и больше) являются наиболее подверженными дезадаптации. Некоторые первоклассники становятся очень шумными, крикливыми, отвлекаются на уроках, капризничают.

Другие становятся очень скованными, робкими, стараются держаться незаметно, не слушают, когда к ним обращаются взрослые, при малейшей неудаче, замечании плачут. У части детей может нарушиться сон, аппетит, иногда

поднимается температура, обостряются хронические заболевания. может появиться интерес к игрушкам, играм, к книгам для очень маленьких детей.

Независимо от того, каким образом начинается учебный год в школе, процесс адаптации так или иначе идет. Вопрос только в том, сколько времени уйдет у ребенка и учителя на него и насколько этот процесс будет эффективен. По статистике половина детей в классе адаптируется за первое полугодие, для второй половины требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Многое зависит от индивидуальных особенностей ребенка, был ли он психологически готов к школьному обучению, так же это зависит от состояния здоровья ребенка и уровня его физиологического развития. **Адаптация к школе – многоплановый процесс.** Его составляющими являются физиологическая адаптация и социально-психологическая адаптация (к учителям и их требованиям, к одноклассникам).

Физиологическая адаптация

Привыкая к новым условиям и требованиям, организм ребенка проходит через несколько этапов:

1) Первые 2-3 недели обучения получили название «физиологической бури». В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, то есть дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.

2) Следующий этап адаптации - неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

3) После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением. Многие родители склонны недооценивать сложность периода физиологической адаптации первоклассников. Тем не менее, по наблюдениям медиков, некоторые дети худеют к концу 1-ой четверти, у многих отмечается снижение артериального давления (что является признаком утомления), а у некоторых - значи-

тельное его повышение (признак переутомления). Неудивительно, что многие первоклассники жалуются на головные боли, усталость и другие недомогания в 1-ой четверти. Проявлениями трудностей привыкания и перенапряжения организма могут стать также капризность детей дома, снижение способности к саморегуляции поведения.

Социально-психологическая адаптация

Независимо от того, когда ребенок пошел в школу, он проходит через особый этап своего развития - кризис 7 (6) лет. Изменяется социальный статус бывшего малыша - появляется новая социальная роль «ученик!». Можно считать это рождением социального «Я» ребенка.

Изменение внешней позиции влечет за собой изменение самосознания личности 1-классника, происходит переоценка ценностей. То, что было значимым раньше, становится второстепенным, а то, что имеет отношение к учебе, становится более ценным.

В период 6-7 лет происходят серьезные изменения **в эмоциональной** сфере ребенка. В дошкольном детстве, столкнувшись с неудачами или получив нелестные отзывы о своей внешности, ребенок, конечно, испытывал обиду или досаду, но это не влияло так кардинально на становление его личности в целом. В период же кризиса 7 (6) лет интеллектуальное развитие ребенка, его развившаяся способность к обобщению влекут за собой и обобщение переживаний. Таким образом, цепь неудач (в учебе, в общении) может привести к формированию устойчивого комплекса неполноценности. Такое «приобретение» в 6-7 лет самым негативным образом влияет на развитие самооценки ребенка, уровня его притязаний.

Эта особенность психики детей учтена в школьном обучении - первый год учебы является безоценочным, то есть при оценке работы учеников не используются отметки, делается больший акцент на качественный анализ их деятельности. Родители также должны учитывать обобщение переживаний при общении со своим сыном или дочерью: замечать все малейшие достижения ребенка, оценивать не ребенка, а его поступки, беседуя о неудачах, отмечать, что

все это временно, поддерживать активность ребенка в преодолении различных трудностей. Для оптимизации адаптационного периода первоклассников им необходимо помочь познакомиться друг с другом, с учителями, с новой учебной ситуацией, со школой и школьными правилами.

Наблюдается *три уровня адаптации детей к школе*. Зная их содержание, вы сможете определить, как проходит период привыкания к школьной жизни у вашего ребенка.

Уровни адаптации	Содержание
Высокий уровень	- Первоклассник положительно относится к школе. Предъявляемые требования воспринимает адекватно. - Учебный материал усваивает легко, глубоко и полно, успешно решает усложненные задачи. - Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя. Выполняет поручения без внешнего контроля. - Проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится ко всем урокам). - Общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. - Занимает в классе благоприятное статусное положение
Средний уровень	- Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний. - Понимает учебный материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно. - Усваивает основное содержание учебных программ. - Самостоятельно решает типовые задачи. - Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при условии контроля с его стороны. - Общественные поручения выполняет добросовестно. - Дружит со многими одноклассниками
Низкий уровень	- Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе. - Нередко жалуется на здоровье, у него доминирует подавленное настроение. - Наблюдаются нарушения дисциплины. - Объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно. - Самостоятельная работа с учебником затруднена. - При выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса. - К урокам готовится нерегулярно. Для того чтобы он начал заниматься, необходимы постоянный контроль: систематические напоминания, побуждения со стороны учителя и родителей. - Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания. - Пассивен, близких друзей не имеет. Знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников

Для родителей первоклассников особенно важно:

- помочь ребенку вжиться в позицию школьника (поэтому важно показать различие: школьник – не школьник). Для этого нужно беседовать с ребенком о том, зачем нужно учиться, что такое школа, какие в школе существуют правила.
- построить режим дня школьника. Составить режим школьного дня с обоснованием его последовательности.
- ввести понятие оценки, самооценки и различные ее критерии: правильность, аккуратность, красота, старательность, интерес и выработать вместе с ребенком способы, как все это можно достичь.
- научить ребенка задавать вопрос (не столько в процедурном плане, сколько в смысле решимости);
- развивать у детей способность управлять своими эмоциями, то есть развитие произвольности поведения. Школьник должен уметь сознательно подчинить свое действие правилу, внимательно слушать и точно выполнять задание, предлагаемые в устной форме и по зрительно воспринимаемому образцу
- развивать учебную мотивацию. Учебная мотивация складывается из познавательных и социальных мотивов учения, а так же мотивов достижения.
- развивать навыки общения. Навыки общения позволят адекватно действовать в условиях коллективной учебной деятельности. Нужно поддержать ребенка в его попытках справиться с возникшими трудностями, продолжить ходить в школу, показать искреннюю веру в его возможности.

Когда уместна тревога?

Беспокоиться за ребёнка во время адаптации, конечно, нужно, но некоторые родители бывают чересчур тревожны, чем наоборот вредят ребёнку. Психолог поможет нам разобраться в этом вопросе:

Обычно	Опасно
Снижается первоначально непосредственный интерес к школе, занятиям.	Полное отсутствие интереса к учёбе, вялость и безынициативность.

Начинает время от времени говорить, что учиться надоело (особенно в конце недели и четверти), но активно интересуется всем остальным.	Ничего не интересно, безразличие ко всему, даже к играм, если они требуют хоть какого-то напряжения.
Радует, когда не надо делать домашнее задание.	Делает уроки только «из-под палки».
Время от времени хочет остаться дома, пропустить уроки.	Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней, которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома.
Иногда выражает недовольство учителем или опасения по его поводу.	Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию.
Вывод: беспокоиться нужно тогда, когда нежелание учиться является устойчивым, выражается активно, отражает основное отношение ребёнка к школе.	

Признаки успешной адаптации:

Во-первых, это **удовлетворенность ребенка процессом обучения**. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.

Второй признак - **насколько легко ребенок справляется с программой**. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию («У меня ничего не получится!»), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.

Следующий признак успешной адаптации - **это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому**. Частенько родители слишком усердно «помогают» ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их.

Но **самым важным**, на наш взгляд, признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его **удовлетворенность межличностными отношениями — с одноклассниками и учителем**.

В этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Помогите ему в этом непростом деле! От того, какую нишу займет ваше чадо при распределении социальных ролей, зависит весь период его обучения в школе.

Отдельно необходимо сказать и об **отношениях с учителем**.

Первый учитель - это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел — ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку. Ваш сын или дочь будут иметь повод гордиться вами! Обязательно согласуйте требования, чтобы ребенок не пострадал от ваших разногласий с педагогом. Если вас не устраивает (или просто непонятна) методика обучения, попросите учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Думаем, что любой учитель сделает это охотно, ведь он заинтересован видеть в вас в первую очередь помощников, а не критиков.

Родители, которые общаются между собой и знакомы с одноклассниками ребенка, всегда достигнут больших успехов в воспитании своих детей, будут лучше ориентироваться в школьных проблемах.

Таким образом, можно сказать, что **основным показателем благоприятной психологической адаптации ребенка являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности**. Совместные усилия учителей, педагогов, родителей, врачей, психологов способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей обучения.

ПО ДАННОМУ ВОПРОСУ РЕШИЛИ: родителям и педагогическому коллективу осуществлять постоянное сотрудничество друг с другом, а именно

совместными силами и контролем:

- 1) помочь детям с ОВЗ справиться с физиологическими трудностями адаптации первоклассников в школе;
- 2) помочь детям с ОВЗ справиться с психологическими трудностями адаптации первоклассников в школе;
- 3) наладить систему взаимоотношений ребёнка в семье в период адаптации к школьному обучению.

Председатель

Секретарь

Е.А.Чиркова

Ю.В. Колесниченко