**МКОУ НОВОБЕЛЯНСКАЯ СОШ**

 **Учитель начальных классов**

**Ребрина Л.Н.**

Познакомить родителей с особенностями адаптации первоклассников к первому году обучения.

Обсудить вопрос «Физиологические и психологические трудности адаптации».

Обсудить вопрос «Взаимоотношения с ребёнком в семье в период адаптации».

Познакомить родителей с результатами педагогической и психологической стартовой диагностики.

Практические советы психолога по адаптации ребёнка к школе.

Родительский практикум по проблеме “Жизнь ребенка и его школьные успехи”.

 ***Ход собрания:***

***Вступительное слово классного руководителя.***

Для успешного обучения школьников необходимо учитывать особенности их адаптации (привыкания, приспособления) к школьной жизни. Первый год обучения особенно трудный для ребенка: меняется привычный уклад его жизни, он адаптируется к новым социальным условиям, новой деятельности, незнакомым взрослым и сверстникам. Более неблагоприятно адаптация протекает у детей с нарушениями физического и психологического здоровья. Наблюдения за первоклассниками показали, что социально-психологическая адаптация может проходить по-разному. Значительная часть детей (их обычно 50-60 %) адаптируется в течение первых двух-трех месяцев обучения. Это проявляется в том, что ребенок привыкает к коллективу, ближе узнает своих одноклассников, приобретает друзей. У детей, благополучно прошедших адаптацию, преобладает хорошее настроение, активное отношение к учебе, желание посещать школу, добросовестно и без видимого напряжения выполнять требования учителя. Другим детям (их примерно 30 %) требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни. Они могут до конца первого полугодия предпочитать игровую деятельность учебной, не сразу выполняют требование учителя, часто выясняют отношения со сверстниками неадекватными методами (дерутся, капризничают, жалуются, плачут). У этих детей встречаются трудности и в усвоении учебных программ. И, наконец, в каждом классе есть примерно 14 % детей, у которых к значительным трудностям учебной работы прибавляются трудности болезненной и длительной (до одного года) адаптации. Такие дети отличаются негативными формами поведения, устойчивыми отрицательными эмоциями, нежеланием учиться и посещать школу. Часто именно с этими детьми не хотят дружить, сотрудничать, что вызывает новую реакцию протеста: они ведут себя вызывающе, задираются, мешают проводить урок и пр. Наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. Это период так называемой «острой» адаптации. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы. Активный период обучения должен начинаться после «острого» периода адаптации. Краеугольный вопрос: как добиться, чтобы адаптация ребёнка в школе прошла безболезненно и быстро? Сегодня мы и поговорим о трудностях адаптационного периода.

***Обсуждение вопроса «Физиологические условия адаптации ребенка к школе».***

Изменение режима дня ребенка в сравнении с детским садом, увеличение физической нагрузки.

Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности ребенка между выполнением уроков.

Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места.

Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.

Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей.

Организация правильного питания ребенка.

Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т. д.

Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка, как главных качеств сохранения собственного здоровья.

***«Психологические условия адаптации ребенка к школе».***

Создание благоприятного психологического климата в отношении ребенка со стороны всех членов семьи.

Роль самооценки ребенка в адаптации к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе).

Первое условие школьного успеха — самоценность ребенка для его родителей.

Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню.

Неформальное общение со своим ребенком после пройденного школьного дня.

Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы.

Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).

Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.

Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к школе, быстро теряют к ней интерес, если чувствуют со стороны взрослых насилие, сарказм и жестокость.

Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельно­стью.

Поощрение ребенка и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка. Развитие самоконтроля и самооценки, самодостаточности ребенка.

 «***Взаимоотношение с ребёнком в семье».***

Шкала общения родителей с ребенком.

Прежде всего Ваш ребенок, конечно, общается с Вами, и климат в семье для него в основном зависит от Вас и от Ваших эмоций. А климат семьи — индикатор того, как все-таки в доме живется ребенку, что чувствует он, находясь рядом с Вами, унижен ли или парит в небесах. Все это подскажет Вам шкала общения родителей с ребенком.

(Слайд 4) Методы воспитания, вызывающие у ребенка :

*положительные эмоции отрицательные эмоции*

По этой шкале приблизительно можно понять состояние малыша на данный момент и в данное время, узнать, как обращаются дома с ребенком, какие эмоции преобладают в процессе Вашего общения с малышом.

Правила, которые помогут ребёнку в общении. (Слайд 5)

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку, и, с их помощью, готовить ребенка к взрослой жизни.

Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.

Попросили - дай, пытаются отнять - старайся защищаться.

Не дерись без причины.

Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это нестыдно.

Играй честно, не подводи своих товарищей.

Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.

Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.

Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

Старайся быть аккуратным.

Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.

Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

 **Фразы для общения с ребёнком.**

Не рекомендуемые фразы для общения:

-Я тысячу раз говорил тебе, что…-Сколько раз надо повторять…

-О чём ты только думаешь…-Неужели тебе трудно запомнить, что…

-Ты становишься…-Ты такой же как,…

-Отстань, некогда мне…-Почему Лена(Настя, Вася и т.д.) такая, а ты - нет…

(Слайд 7) Рекомендуемые фразы для общения:-Ты у меня умный, красивый (и т.д.).

-Как хорошо, что у меня есть ты.-Ты у меня молодец.

-Я тебя очень люблю.-Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.-Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.-Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.

**Физминутка**

Упражнение для родителей «Снежинка»

Сейчас мы выполним с вами интересное упражнение. Главное условие, не смотреть ни на кого и слушать мою инструкцию. Перед Вами у каждого на столе лежит лист. Все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее:- сложите лист пополам- оторвите правый верхний уголок

- опять сложите пополам снова оторвите правый верхний уголок

- сложите лист пополамоторвите правый верхний уголок

Продолжите эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я попрошу Вас найти и среди остальных снежинок точно такую же, как у вас. Снежинки должны быть совершенно одинаковые. Нашли? А почему? Как вы думаете?

**Вывод:** дети все разные. Различны их способности, возможности и личностные качества.

Родителям предлагается рассмотреть выставку детских рисунков «Мои первые дни в школе».

Выступление классного руководителя и психолога школы с результатами стартовой психологической и социальной адаптацией обучающихся. Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки».

Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.

Не торопитесь. Умение рассчитать время – Ваша задача. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.

Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было отметок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.

Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.

Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.

Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий – 10 минут перерыв.

Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то..».

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.

Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педтактики решайте без него.

Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.

Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

А теперь я предлагаю посмотреть, оценить организацию школьной жизни ребенка в семье. Тест “Жизнь ребенка и его школьные успехи”.

***Инструктаж:*** на каждое утверждение надо дать ответ “да”, “нет”.

- Я развиваю в ребенке положительное восприятие его возможностей, способностей.

- Я предоставил комнату или часть комнаты исключительно для занятий ребенка.

- Я приучаю ребенка (с минимальной помощью, и, как правило, самостоятельно) - - - - - решать свои проблемы, принимать решения, заботиться о своих обязанностях.

- Я показываю ребенку возможности нахождения книг и нужных для его занятий - - материалов (используя личные, общественные, школьные библиотеки, справочную литературу)- Я никогда не отказываю ребенку в просьбе почитать.

- Я постоянно беру ребенка в поездки, путешествия, на экскурсии по интересным местам.Я приветствую игры и общение ребенка с друзьями.

- Я часто выполняю вместе с ребенком одно и тоже дело.

Я забочусь о физическом здоровье ребенка (питание, закаливание, зарядка, занятия спортом)

-Я слежу, чтобы ребенок соблюдал режим дня.

***Оценка:*** посчитать количество + (ответ “ДА”). Каждый положительный ответ оценивается в один бал. Разделив, полученную сумму на десять, получаем среднеарифметическое число.

***1 уровень (1-0,7).*** Вы правильно организуете школьную жизнь ребенка. Ребенок имеет разносторонние интересы, подготовлен к общению со взрослыми и сверстниками. При таком воспитании вы можете рассчитывать на хорошие успехи в учении.

***2 уровень (0,6-0,4)*** У вас могут возникнуть некоторые проблемы в обучении ребенка. Задумайтесь, не являетесь ли вы сами чрезвычайно активными, не блокируйте ли “поле свободы” ребенка, достаточно ли времени ребенок общается со сверстниками? Уверены, что ваши размышления позволят вам определить оптимальную стратегию воспитания.

***3 уровень. (0,3-0).*** В вашем опыте прослеживается главная ошибка – чрезвычайная опека ребенка, подмена усилий ребенка собственной активностью. Вы недостаточно даете ребенку общаться со сверстниками, лишаете его возможности приобретения социального опыта. Надеемся, что ваша самокритичность принесет успех в воспитательной стратегии.

**И в завершении собрания, я предлагаю вам прослушать сказку на психологический лад.**(заповеди написаны на листах и открываются по ходу чтения сказки)

Жили – были дед со старухой. Не было у них детей. Было им одиноко на старости лет, и решили они испечь колобок. Что они сделали? Правильно. По сусекам помели, по коробу поскребли, и получился них колобок.

***Первая заповедь:*** Осознанно подходи к вопросам пополнения семейства.

о сусекам поскребли, по коробу помели, и получился у них колобок. Поставили они его на подоконник остужаться.

***Вторая заповедь:*** Не оставляй маленьких детей без присмотра.

Покатился колобок дальше по дорожке и встретил там сначала зайку, потом медведя, потом волка.

***Третья заповедь:*** Научите ребёнка общаться с окружающим миром.

Встретилась ему лиса ласковая, хитрая.

***Заповедь четвёртая:*** Научите ребёнка распознавать добро и зло, истинные намерения людей.

Съела лиса колобка.

***Заповедь пятая:*** Научите ребёнка самостоятельно с честью и достоинством, без ущерба для жизни, выходить из сложных жизненных ситуаций.

Вот такая всем известная сказка у нас с Вами получилась.

На этом наша встреча заканчивается. Я попрошу Вас оставить на листках свои отзывы и предложения и взять приготовленные для Вас небольшие памятки.

**Памятка для родителей.**

1) Условия успешности обучения в школе: здоровье, кругозор, психологическая готовность, адекватная самооценка, познавательный мотив, желание учиться.

2) Предпосылки сформированности учебной деятельности: ориентация на систему правил в работе, умение слушать, выполнять инструкцию взрослого, умение работать по образцу.

3) Положительную мотивацию вашему ребёнку создадут: ваше спокойное и радостное отношение к школе, отсутствие завышенных требований к успехам ребёнка, оптимистичные рассказы о школе, отсутствие страха ребёнка перед возможной ошибкой, развитый познавательный интерес к окружающему миру.

К окончанию начальной школы ребёнок должен хотеть и уметь учиться.

Берегите своих детей, заботьтесь о них, учите их жить в этом сложном мире! Желаем Вам всего доброго!