**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение**

**«Падунская общеобразовательная школа-интернат**

**психолого-педагогической поддержки»**

# Родительское собрание

# Тема: «Трудности адаптации первоклассников к школе»

# Классный руководитель: Кичигина Е.В.

# 2020г

# Тема: «Трудности адаптации первоклассников к школе»

**Цель родительского собрания:** познакомить родителей с особенностями адаптации к первому году обучения в школе.

**Задачи родительского собрания.**

1. Образовательные: формировать у родителей психолого- педагогические знания о психическом, физическом, интеллектуальном развитии ребенка на этапе его адаптации к школе, умения грамотно оценить трудности данного периода, познакомить родителей с организацией учебного процесса в адаптационный период, с нормативными документами по адаптационному периоду, перечнем литературы, отражающей проблемы адаптационного периода.

2. Воспитательные: установить дружелюбные отношения между учителем и родителями; формировать понимание важности и значимости правильной организации жизни ребенка в адаптационный период.

3.Развивающие: выработать согласованные действия школы и семьи по правильной организации жизнедеятельности детей в адаптационный период.

**Участники**: родители первоклассников, классный руководитель.

**Оформление, оборудование и инвентарь:**

1. памятки для родителей;

**План:**

**1) Организационный этап**

* Вступительное слово педагога;
* Тестирование родителей

**2) Содержательный этап**

* Практикум «Что такое адаптация?» Виды адаптации. Признаки адаптации. Уровни адаптации. Выступление классного руководителя.

**3) Итог собрания. Рефлексия.**

* Игра «Слово-эстафета».
* Заключительное слово классного руководителя.

**Корень ученья горек,**

**да плод его сладок.**

Русская народная пословица.

**Ход собрания.**

**I Организационная часть. Вступительное слово классного руководителя.**

- Уважаемые родители! Я рада встрече с вами. Спасибо Вам за то, что вы пришли на эту встречу. Это означает, что нас всех объединяет интерес к теме родительского собрания, а она действительно заслуживает внимания. Будет ли школьная жизнь наших детей радостной или, наоборот, омрачится неудачами, плохим самочувствием, во многом зависит от нас, взрослых. Ваши дети проучились в школе 1 четверть.

**II . Тестирование родителей.**

Уважаемые родители! После того, как ваш ребёнок переступил школьный порог, в вашей душе, в вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили всё ваше существование.

Сейчас я предлагаю пройти тестирование, задание позволяет акцентировать внимание на важности события, выявить проблемы и трудности, возникающие в семьях, и обсудить эти проблемы в ходе рассмотрения темы собрания.

   (Отметьте нужное «+»)

|  |  |
| --- | --- |
| Ребёнок очень охотно идёт в школу. | Совсем неохотно. |

|  |  |
| --- | --- |
| Очень охотно принимает распорядок школы. | Совсем не принимает. |

|  |  |
| --- | --- |
| Очень сильно переживает учебные успехи. | Совсем не переживает. |

|  |  |
| --- | --- |
| Очень горячо делится школьными впечатлениями. | Совсем не делится. |

|  |  |
| --- | --- |
| Преобладают положительные впечатления. | Преобладают отрицательные впечатления. |

|  |  |
| --- | --- |
| Самостоятельно выполняет учебные задания. | Справляется с помощью взрослых. |

|  |  |
| --- | --- |
| Очень часто жалуется на одноклассников. | Совсем не жалуется на одноклассников. |

**Обработка полученных результатов.**

**III Выступление классного руководителя.**

**-**Уважаемые родители. Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей как в социально – психологическом, так и в физиологическом плане. Изменяется вся жизнь ребёнка: всё подчиняется учёбе, школе, школьным делам и заботам, которые требуют максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Что же такое **адаптация**- это процесс приобщения к изменяющимся условиям внешней среды.

Приспособление (адаптация) ребёнка к школе происходит не сразу. Это длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем. Сложность приспособления, высокая “цена”, которую “платит” организм ребёнка, определяют необходимость тщательного учёта всех факторов, способствующих адаптации ребёнка к школе и, наоборот, замедляющих её, мешающих адекватно приспособиться. Мы, взрослые, должны хорошо представлять себе это и нести ответственность за здоровье каждого ребёнка.

      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 дискомфорт прежде всего из-за неопределенности представлений о требованиях учителей, об особенностях и условиях обучения, о ценностях и нормах поведения в коллективе класса и пр. 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, отстает 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 учителю и его требованиям)

**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 и учителя 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 - значительное 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 само регуляции поведения.

**Признаки успешной адаптации:**

Во-первых, это **удовлетворенност**ь 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 также не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.

Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка - внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?  
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 признаком** того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность **межличностными отношениями – с одноклассниками** и **учителем**.  
Нередко родители ругают ребенка за то, что он поздно возвращается из школы, что ему часто звонят друзья "не по делу", что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако хорошо бы помнить о том, что 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.

**Основными показателями психологической адаптации первоклассника к школе являются**:

1. Формирование адекватного поведения. 2. Установление контактов с учащимися, учителем. 3. Овладение навыками учебной деятельности.

При изучении адаптации детей к школе нами изучался характер поведения ребёнка в этих трёх сферах. Многие дети относительно быстро влились в коллектив, освоились в школе, приобрели новых друзей в классе; у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Некоторым детям трудно выполнять все требования правил поведения, но к концу октября они полностью осваиваются и с новым статусом: “я уже ученик”, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

-Сейчас мы познакомимся с уровнями адаптации, ваша задача внимательно послушать и соотнести какой же уровень адаптации у вашего ребенка:

**Уровни адаптации**

**Высокий уровень адаптации:** Ребенок любит школу, рад тому обстоятельству, что теперь он – ученик. Он легко учится, с интересом получает новые знания и радостно ими делится с окружающими, прилежно выполняет задания в школе и дома (причем без особого внешнего контроля и «нажима»), внимательно слушает учителя на уроке, способен что-то выучить или подготовить по своей инициативе, «сверх программы», добросовестно выполняет «общественные поручения», легко сходится с одноклассниками.

5 **Средний уровень адаптации**: Ребенок вроде бы не прочь посещать школу, негатива и отторжения уроки у него не вызывают, он в хороших отношениях с одноклассниками и учителем, но предпочитает работать под контролем взрослого и по его указаниям. Самостоятельная работа у такого ребенка «не идет». Для него важно в школе не познание, а сам статус ученика. Таким детям нужен постоянный контроль, инициативы в получении знаний они не проявляют, у них слабо развита самостоятельность в тех делах, которые не представляют для ребят непосредственного интереса.

6 **Низкий уровень адаптации**: Такие дети к школе относятся негативно либо просто равнодушно, на уроках подавлены, «отсутствуют». Или, наоборот, нередко нарушают дисциплину, учебный материал усваивают не полностью, самостоятельно работают с трудом и без интереса, домашние задания выполняют не всегда. Для усвоения материала им нужна помощь взрослых: неоднократные объяснения и повторения, больше времени, чем остальным. Общественные поручения эти дети выполняют без особой охоты, нередко не имеют в классе друзей.

7 **Причины дезадаптации**: -стиль воспитания ребенка в семье ДО школы. Если у него не заложены навыки самостоятельности, умения налаживать контакты и работать «в команде», если у его не сформирован интерес к познанию – в школе такому ребенку будет трудно. - система обучения первоклашек. Чем младше ребенок, тем тяжелее ему приспособиться к таким суровым реалиям, вдруг свалившимся на его голову, – поэтому наиболее уязвимы те, кто рано пошел в школу -слабая подготовка к школе, недостаток знаний, слабая память и внимание.

8 **Причины дезадаптации:** -усталость, переутомление, перегрузка как нервной системы, так и иммунной. Если ребенок слабенький, не привык к нагрузкам – в школе ему придется нелегко даже при отличных способностях и хорошей коммуникабельности. -слишком высокая тревожность, мнительность самого ребенка, чрезмерно сильное переживание промахов как в учебе, так и в отношениях.

**9 Что делать:** 1. Бессмысленно и совсем не полезно паниковать, ругать и обвинять самого ребенка. Ребенок нуждается в помощи, а не в оценке и тем более не в порицании. 2. Постарайтесь в беседах с ним выявить его «слабое место» – то, что именно является причиной дезадаптации: недостаток ли самостоятельности, неумение налаживать контакты с детьми или взрослыми, отсутствие мотивации, слабое развитие – и постарайтесь его устранить. 3. Потренироваться дома в том, в чем ребенок слаб, попросить учителя вас поддержать. Попробовать создать у ребенка сильную мотивацию, заинтересовать его чем-то в учебном процессе или хотя бы вне его, чтобы малыш воспринимал школу не как бессмысленное несчастье, обрушившееся на его голову, а как что-то полезное и интересное.

Для того чтобы период адаптации к школе прошел у ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников.

**VI Рефлексия.**

Мы остановились на основных положениях, обеспечивающих успех адаптации первоклассников к новым условиям. Я думаю, что наша встреча не прошла зря. Вы получили много рекомендаций, ответы на волнующие Вас вопросы, а теперь пришла пора подвести итоги нашей встречи.

**Решение родительского собрания.**

Чтобы предотвратить развитие неуспеваемости и облегчить адаптацию ребёнка к школе: Быть наблюдательными и внимательными к своим детям, отмечать изменения в их поведении, изменения их работоспособности, сообщать об этом учителю

Дать возможность каждому ученику проявить себя с наилучшей стороны. Помнить, что учебные успехи – это ещё не всё.

Быть объективными не только в оценке ученика, но и в оценке сложившейся ситуации.

Развивать память, речь, внимание, мышление, усидчивость.

Всегда обращать внимание на осанку детей во время занятий.

В действие – профилактические меры по сохранению зрения.

**Игра «Слово-эстафета».**

Родители должны продолжить начатое учителем предложение: «Мой ребёнок лучше адаптируется и будет успешен в школе, если я……». (Письменно по ват сап)

**VIII Итог собрания. Заключительное слово классного руководителя.**

Родители хотят, чтобы их ребёнок был самым лучшим. Он обязательно таким и будет, если крепко дружить со школой, полностью вникнуть в интересы ребёнка на данный момент. Это трудно, но нужно. Не стесняйтесь приходить в школу. Только добрая помощь детям, только терпение дадут нужный результат. Помогите вашему ребенку!

Так хочется, чтобы в наше непростое время дети были по-настоящемусчастливы!

**Список использованной литературы.**

1.Н.И.Дереклеева Справочник классного руководителя 1-4 классы- М.: «Вако» 2005

2.Первые дни ребёнка в школе :рефлексивные круги, игры./авт.-сост. Н.Б.Говоркова, Г.Г.Кукушкина/,- Волгоград:»Учитель» 2008

3.Формирование здорового образа жизни у младших школьников /авт.сост.Т.Н.Захарова, Т.Н.Суровикина, С.Г.Оводо, А.В.Сысоева/- Волгоград «Учитель»2007

4.Как научить ребёнка учиться: беседы с родителями, советы школьного психолога /авт.сост. Н.С.Мозговая, М.В Головач, И.Г.Филатова, Т.И.Магомедова/ -Волгоград «Учитель» 2007

Приложение1.

**Памятка для родителей «Чтобы не было «войны»».**

* Поддерживайте в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
* Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
* Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что – то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
* Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
* Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
* Поддерживайте первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
* Если вас что –то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

Желаю Вам успехов в воспитании детей!