**Тема родительского собрания: «Адаптация первоклассника в школе».**

**Цель:** познакомить родителей с основными аспектами адаптации первоклассника.

**Задачи:**

Рассмотреть некоторые проблемы адаптации первоклассников к школе;

Показать пути их преодоления;

Повысить уровень педагогической и психологической культуры родителей и интерес родителей к вопросам воспитания и образования;

**План собрания:**

Определение понятия «адаптация»;

Физиологические условия адаптации ребенка к школе;

Социально-психологические условия адаптации ребенка к школе;

Система взаимоотношений детей в классе;

Рекомендации.

**Ход собрания:**

**Определение понятия «адаптация».**

Здравствуйте, уважаемые мамы и папы! Поздравляю вас с важным событием – поступлением ваших детей в первый класс! Первый год обучения определяет всю последующую школьную жизнь ребенка. Многое зависит от вас – родителей первоклассников. Необходимо серьёзное отношение к школьной жизни ребёнка, внимание к его успехам и неудачам, эмоциональная поддержка. Вера в себя – залог успеха в учёбе! Не бойтесь хвалить ребёнка, радуйтесь даже самым маленьким его успехам! Помните, что ребёнок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.

*Беседа-обсуждение первых дней ребенка в школе.*

Родители делятся друг с другом и классным руководителем теми впечатлениями, которые оставил первый школьный день в душе ребёнка.

как его поздравляли члены семьи, в честь того, что он стал школьником

с каким настроением ребенок пришел домой,

с каким настроением уходит в школу;

какие занятия ребёнку нравятся в школе и др.

Уважаемые родители! Вы – люди, у которых разное образование, разные характеры, разные взгляды на жизнь, разные судьбы, но есть одно, что объединяет вас – это наши дети.

Мы никогда не будем вслух анализировать проблемы, неудачи, горести детей. Они остаются для индивидуального общения с вами. Это станет нашим с вами законом общения, нашей традицией родительских собраний.

Основная часть.

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребёнка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни: надо систематически и напряжённо трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя и т.д. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников.

Что же такое «адаптация»?

**Адаптация** - процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы; темперамента; черт характера; адаптационных способностей; адекватного опыта

**Физиологические условия адаптации ребенка к школе.**

Адаптация к школе имеет две стороны: психологическую и физиологическую. Организм должен привыкнуть работать в новом режиме - это физиологическая адаптация.

В физиологической адаптации к школе выделяют несколько этапов.

Первые 2-3 недели называют «физиологической бурей» или «острой адаптацией».

Это самое тяжелое время для ребенка. В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем.

Неустойчивое приспособление. В это период организм ребёнка находит оптимальные варианты реакций на новые условия.

Относительно устойчивое приспособление. В этот период организм находит подходящие варианты реакции на новые условия.

В эти периоды у ребёнка можно наблюдать признак утомления (снижение артериального давления) и признак переутомления (повышение артериального давления). Дети могут капризничать, многие жалуются на головную боль, усталость. Продолжительность трех этапов физиологической адаптации обычно длится 2 месяца, наиболее сложными являются первый и второй этапы.

**Социально-психологические условия адаптации ребенка к школе.**

Развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, речи, мелкой моторики);

Развитие коммуникативной сферы (навыки общения и взаимодействия с детьми, взрослыми);

Саморегуляция и произвольность (умение слышать, слушать и выполнять данную ребенку простую инструкцию, выполнять задания по образцу, готовой схеме);

Умение вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения.

Для определения уровня успешной адаптации с ребятами проводились методика Е.Р. Горелова «Выявление школьной тревожности у детей» и проективные методика «Рисунок школы» и теста «Домики» (тест разработан О.А.Ореховой и позволяет провести диагностику эмоциональной сферы ребёнка в части высших эмоций социального генеза, личностных предпочтений, что делает его особенно ценным с точки зрения анализа эмоционального отношения ребёнка к школе.

Чтобы адаптация прошла успешно, необходимо помогать ребёнку. Соблюдать чёткий режим. Помните, что ребёнку нужна ваша любовь и забота. А семейные неурядицы - это враг успешной адаптации ребёнка к школе.

Адаптация к школе проходит значительно лучше, если родители активно участвуют в процессе: помогают собирать вещи с вечера (не забывайте про самостоятельность: ваша функция проконтролировать, чтобы ребенок ничего не забыл), провожают до школы, вечером обсуждают, как прошёл день ребёнка. В тот момент, когда ребёнку нужна ваша поддержка, не оставляйте ребёнка наедине с его состоянием. Помогайте своему первокласснику адаптироваться к непростой школьной жизни. Помните, что поддержка родителей в период школьной адаптации очень важна для детей. Ведь от этого зависит его дальнейшая учёба.

**Тестирование родителей с целью коррекции в дальнейшей работе**

(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.

**Система взаимоотношений детей в классе.**

Взаимоотношения – сложная система контактов, которые складываются с конкретными людьми.

Есть два вида отношений в классе:

- обязательные;

- дружеские (необязательные).

Основа межличностных отношений – это ЧУВСТВА.

Симпатия, сближение – готовность к сотрудничеству;

Антипатия, отдаление – нежелание сотрудничать.

Для того, чтобы наш класс был дружным, отношения между ребятами положительные, необходимо соблюдать правила-законы класса, как детям, так и родителям.

**Законы класса.**

Закон Добра – Будь добр к ближнему и добро вернётся к тебе.

Закон Познания – Стремись познавать себя и мир. Овладевай знаниями и готовься к самостоятельной жизни.

Закон Заботы – Прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим людям. Помни об их интересах, нуждах, потребностях.

Закон взаимоотношений – Главное относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе.

Закон милосердия – Тебе сегодня хорошо, но рядом могут быть люди, у которых слёзы на глазах. Не забывай о них.

Закон уважения – Хочешь, чтоб тебя уважали, - уважай права и интересы других людей, а также старайся жить так, чтобы людям с тобой было хорошо.

Закон правды – Запомни, правда нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям. Будь правдив!

Закон свободы – Каждый человек хочет быть свободным. Отстаивая свою свободу, не забывай о свободе другого человека.

Закон здоровья – Береги своё здоровье и здоровье окружающих тебя людей.

Закон дружбы – Дорожи школьной дружбой, цени свой класс, школу. Научись радоваться не только своим успехам, но и успехам товарищей.

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребёнка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода.

**Закон 1**

Дорожите любовью своего ребенка. Помните, от любви до ненависти только один шаг, не делайте необдуманных шагов!

**Закон 2**

Не унижайте своего ребенка. Унижая его самого, вы формируете у него умение и навык унижения, который он сможет использовать по отношению к другим людям. Не исключено, что это будете Вы.

**Закон 3**

Не угрожайте своему ребенку. Угрозы взрослого приводят к боязни и ненависти.

**Закон 4**

Не налагайте запретов. То, что категорически запрещено, очень хочется попробовать, не забывайте об этом.

**Закон 5**

Не опекайте своего ребенка там, где можно обойтись без опеки; дайте возможность маленькому человеку самостоятельно стать большим.

**Закон 6**

Не идите на поводу у своего ребенка, умейте соблюдать меру своей любви и меру своей родительской ответственности.

**Закон 7**

Развивайте в себе чувство юмора. Учите своего ребенка смеяться над собой! Это лучше, чем над ним будут смеяться другие люди.

**Закон 8**

Не читайте своему ребенку бесконечные нотации, он их просто не слышит!

**Закон 9**

Будьте всегда последовательны в своих требованиях. Хорошо ориентируйтесь в своих «да» и «нет».

**Закон 10**

Не лишайте своего ребенка права быть ребенком. Дайте ему возможность побыть озорником и непоседой, бунтарем и шалуном. Период детства весьма скоротечен, а так много нужно успеть попробовать, прежде чем станешь взрослым. Дайте возможность своему ребенку быть им во время детства, иначе период детства будет продолжаться и в его взрослой жизни. Это может обернуться серьезными последствиями и для Вашего ребенка и для Вас, родители!

*Помните, что самое большое родительское счастье – видеть состоявшихся, умных и благодарных детей!*

*Желаю вам успехов!*