

Адаптация ребёнка к школе

Известно, что первые дни ребенка в школе - самое трудное и волнительное время для семьи первоклассника. Далеко не каждый малыш легко адаптируется к школе. Разный уровень подготовки дошкольников и высокий темп изучения школьной программы - все это создает дополнительные препятствия на пути адаптации ребенка к учебному процессу. Рабочее место школьника – это важно! Если вы до сих пор не организовали школьный уголок для своего первоклассника, то не откладывайте более ни минуты. Обычный стол, заваленный детскими игрушками, и кухонная табуретка точно не будут настраивать вашего ребенка на учебный лад. Следует позаботиться о том, чтобы у ребенка было достаточно ящиков или полок для размещения учебников и книг, также ему необходима будет подставка для канцтоваров и качественная настольная лампа (хорошо освещающая рабочую поверхность стола, но не слепящая глаза). Школьный портфель должен быть не только удобным, но и безопасным для неокрепшего детского позвоночника. Лучше, если портфель выполнен из легких прочных, влагоустойчивых, легко моющихся материалов, иметь жесткую спинку с мягкой подкладкой, ляжки должны быть регулируемы, достаточно широкими и удобными, иметь мягкие вставки в районе плеч; ширина портфеля должна соответствовать ширине плеч ребенка; большой плюс - эргономичность портфеля: наличие двух больших отделений и нескольких небольших карманов позволят содержать вещи в большем порядке; желательно, чтобы на портфеле имелись светоотражающие элементы – это верный способ сделать маленького ребенка более заметным на дороге для водителей проезжающих автомобилей. Ребенок только учится писать, и в немалой степени от ручки зависит, насколько красивый почерк у него выработается, поэтому ручка должна быть самая простая, но удобная, шариковая ручка с обычным колпачком, а не автоматическую (чем меньше отвлекающих деталей, тем лучше); лучше, если ручка с прорезиненной насадкой, которая поможет избежать мозолей. Стержень не должен мазать, толщина следа чернил должна быть 0,5-0,7 мм. На уроках первоклассники будут пользоваться пеналом, ручками с синей и зеленой пастой, простыми и цветными карандашами, ластиком, линейкой, на уроках рисования и технологии ребята будут рисовать красками и фломастерами, мастерить из картона и цветной бумаги, из пластилина. Чтобы тетради и учебники имели опрятный вид, лучше надеть на них обложки, в учебники вложить закладки, которые ребенок может изготовить самостоятельно или с помощью взрослых. На уроках физкультуры форма одежды должна обеспечивать свободу и безопасность движений. Для физкультурной формы подойдут спортивные брюки, лосины, спортивные шорты или «велосипедки». Футболка должна быть дышащей, хорошо впитывающей влагу. Спортивная обувь не должна быть скользкой, подойдут кроссовки или кеды. Для того, чтобы ноги ученика не уставали и не потели, нужна комфортная, дышащая и удобная сменная обувь, мешок для сменной обуви лучше подписать.

Что делать, если...

• ребенок левша

Не переучивайте насильно левшу - дело не в руке, а в устройстве мозга. Не переусердствуйте с соблюдением режима, если ребенок левша, для него жесткое следование режиму может быть непомерно трудным. Будьте терпеливы и внимательны к ребенку-левше, помните, что он эмоционален и раним. Берегите левшу от чрезмерных психологических перегрузок, будьте осторожны и тактичны, наказывая его. Не старайтесь сделать левшу таким, как все, больше доверяйте его природе. Его уникальность, непохожесть на других - это его достоинство.

- **ребенок испытывает трудности в общении с одноклассниками**

Почаще приглашайте одноклассников ребенка к себе домой. Только не весь класс сразу, а небольшими группами, по 2-3 человека. Устраивайте интересные совместные игры, развлечения. Это сближает детей, порождает у них симпатию друг к другу. Когда увидите, с кем из одноклассников у вашего ребенка лучше налаживается контакт, постарайтесь познакомиться с их семьями.

- **ребенок плохо выполняет письменные работы**

Последовательные, спокойные занятия помогут исправить положение: ускорить темп деятельности, усилить концентрацию внимания, улучшить почерк;

- **ребенок получил оценку «2», «3»**

Не нервничайте сами и не нервнируйте ребенка, а попытайтесь вместе (Вы, ребенок, учитель) отыскать объективные причины неудачи. Медлительность, невнимательность, неаккуратность являются частыми причинами первых неудач ребенка;

- **ребенок не любит учиться**

Перестаньте замечать неудачи. Сосредоточьте внимание на тех школьных достижениях, которые есть. Интересуйтесь не промахами, а успехами ребенка. Приободрите его, внушите веру в собственные силы.