**Родительский тренинг «Адаптация первоклассника»**

Цель:

-Рассмотреть некоторые проблемы адаптации первоклассников к школе; показать пути их преодоления.

-Повысить уровень педагогической и психологической культуры родителей.

-Повысить интерес родителей к вопросам воспитания и образования детей, активизировать родителей на их решение.

**Подготовительный этап:** консультация с педагогом-психологом по результатам диагностики процесса адаптации первоклассников.

Ход тренинга:

Уважаемые родители! У всех у нас разное образование, разные характеры, разные взгляды на жизнь, разные судьбы, но есть одно, что объединяет вас – мы все хотим, чтоб наши дети были счастливые. Будет ли школьная жизнь наших детей радостной или, наоборот, омрачится неудачами, плохим самочувствием, во многом зависит от нас, взрослых. И сегодня нам с вами предстоит разобраться, как помочь наших ребятам пережить сложный для них период – адаптироваться к школе.

Для начала предлагаю познакомиться.

*Игра «Знакомство»*

Участники сидят в кругу, каждый поочерёдно произносит своё имя и добавляет характерное качество своего ребенка (какой он?). Это позволяет хорошо запомнить имена всех родителей, а также услышать важные для каждого родителя качество ребенка. вносит элемент игры, снимает напряжение, растерянность, скованность.

Известно, что человек усваивает 10% того что видит, 50% того что слышит, 70% того что проговаривает, 90% того, что делает сам.

Поэтому наша встреча сегодня будет носить практический характер. И начать работу я хочу с разминки «Карандаши». Участники указательными пальцами зажимают карандаши, образуя общий круг и одновременно выполняя инструкции психолога: поднимите руки вверх, займите исходное положение, поднимите правую ногу и т.д. Обязательное условие – карандаш не должен упасть.

- Как это упражнение можно связать с началом обучения детей в школе, с воспитанием?

*Вывод: для лучшего протекания процесса адаптации родители и школа должны сотрудничать в вопросах, касаемых воспитания детей.*

Вспомните себя в возрасте ваших детей, вспомните школу, в которой вы учились и скажите, изменился ли современный ребёнок-первоклассник, по сравнению с ребёнком вашего детства?

Работа в группах. Различия первоклассника современного и, например, 80-х годов.

Современный первоклассник имеет следующие особенности:

1.У детей большие различия паспортного и физиологического развития. Сегодня нет ни одного класса, где был бы ровный контингент учащихся.

2.У детей обширная информированность практически по любым вопросам. Но она совершенно бессистемна.

3.У современных детей более свободное независимое поведение.

4.У современных детей более слабое здоровье.

5.Они в большинстве своём перестали играть в коллективные «дворовые» игры. Их заменили телевизоры, компьютеры. И как следствие - дети приходят в школу, не обладая навыками общения со сверстниками, плохо понимают, как себя вести, какие существуют нормы поведения в обществе.

 *Упражнение «Снежинка»*

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 пополам

- оторвите правый верхний уголок

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.*

Сегодня школьный процесс воспитания и обучения начинается с психолого-педагогической диагностики. Как писал К. Д. Ушинский - чтобы воспитать человека во всех отношениях, нужно узнать его во всех отношениях. Психолог (педагог) делает анализ проведенных диагностических методик

*Мозговой штурм «Ассоциации».* Мы говорим с вами об адаптации, а какие ассоциации у вас вызывает это слово?

Да, адаптация – это приспособление ребёнка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму дня. В адаптационный период дети по – разному реагируют на смену обстановки: могут быть очень шумными, рассеянными, зажатыми, робкими, плачут больше обычного; могут быть нарушения сна, аппетита, вдруг увеличивается интерес к игрушкам, играм. Все эти нарушения вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребёнка, его организм. Безусловно, самым лучшим для ребёнка в это время будет ваша поддержка и совместно со школой оказание помощи своему ребёнку.

При этом очень важна психологическая готовность ребёнка к школе:

1. Личностная готовность к школе.

Вы, родители, должны способствовать формированию у детей следующих качеств: умение ребёнка войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться (разумная необходимость), чувство товарищества. Такие качества обеспечат ему безболезненную адаптацию к новым социальным условиям.

2. Волевая готовность.

Это условие характеризуется отношением ребёнка к трудностям и способам их преодоления. Здесь главное значение имеет воспитание мотивов достижения целей, умение принять трудности и стремление разрешить их.

3. Интеллектуальная готовность.

Это наличие определённого кругозора, запаса конкретных знаний о живой и неживой природе, общественной жизни. В этом возрасте логическая форма мышления доступна, но не характерна. Важная роль отведена наглядно – действенному и наглядно – образному мышлению.

Итак, можно видеть, что в 1 класс пришли дети с разным уровнем подготовки, у каждого ребенка свой темп развития, свой уровень усвоения знаний, разная познавательная активность, свой стиль поведения. Взрослые не всегда четко представляют себе, что могут они, а что может ребенок, где граница между «можно» и «надо», где нужно изменить сами требования к ребенку, чтобы не навредить ему. Успешность в учебе определяется трудолюбием ученика, его способностями, отношениями в семье, в коллективе и т.д. Но самое главное – это учет состояния здоровья ребенка, особенностей его высшей нервной деятельности, индивидуальных особенностей его организма.

- Конечно, беспокоиться за ребенка в этот период нужно, но некоторые родители бывают слишком тревожны. Переживать нужно тогда, когда нежелание учиться является устойчивым, выражается активно, отражает основное отношение ребёнка к школе. Когда 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. Когда ребенок не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх…

- И, конечно, помните, что несогласованность требований школы, семьи и улицы приводит ребёнка в состояние растерянности, создаёт для него большие проблемы, которые он сам решить не может. Без семьи школа не в состоянии помочь ребёнку выйти из противоречий.

*Упражнение:* Сейчас вам необходимо в группах обсудить и записать признаки, которые будут указывать на дезадаптацию первоклассника.

* Такой первоклассник отличается на фоне остальных учеников сильной и частой отвлекаемостью, неорганизованностью, пассивностью.
* неустойчивый подчерк, характерными чертами которого выступают различная протяженность и высота графических элементов, неровные штрихи, растянутые, разнонаклонные большие буквы.
* Ошибки выражаются также в пропусках букв и их случайных заменах, неприменении правил. Вызваны подобные несоответствия, прежде всего, отсутствием концентрации внимания.
* Отставание от школьной программы по одной или нескольким дисциплинам, не успешность в обучении;
* Боязнь публичного выступления, проверки знаний, оценивания, растерянность при ответах неуверенность;
* Нарушения в общении со сверстниками: отчужденность, агрессия, конфликтность и повышенная возбудимость;
* Нарушения во взаимоотношениях с педагогами, неподчинение школьным нормам и нарушения дисциплины;
* Личностные нарушения: упрямство, страхи, лживость, угрюмость, уединенность, сверхчувствительность, чувство собственной неполноценности;
* Неадекватная самооценка. При низкой самооценке наблюдается безынициативность, несамостоятельность, нерешительность, конформизм. При высокой самооценке — уклонение от трудностей, обидчивость, стремление к лидерству

Что же делать, если эти признаки вы замечаете у своего ребенка?

*(в форме свободного обсуждения с родителями).*

*Далее дополнение того, чего не сказали.*

1. Уделять своему чаду больше внимания: играть, советовать, наблюдать, но при этом меньше воспитывать. При этом важно способствовать развитию образного мышления, для чего занимать со школьником конструированием, лепкой, рисунками, мозаикой, аппликациями.
2. Завышенные ожидания родителей порождают неуверенность в себе, низкую самооценку ребенка. У него повышается чувство страха перед родителями, учителями, сверстниками за свою неполноценность, не успешность, — а это прямой путь к хроническому торможению развития.
3. Не стоит сравнивать результаты работы своего малыша с достижениями более успешных школьников. Сравнивать первоклашку можно только непосредственно с ним самим, хваля при этом его за улучшение собственных его результатов.
4. Первокласснику необходимо найти такую сферу, в которой он мог полностью реализоваться. Это могут быть различные танцы, изостудии, рисование, спортивные секции.
5. Важно выделять, подчеркивать в качестве самой значимой ту область, где малыш наиболее успешен, тем самым помогая обрести ему веру в себя. Говорить о том, что если он научился хорошо делать что-либо, то впоследствии обязательно у него получиться все остальное.
6. Следует помнить, эмоциональные проявления взрослых, причем в равной степени как положительные (доброе слово, похвала), так и отрицательные (укоры, замечания, крик) служат подкреплением, которое провоцирует демонстративное поведение школьника.

*Рефлексия.* Родители должны продолжить начатое психологом предложение: “Мой ребёнок лучше адаптируется к школе, если я … ”.

Комфортно ли вы себя чувствовали, принимая участие вот в такой форме собрания? Что было трудным? Что мешало работе и почему? Какие свои ценные качества вам удалось увидеть на собрании? Какими новыми знаниями и умениями вы обогатились? Какие открытия сделали вы для себя в процессе собрания?