**Протокол**

**группового консультирования родителей 1 класса**

**Дата проведения: 26.09.2020**

**Форма: семинар**

**Контингент: родители 1-4 классов**

**Тема: «Результаты адаптации в школе».**

**Цель:**

1. Рассмотреть некоторые проблемы адаптации первоклассников к школе; показать пути их преодоления.
2. Повысить уровень педагогической и психологической культуры родителей.

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

**Ход консультирования**

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.

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.

Поступление детей в школу - важный этап взросления, стремление к которому, как справедливо отмечает Ш.А. Амонашвили, изначально заложено в ребенке на ряду со стремлением к движению и познанию. Если начало этого этапа не будет видимо отличаться от дошкольного детства, у ребенка неизбежно появится чувство разочарования. Но в то же время, удовлетворение стремления ребенка к взрослению должно обязательно произойти успешно, породить уверенность в свои силы. Поэтому особое внимание нужно уделять тому, чтобы разумно сочетать новизну отношений и

видов деятельности с прежним дошкольным опытом ребенка.

1. **Презентация «Первые дни ребенка в школе. Трудности в адаптации и пути их преодоления».**

Слайд 1

«Первые дни ребёнка в школе. Трудности адаптации и пути их преодоления».

Слайд 2

**Адаптация** обозначает приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды.

Понятие адаптации непосредственно связано с понятием "готовность ребенка к школе" и включает три составляющие:

* адаптацию физиологическую,
* адаптацию психологическую,
* адаптацию социальную, или личностную.

Слайд 3

**Физиологическая адаптация.**

* Острая адаптация (первые 2-3 недели) - это самое тяжелое время для ребенка. В этот период организм ребенка отличается значительным напряжением практически всех своих систем, в результате в сентябре многие первоклассники болеют.
* Неустойчивое приспособление - организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.
* Период относительно устойчивого приспособления - организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Слайд 4

**Психологическая адаптация.**

* Неожиданно начинаются капризы, даже истерики.
* У первоклассника возникают резкие перепады настроения.

У вашего ребенка – стресс. Стресс - любое сильное воздействие, не переходящее границ адаптивных возможностей нервной системы.

Слайд 5

**Социальная адаптация.**

Личностная, или социальная, адаптация связана с желанием и умением ребенка принять новую роль - школьника и достигается целым рядом условий.

Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника.

Слайд 6

**Как помочь первокласснику?**

* Выполнение режима дня позволяет ребёнку сохранить физическое и психическое равновесие, что даёт возможность сохранения эмоционального равновесия.
* Необходимы ежедневные занятия физическими упражнениями, прогулки на свежем воздухе, ребенок должен активно двигаться 3-4 часа в день.
* Нельзя кричать на ребенка и тем более наказывать его физически, важно просто разговаривать с ребенком в спокойном тоне.
* Уделяйте больше внимания своему ребенку, это необходимо для него.
* Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребёнка, попытку (даже неудачную) самостоятельно найти ответ на вопрос.

Слайд 7

**Советы родителям:**

* Поддержите в ребенке его стремление стать школьником.
* Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
* Ребенок имеет право на ошибку.  Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха.
* Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

Слайд 8

* Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками.
* Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
* У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

Слайд 9

**Помните :**

**Ваш ребенок не лучше всех и не хуже всех! Он - неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!**

1. Ваши дети – наши мнение (рассказать об успехах в овладении школьной программой, дисциплинированности, на что обратить внимание)

Чтобы предотвратить развитие неуспеваемости и облегчить адаптацию ребёнка к школе:

 1. Быть наблюдательными и внимательными к своим детям, отмечать изменения в их поведении, изменения их работоспособности, сообщать об этом учителю.

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

3. Развивать память, речь, внимание, мышление, усидчивость.

4. Всегда обращать внимание на осанку детей во время занятий, следить за зрением.

5. Оборудовать уголок школьника.

**Памятка для родителей «Необходимые условия успешного воспитания и обучения в школе».**

1. Организуйте, пожалуйста, уголок школьника, поддерживайте в нём порядок.

2. Перед началом выполнения домашнего задания выключите радио, телевизор. Не мешайте детям излишними замечаниями, громкими разговорами.

3. Не сидите с ребёнком за уроками, но ежедневно проверяйте их. Учите задания выполнять быстро, чётко, не отвлекаясь.

4. Научите ребёнка обстоятельно готовиться к завтрашнему дню:

- собрать школьные принадлежности ;

- подготовить обувь, одежду.

5. Рационально организуйте режим дня :

- уроки готовить в установленное время, в проветренном помещении ;

- отдыхать на свежем воздухе ;

- вовремя ложиться спать.

- телевизор (компьютер) смотреть не более 1 часа.

6. К делам детей относитесь внимательно, доброжелательно, но вместе с тем, будьте требовательны к результатам его деятельности.

7. С самого начала учения вселяйте в детей веру и оптимизм : «Неудачи временны. То, что не получилось сегодня, получится завтра».

Дата:26.09.2020г.

Педагог-психолог  *И.Д. Манжосова*

