

ОСОБЛИВОСТІ АДАПТАЦІЇ В ШКОЛІ ПЕРШОКЛАСНИКА



Аби навчання в школі було успішним, треба враховувати особливості адаптації дитини до шкільного життя. Взагалі, перший рік навчання особливо важкий для малюків. І адаптація може проходити по-різному. Значна частина дітей пристосовується протягом двох-трьох місяців навчання. Це виявляється в тому, що дитина звикає до колективу, ближче пізнає своїх однокласників, знаходить друзів. У дітей, які успішно пройшли адаптацію, переважають гарний настрій, бажання відвідувати школу, виконувати вимоги вчителя. Іншим дітям потрібно більше часу для звикання до шкільного життя. Вони можуть до кінця жовтня-листопада надавати перевагу ігровій діяльності, не одразу виконувати вимоги вчителя, з'ясовувати стосунки з однокласниками неадекватними методами, може з'явитися небажання вчитися. Це означає, що дитині особливо потрібна допомога.

ПСИХОФІЗИЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДИТИНИ-ШЕСТИРІЧКИ



Діти шостого року життя здатні усвідомлювати своє становище в товаристві ровесників і дорослих, проявляють інтерес до інших людей, вміють спілкуватися. Вони здатні співпереживати, співчувати, допомагати; знають і виконують основні правила етичної поведінки і взаємодії в грі і побуті.

Першокласники здатні керувати своєю поведінкою, знають межі дозволеного, виконують вимоги дорослого. Вони з інтересом беруть участь в різних видах діяльності (навчальній, ігровій, трудовій). Добре орієнтуються не тільки в знайомій, але й в незнайомій обстановці. Діти цього віку досить обізнані з предметами навколишнього світу, проявляють значний інтерес до нових знань, позитивно ставляться до нової інформації. Рівень розвитку мисленнєвої діяльності забезпечує можливість шкільного навчання.

Найбільш характерні для дітей цього віку наочно-образне і дієво-образне мислення створюють передумови для формування логічної форми мислення.

Розумовий розвиток дітей цього року життя передбачає наявність певного словникового запасу (3,5 - 7 тис. слів), вміння правильно вимовляти всі звуки рідної мови і вміти робити найпростіший звуковий аналіз слів. Достатньо розвинене в більшості дітей зорово-просторове сприйняття. Вони здатні характеризувати просторові відношення предметів (праворуч — ліворуч, над — під, зверху — знизу тощо), розрізняти просторове розташування фігур, деталей на площині. Діти цього віку розрізняють геометричні фігури, виділяють їх у предметах навколишнього світу; здатні класифікувати фігури за формою, розміром, кольором; розрізняють і виділяють букви і цифри, написані різним шрифтом, можуть подумки знаходити частини цілого, добудовувати фігури за схемою, конструювати їх із деталей. Розвиток зорово-моторних координацій дозволяє дітям 6 років координувати свої рухи. Вони можуть змальовувати прості геометричні фігури, предмети, пересічні лінії, букви, цифри з дотриманням розмірів, пропорцій, співвідношення штрихів.



Водночас для цього віку характерний слабкий розвиток моторики дрібних м'язів рук. Розвиток слухомоторних координацій дозволяє розрізняти і відтворювати нескладний ритмічний малюнок, виконувати під музику ритмічні рухи тощо. Діти цього віку здатні до довільної уваги, проте її стійкість ще невелика і багато в чому залежить від умов організації навчання та індивідуальних властивостей. Варто зазначити, що це стосується й однотипної діяльності. Наприклад, дитина може активно займатися лише читанням, письмом, бесідою тощо не більше 10—12 хв. Враховуючи це, вчитель має урізноманітнити діяльність протягом одного уроку. Крім цього, важливо мати на увазі, що діти не здатні швидко і надто часто переключати увагу з одного об'єкта на інший (за урок — не більше трьох разів). Особливості пам'яті такі: дитина не може одночасно сприймати більше двох об'єктів. У неї переважає мимовільне запам'ятовування, водночас вона здатна і до довільних дій пам'яті. Використання наочних засобів навчання сприяє розвитку довільного запам'ятовування. Обсяг пам'яті різко зростає при активному й усвідомленому сприйманні і запам'ятовуванні. Шестирічні діти здатні зосереджено, без відволікання займатися однотипною діяльністю 10—12 хв, що визначає вимоги до організації і структури уроку в першому класі.



Вікові особливості дітей сьомого року життя (складність довільної регуляції діяльності, швидка стомлюваність тощо) передбачають, що для них дуже складні статичні навантаження, обмеження рухового режиму, швидке переключення з одного виду діяльності на інший тощо. Першокласники здатні точно виконувати інструкцію вчителя, якщо вона дана чітко й коротко, а також подано послідовність (алгоритм) дій. Їм ще важко оцінити результат і якість своєї роботи, порівняти її з еталоном, самостійно виправити помилки і внести корективи під час діяльності. Однак у них поки переважає підвищена самооцінка, тому завдання вчителя — поступово і коректно формувати об'єктивну самооцінку школяра. Варто пам'ятати, що діти цього віку емоційно ставляться до нейтральних результатів і невдач у своїй діяльності, вразливі до стилю поведінки дорослого щодо себе, емоційно (інколи неадекватно) реагують на його зауваження і критику своєї діяльності, вимагають постійної підтримки і схвалення.

ДОПОМОГА У НАЧАННІ З БОКУ БАТЬКІВ



Звичайно, всі батьки хочуть, щоб їхня дитина добре навчалася. Тому треба допомогти їй організувати свій час вдома. Найперша допомога — раціональне чергування занять, активного відпочинку, їжі та сну. Однакові дії, повторюючись щодня у певній послідовності, сприяють формуванню у дитини необхідних побутових, трудових і культурогігієнічних звичок, полегшують пристосування організму до нових умов.

Систематичне дотримання режиму дня виховує у дітей такі важливі риси характеру як дисциплінованість, організованість, уміння підкоряти свої бажання інтересам справи. Важливо забезпечити 3,5—4-годинне перебування дитини на свіжому повітрі, регулярний сон (нічний не менше 10 годин, вдень 1,5 години), калорійне і різноманітне харчування через 3—3,5 години. Такі норми відповідають фізіологічним потребам дитячого організму та сприяють збереженню здоров'я.

Батькам треба мати на увазі, що молодший школяр не вміє швидко переходити від однієї справи до іншої. Це залежить від типу нервової системи дитини.

Тому батьки мають пояснити дитині причини такого переходу і дати час, аби вона могла психологічно підготуватися до нової справи. Треба розуміти: для того, щоб кинути одне заняття, на яке вже налаштувалась дитина, і взялася за інше, їй доводиться подолати природне внутрішнє бажання наполягти на своєму і не виконувати прохання батьків. Будь-який необґрунтований перехід від однієї справи до іншої шкідливий тим, що дитина змушена кидати розпочате, не закінчивши його. Якщо це увійде в систему, то у школяра з'явиться погана звичка нічого остаточно не закінчувати. Звичайно, інколи доводиться просити сина чи доньку допомогти по господарству, чи з будь-яких інших причин порушити звичайний розпорядок дня. Часто буває так: тільки-но школяр розклав книги сів за уроки, а його посилають до магазину. Почав хлопчик читати цікаву книгу — його просять полити квіти. Дівчинка малює, а її відправляють погуляти з молодшим братом. У таких випадках краще сказати дитині: «Дочитаєш сторінку — треба буде сходити де магазину». Або: «Закінчуй гратися конструктором. Через 10 хвилин будемо вечеряти», Тобто, треба дати дитині час підготуватися до нової справи.

Наступна важлива умова успішного навчання — розумна допомога старших. Вона виявляється, найперше, в обізнаності батьків у справах дитини: «Які були сьогодні уроки? Про що нове ти дізнався? Як упорався із завданням?» Ще дуже важливо перевірити правильність виконання домашнього завдання. Практика навчання переконує, що добре усвідомлений той матеріал, який розповідається іншій людині. Тому бажано, щоб першокласник розповів комусь із дорослих вивчені уроки: правила з української мови, розв'язані задачі з математики, вірш або переказ оповідання. Якщо дитині важко викласти основний зміст матеріалу, то це означає, що урок не вивчений і його потрібно повторити. При перевірці письмового завдання не поспішайте вказувати дитині на помилку. Вона має привчитися до самоконтролю. Тому запропонуйте їй самостійно відшукати помилку, пригадати, як можна перевірити рішення. І тільки в крайньому випадку показати, де вона припустилася помилки. Буває, що дитина просто лінується, не хоче самостійно працювати, долати труднощі. У цьому випадку особливо необхідний суворий контроль з боку батьків.



Батьки не повинні забувати про такий негативний фактор як перевантаження учня. Часто буває так, що дорослі, крім завдань учителя, навантажують свою дитину додатковими навчальними вправами. Дитина перенавантажується і нерідко

починає навчатися не краще, а гірше. В неї втрачається інтерес до навчання, яке стає для неї важкою і нецікавою працею.

Часто батьки скаржаться, що дитина дуже довго виконує домашнє завдання і звертаються із запитаннями: «Сидіти чи ні з дитиною за уроками?». Рецептів немає. Кожна дитина і кожний випадок — особливі. Один школяр може працювати самостійно, досить просто перевірити зроблене завдання. З іншим треба сидіти, не відходячи й організовувати кожен рух: розгорни підручник, візьми олівець, обговорювати написання кожної букви. Це пояснюється тим, що в деяких дітей спостерігається нестійка увага, невміння зосередитися на одному предметі. В цьому випадку дитина напише рядок і відволікається: починає розповідати про те, що було сьогодні в школі, знову повернеться до письма, згодом почне підстругувати олівець тощо.

Щоб привчити молодшого школяра до посидючості, батьки вимагають, аби він вкладався у певний час, виконуючи завдання. Для цього ставлять перед учнем годинник. Дитина ж, стежачи за часом, вчиться оперувати ним.

Нескінченне сидіння за уроками пояснюється ще й тим, що не всі діти однаково розвиваються.

Деякі з них важко засвоюють навчальний матеріал, починають відставати. Цей недолік з часом можна було б подолати, однак деякі батьки, виявляючи велике нетерпіння, годинами сидять з дитиною. Роздратовані, вони починають кричати, дитина нервується. Врешті справа погіршується, дитина починає ненавидіти школу як таку, що винна в її невдачах.

Таким чином терпіння батьків, їхній доброзичливий тон, постійна зацікавленість справами і повагою до дрібниць, з яких складається шкільне життя дитини, знання реального стану речей і сьогоднішніх труднощів дитини, спокійна впевненість у тому, що їх можна подолати, турботлива щоденна праця — важливі умови успішної допомоги дитині у навчанні.

Що необхідно робити батькам, щоб дитина адаптувалась до навчання



Будь-які перехідні періоди життя і діяльності дітей висувають специфічні проблеми, що пов'язані зі зміною в організації навчальної діяльності у середніх класах. Умови, які змінилися, пред'являють більш високі вимоги до інтелектуального і особистісного розвитку, до ступеня сформованості у дітей певних учбових знань, дій, навичок. Процес звикання до шкільних вимог і порядків, нового для п'ятикласників оточення, нових умов життя розуміється як адаптація. Адже дитина в школі адаптується не тільки до своєї соціальної ролі, але перш за все до особливостей засвоєння знань у нових умовах.

1. Якщо Вас щось турбує в поведінці дитини, якомога швидше зустріньтеся і обговоріть це із класним керівником, шкільним психологом.

2. Якщо в родині відбулися події, що вплинули на психологічний стан дитини, повідомте про це класного керівника. Саме зміни в сімейному житті часто пояснюють раптові зміни в поведінці дітей.

3. Цікавтеся шкільними справами, обговорюйте складні ситуації, разом шукайте вихід із конфліктів.

4. Допоможіть дитині вивчити імена нових учителів, запропонуйте описати їх, виділити якісь особливі риси.

5. Порадьте дитині в складних ситуаціях звертатися за порадою до класного керівника, шкільного психолога.

6. Не слід відразу ослаблювати контроль за навчальною діяльністю, якщо в період навчання в початковій школі вона звикла до контролю з вашого боку. Привчайте дитину до самостійності поступово: вона має сама збирати портфель, телефонувати однокласникам і питати про уроки тощо.

7. Основними помічниками у складних ситуаціях є терпіння, увага, розуміння.

8. Головне новоутворення підліткового вікового періоду – відкриття своєї індивідуальності, свого «Я». Підвищується інтерес до свого тіла, зовнішності.

9. Зростає дух незалежності, який впливає на стосунки підлітка в родині, школі.

10. У дітей настає криза, пов'язана з бажанням здобути самостійність, звільнитися від батьківської опіки, з'являється страх перед невідомим дорослим життям.

11. Бажання звільнитися від зовнішнього контролю поєднується зі зростанням самоконтролю й початком свідомого самовиховання.

12. Внутрішній світ дитини ще нестабільний, тому батькам не слід залишати своїх дітей без нагляду. Підліток дуже вразливий і легко піддається впливам як позитивним, так і негативним.

13. Розширюється коло спілкування, з'являються нові авторитети.

14. Недоліки й суперечності в поведінці близьких і старших сприймаються гостро й хворобливо.

15. У батьках підлітки хочуть бачити друзів і радників, а не диктаторів.

Загальні поради батькам першокласників

1. Вранці будіть дитину спокійно, з усмішкою та лагідним словом.

2. Не згадуйте вчорашні прорахунки, особливо мізерні, не вживайте образливих слів.

3. Не підганяйте її, розрахувати час – це ваш обов'язок, якщо ж ви цю проблему не вирішили, - провини дитини у цьому немає.

4. Не відправляйте дитину до школи без сніданку: там вона багато працює, витрачає сили, потребує поповнення енергії. Коли щось не виходить порадьтеся з учителем, психологом.

5. Відправляючи дитину до школи, побажайте їй успіхів, скажіть кілька лагідних слів без подібних застережень: «Дивись, поведься гарно!», «Щоб не було поганих оцінок!» тощо. У дитини попереду важка праця.
6. Зустрічайте дитину спокійно, не ставте їй тисячу запитань, дайте їй розслабитись.
7. Коли дитина збуджена і хоче з вами чимось поділитись, не відмовляйте їй у цьому, вислухайте, на це ви не витратите багато часу.
8. Якщо дитина замкнулась, щось її турбує, не наполягайте на пояснення її стану, хай заспокоїться, тоді вона сама все розкаже.
9. Зауваження вчителя вислуховуйте без дитини.
10. Вислухавши, не поспішайте сваритися. Говоріть з дитиною спокійно.
11. При спілкуванні з дитиною не вживайте вислову: «Якщо ти будеш добре вчитися, то...». Часом умови ставляться важкі – і тоді ви опиняєтеся у незручному становищі.
12. Протягом дня знайдіть півгодини для спілкування з дитиною. У цей час найважливішими повинні бути справи дитини, її біль, її радість.
13. У сім'ї повинна бути єдина тактика спілкування всіх дорослих з дитиною. Всі суперечки щодо виховання дитини вирішуйте без неї. Не зайвим буде почитати літературу для батьків, там ви знайдете багато корисного.
14. Завжди будьте уважним до стану здоров'я дитини, коли щось турбує її: головний біль, поганий настрій. Найчастіше це об'єктивні показники втоми, перевантаження.
15. Пам'ятайте, що діти люблять казки. Особливо перед сном, або пісню, лагідні слова. Не лінуйтеся подарувати це для них. Це їх заспокоїть, зніме денне напруження, допоможе спокійно заснути і відпочити.

16. Не нагадуйте перед сном про неприємні речі, про роботу. Завтра новий трудовий день – і дитина повинна бути готова до нього. А допомогти в цьому їй повинні батьки своїм доброзичливим ставленням. Чекати ж якогось дива, радісних поривів душі, доброти треба терпляче, відшукуючи ці риси в дитині, постійно заохочувати її.

Рекомендації батькам, діти яких важко пристосовуються до шкільного життя:



а) знати, в чому саме труднощі дитини (у спілкуванні з однокласниками, у навчанні, у відносинах з учителями);

б) обов'язково спілкуватися з дитиною щодня (допомагати у навчанні, читати казки, надати елементарні знання про довколишній світ);

в) розвивати моторику руки (різати папір, розфарбовувати, ліпити з пластиліну чи глини);

г) привчати до самостійності;

г) надати неважкі обов'язки по дому (годувати рибку, поливати квіти тощо).

ПАМ'ЯТКА БАТЬКАМ ВІД ДИТИНИ



- Не заставляйте мене відчувати себе молодше, ніж я є насправді. Я відіграюся на вас за це, ставши «плаксою» і «скигликом».

- Не робіть для мене і за мене те, що я в змозі зробити для себе сам. Я можу продовжувати використовувати вас як прислугу.

- Не вимагайте від мене негайних пояснень навіщо я зробив те або інше. Я інколи і сам не знаю, чому поступаю так, а не інакше.

- Не піддавайте дуже великому випробуванню мою чесність. Будучи заляканий, я легко перетворююся на брехуна. Хай мої страхи і побоювання не викликають у вас занепокоєння. Інакше я боятимуся ще більше. Покажіть мені, що таке мужність.

- Не давайте обіцянок, яких ви не можете виконати — це поколює мою віру у вас.

- Не чіпляйтеся до мене і не бурчіть на мене. Якщо ви будете це робити, то я буду вимушений захищатися, прикидаючись глухим.

- Не намагайтеся читати мені повчання та нотації. Ви будете здивовані, відкривши, як прекрасно я знаю, що таке добре і що таке погано.

- Не захищайте мене від наслідків власних помилок. Я, як і ви, вчуся на власному досвіді.

- Не забувайте, я люблю експериментувати. Таким чином я пізнаю світ, тому, будь ласка, змиріться з цим.

- Не поправляйте мене у присутності сторонніх людей. Я зверну набагато більшу увагу на ваше зауваження, якщо ви скажете мені все спокійно віч-на-віч.

- Не намагайтеся від мене звільнитися, коли я ставлю відверті питання. Якщо ви на них не відповідатимете, я взагалі перестану задавати їх вам і шукатиму інформацію десь на стороні. Я відчуваю, коли вам важко і тяжко. Не ховайтеся від

мене. Дайте мені можливість пережити це разом з вами. Коли ви довіряєте мені — я довірятиму вам.

- Не турбуйтеся, що ми проводимо разом дуже мало часу. Для мене важливіше те, як ми його проводимо.

- Не покладайтеся на силу в стосунках зі мною. Це привчить мене до того, що вважатися потрібно лише з силою. Я відгукнуся з більшою готовністю на ваші ініціативи.

- Будьте уважні, коли в моєму житті настає час більшої орієнтації на однолітків і старших хлопців. В цей час їх думка для мене може бути важливіше за вашу. У цей період я відношуся до вас критичніше і порівнюю ваші слова з вашими вчинками.