

СЬОГОДНІ - П'ЯТИРІЧКИ, А ЗАВТРА – ШКОЛЯРІ

Підготувала практичний психолог
Рибачок С. М.

Початок навчання у школі – складний і відповідальний період у її житті, адже відбувається багато змін. Це не тільки нові умови життя й діяльності, а й нові контакти, нові стосунки, нові обов'язки. Змінюється соціальна позиція: був просто дитиною, тепер став учнем. Навчальна діяльність стає провідною, обов'язковою, такою, що розширює права і обов'язки дитини, її відносини з навколишнім середовищем.

Що ж приваблює дитину в школі? Спочатку це переважно зовнішні моменти шкільного життя – сумка, зошити, підручники, сама школа, нові друзі. Але, колективна діяльність у класі припускає інтенсивне спілкування і спільну роботу як з іншими учнями, так і з вчителем. Не всі діти готові до такої співпраці. Не всі можуть зосередитися і уважно, не відволікаючись, слухати вчителя, деякі діти і п'яти хвилин не можуть працювати зосереджено. Причини такої неуважності можуть бути найрізноманітніші: це і особливості вищої нервової діяльності, і швидше виснаження, і втомлюваність за рахунок поганого здоров'я, і психологічна неготовність – слабкі, нерозвинені можливості керувати увагою і запам'ятовуванням. Таким дітям для успішного навчання необхідна підвищена увага вчителя і додаткова допомога.

Поняття „шкільна адаптація” стало використовуватися в останні роки в описуванні різних труднощів, що саме і виникають у дітей у зв'язку з навчанням у школі. Усі діти проходять період адаптації до школи, навіть ті, котрі мають попередню підготовку. Цей період продовжується в середньому від 10-18 днів до 1-3 місяців.

Доказом адаптації служить продуктивність у навчальній діяльності, позитивне емоційне самопочуття, відсутність внутрішньої напруженості.

Більшість дітей адаптується до школи досить швидко, із задоволенням відвідує заняття, вони виконують завдання, підкоряються вимогам вчителя і батьків. У деяких дітей процес адаптації сильно затягується. Іноді на першому році навчання повноцінної адаптації до школи так і не відбувається, але це не завжди супроводжується явними ускладненнями в освоєнні шкільної програми і може проходити на фоні гарної успішності.

Надзвичайно багато в адаптації залежить від сім'ї, дорослих. Тільки безумовне сприйняття дитини батьками, розуміння та підтримка в складних ситуаціях створюють в неї відчуття захищеності, внутрішнього комфорту.

Головна причина шкільної дезадаптації в 1-му класі пов'язана з характером сімейного виховання. Якщо дитина приходить у школу із сім'ї, де вона не відчувала переживання „ми”, вона і в нове соціальне середовище – школу – входить важко.

Несвідоме прагнення до відчуття, неприйняття норм і правил соціуму лежить в основі шкільної дезадаптації дітей, вихованих у сім'ях із несформованим почуттям „ми”.

До помилок у родинному вихованні також можна віднести і завищені очікування щодо навчальної успішності дитини, будь-яка невдача сприймається неадекватно:

- ❖ розмови про недоліки школи чи вчительки замість акцентування уваги дитини на приємних моментах;
- ❖ часті конфлікти з приводу навчання дитини, після чого все, що пов'язано зі школою, втрачає привабливість.

Буває, що однією з частих причин батьківського занепокоєння є формула: „Він стільки знає, а вчитися не може!” Почувши від педагогів, що необхідними умовами готовності до школи є знання того-то і того-то, батьки у своїх стараннях не знають міри, а можливості дітей до уваги не беруть. Іноді діти знають усі сузір'я, але не знають, на якій вулиці живуть. Важливою прикметою інтелектуальної готовності до школи є не просто розрізнені знання, уявлення про предмети і їх властивості, а, перш за все, вміння бачити зв'язки й закономірності, бажання дитини зрозуміти, що від чого і чому. Важливий не обсяг знань дитини, а якість її мислення.

Отже, успішній адаптації дитини в школі сприяє організація рухової активності дитини, дотримання режиму дня, повноцінне харчування, сприятливий психологічний клімат у сім'ї і школі, участь батьків у житті дитини.

Десять заповідей для мамі і тата першокласника

- ☐ привчайте дитину до розпорядку дня;
- ☐ формуйте позитивне ставлення до школи. Полюбіть школу, в яку ви віддали свою дитину. У жодному разі не можна дозволити собі некоректних коментарів про школу та її вчителів, особливо у присутності дитини;
- ☐ формуйте адекватну самооцінку;
- ☐ не перевантажуйте дитину надмірними заняттями, чергуйте їх з грою;
- ☐ не перетворюйте дитину на засіб вашого самоствердження, на річ, якою можна вихвалитися перед знайомими: «А моя дочка дві іноземні мови вивчає, на фортепіано грає, на гімнастику ходить!» Цілком можливо, що таке навантаження для неї надмірне, але вона не наслідуюється вам заперечити. Постарайтеся зрозуміти, що потрібно вашій дитині, а не вам.
- ☐ Якщо ваша дитина хоче взяти із собою до школи щось нестандартне, скажімо маленьку іграшку, - дозвольте! Лише поясніть, коли цим можна гратися. Після 1 вересня дитинство не закінчується, особливо в 6-річних дітей.
- ☐ Навчайте етичним нормам спілкування з однолітками та дорослими.

- не лайте, а тим більше – не ображайте дитини в присутності сторонніх. Поважайте почуття і думки дитини. На скарги з боку навколишніх відповідайте: „Спасибі, ми обов’язково поговоримо на цю тему”;
- навчіть дитину ділитися своїми проблемами. Обговорюйте з нею конфліктні ситуації, що виникли з однолітками і дорослими. Щиро цікавтесь її думкою, тільки так ви зможете сформувати в неї правильну життєву позицію;
- постійно говоріть з дитиною. Розвиток мовлення – запорука гарного навчання;
- відповідайте на кожне запитання дитини. Тільки в цьому випадку її пізнавальний інтерес ніколи не згасне;
- постарайтеся хоч іноді дивитися на світ очима вашої дитини. Бачити світ очима іншого – основа взаєморозуміння;
- частіше хваліть вашу дитину. На скарги про те, що щось не виходить, відповідайте: „Вийде обов’язково, тільки потрібно ще раз спробувати”. Хваліть словом, усмішкою, ласкою і ніжністю;
- не будуйте ваші взаємини з дитиною на заборонах. Погодьтеся, що вони не завжди розумні. Завжди пояснюйте причини ваших вимог. Повага до дитини зараз – фундамент шанобливого ставлення до вас тепер і в майбутньому.

Притча про рай і пекло

Одного разу юдейський мудрець попросив Господа показати йому рай і пекло. Господь підвів його до зали, де билися, плакали та страждали голодні люди. Посеред кімнати стояв великий казан зі смачною їжею, люди тримали ложки, довші за руку, й тому було неможливо потрапити до рота. « Так, це справжнє пекло!» - сказав мудрець.

Потім вони зайшли до наступної кімнати. Усі люди були ситі і веселі. Та коли мудрець придивився, то побачив там такий самий казан і точнісінько такі самі ложки! Що ж робило їхнє життя райським? Вони годували одне одного! Тобто, вміли взаємодіяти між собою.

Тож давайте вчитися взаємодіяти з нашими учнями і між собою, щоб школа для дітей була раєм, а не пеклом.