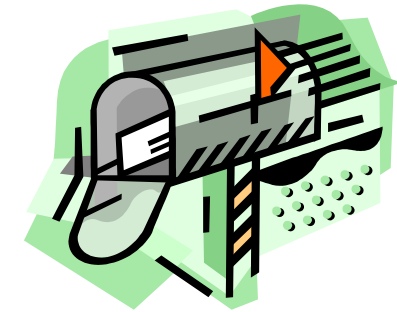


1. Виховувати повагу до дорослих, однолітків.
2. Навчити дитину до школи або в перші місяці шкільного життя дотримуватись режиму дня.
3. Бути небайдужим до того, чим живе дитина у школі.
4. Дбати про мотивацію навчання.
5. Відвідувати регулярно батьківські збори.
6. Мати постійний зв'язок з учителем.
7. По можливості зустрічати дитину зі школи.
8. Бути терплячими до дітей, поменше їх сварити за перші невдачі, дарувати їм якомога більше ласки.
9. Не платити дітям гроші за гарну поведінку чи позитивну оцінку.
10. Навчати дітей сумлінному відношенню до справи власним позитивним прикладом.
11. Більше часу приділяти щодня дитині. У вихідні дні дітей залучати до загальних сімейних справ.
12. Не давати марних обіцянок дітям.
13. Не робити зауважень або сварити в присутності інших (однокласників, вчителя тощо).
14. Давати відповіді на всі дитячі запитання.
15. Ставитися до молодшого школяра як до дорослої людини.
16. Організовувати дозвілля школярів у позаурочний час.



## Адаптація до школи - як допомогти першокласнику

Підготувала: практичний  
психолог Сварицевицького НВК  
Крупко Н.А.

# Адаптація до школи - як допомогти першокласнику

Виховання дитини починається від її народження. Якою вона виросте, значною мірою залежить від її батьків. Батьки в родині мають виконувати функції педагога: освітню (передача життєво значущої інформації), виховну (засвоєння норм життя в людському суспільстві), розвивальну (підвищення індивідуального потенціалу). Вступ до школи - переломний моменту житті дитини. Він пов'язаний з новим типом стосунків з оточенням (ровесниками й дорослими), новим видом основної діяльності (навчальної, а не ігрової). У житті дитини змінюється все: обов'язки, оточення, режим. Це «кризовий період» у житті дитини, і ця «криза» виявляється у тому, що свої ігрові потреби дитина має задовольняти навчальними способами. Процес адаптації до шкільного життя у дітей триває по-різному - від 2 тижнів до 2-3 місяців (залежно від рівня їх готовності до школи, психофізіологічних особливостей та стану здоров'я). Вирішальну роль тут відіграє сформований у дошкільному віці рівень готовності до школи, або «шкільної зрілості».



Ви ніколи не замислювалися над тим, чому першокласникам не ставлять оцінки? Перший рік навчання - період адаптації школяра до нового кола спілкування, до нового укладу життя, до збільшення фізичного та емоційного навантаження. Щоб у дитини не сформувався комплекс неповноцінності через низку невдач, протягом першого року навчання старанність першокласників і їх успішність оцінюється виключно у словесній формі без застосування 12-бальної системи.

Адаптація дитини до школи залежить від рівня її самооцінки. Зміна обстановки, новий регламент життя - стрес для маленької людини, і взаємовідносини з батьками можуть або допомогти перебороти цей стрес, або поглибити його.

В школі світ дитини значно розширюється, для неї стають більш важливими цінності, що розділяються однолітками, і оцінки, що виносяться вчителями. Тому дорослі повинні якомога частіше підкреслювати, що дитина уже чомусь навчилася чи ще може навчитися. Не варто фіксувати вагу на невмінні. Навіть критикувати дитину можна на фоні загальної психологічної підтримки.

Одні діти з упевненістю переступають шкільний поріг, інші - навпаки, вже сумніваються у власних можливостях. Всі діти чого-небудь чекають від навчання. Якщо вони виростили в атмосфері тепла і любові, то чекають успіху. Можна виділити три чинники, які впливають на формування позитивної самооцінки дитини:

1. Дитина повинна бути твердо впевнена, що її приймають і позитивно оцінюють інші люди.
2. Вона повинна бути впевнена, що здатна робити щось самостійно і добре.
3. У неї повинно бути розвинене почуття власної значимості.

Батьки часто починають ставитись до оцінок дитини, як до оцінок своїх, батьківських успіхів. І тоді дитина обтяжена неначе подвійною відповідальністю: вона змушена думати не стільки про себе, скільки про настрій і реакцію батьків. Неприпустиме активне демонстрування дитині свого невдоволення, що вона з чимось не справляється чи чогось не вміє. Завдання батьків - переконати, що успіх обов'язково прийде, тільки пізніше: «Сьогодні в тебе буква не вийшла, але завтра ти напишеш правильно». Не порівнюйте дитину з гарним сусідським Петриком, а тільки з її попередніми успіхами: «Вчора ти ще не вмів писати цифру, а сьогодні виконав завдання краще».

У протилежному випадку оцінки і реакція батьків виявляються для дитини непосильною ношею, і, як наслідок, - страхи, стреси, депресії і нервові розлади.

