Тема родительского собрания:

**«Адаптация первоклассника в школе»**

**Цель:** познакомить родителей с основными аспектами адаптации первоклассника.

**Задачи:**

* Рассмотреть некоторые проблемы адаптации первоклассников к школе;
* Показать пути их преодоления;
* Повысить уровень педагогической и психологической культуры родителей и интерес родителей к вопросам воспитания и образования;

**Ход собрания:**

Здравствуйте, уважаемые мамы и папы! Поздравляю вас с важным событием – поступлением ваших детей в первый класс! Первый год обучения определяет всю последующую школьную жизнь ребенка. Многое зависит от вас – родителей первоклассников. Необходимо серьёзное отношение к школьной жизни ребёнка, внимание к его успехам и неудачам, эмоциональная поддержка. Вера в себя – залог успеха в учёбе! Не бойтесь хвалить ребёнка, радуйтесь даже самым маленьким его успехам! Помните, что ребёнок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.

Какие были первые дни ребенка в школе?

* с каким настроением ребенок пришел домой, как его поздравляли члены семьи, какие получил подарки;
* с каким настроением уходит в школу;
* какие занятия ребёнку нравятся в школе и др.

Первый класс школы – один из наиболее важных и трудных периодов в жизни ребёнка. Начало школьной жизни сильно меняет весь образ бытия ребёнка. Теперь ребёнок должен каждый день ходить в школу, трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться новым правилам школьной жизни, выполнять требования учителя.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников.

Что же такое «адаптация»?

**Адаптация** – это естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям.

**Физиологические условия адаптации ребенка к школе**

Адаптация к школе имеет две стороны: психологическую и физиологическую. Организм должен привыкнуть работать в новом режиме - это физиологическая адаптация. В физиологической адаптации к школе выделяют несколько этапов.

Первые 2-3 недели называют «физиологической бурей» или «острой адаптацией». Это самое тяжелое время для ребенка. В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем.

Неустойчивое приспособление. В это период организм ребёнка находит оптимальные варианты реакций на новые условия.

Относительно устойчивое приспособление. В этот период организм находит подходящие варианты реакции на новые условия. В эти периоды у ребёнка можно наблюдать признак утомления (снижение артериального давления) и признак переутомления (повышение артериального давления). Дети могут капризничать, многие жалуются на головную боль, усталость. Продолжительность трех этапов физиологической адаптации обычно длится 2 месяца, наиболее сложными являются первый и второй этапы.

**Социально-психологические условия адаптации ребенка к школе:**

* Развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, речи, мелкой моторики) в соответствии с возрастом;
* Развитие коммуникативной сферы (навыки общения и взаимодействия с детьми, взрослыми);
* Саморегуляция и произвольность (умение слышать, слушать и выполнять данную ребенку простую инструкцию, выполнять задания по образцу, готовой схеме);
* Умение вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения.

Чтобы адаптация прошла успешно, необходимо помогать ребёнку. Соблюдать чёткий режим дня. Разнообразно питаться. Играть на улице в подвижные игры не менее 2 часов ежедневно. Помните, что ребёнку нужна ваша любовь и забота. А семейные неурядицы - это враг успешной адаптации ребёнка к школе.

Адаптация к школе проходит значительно лучше, если родители активно участвуют в процессе: помогают собирать вещи с вечера (не забывайте про самостоятельность: ваша функция проконтролировать, чтобы ребенок ничего не забыл), провожают до школы, вечером обсуждают, как прошёл день ребёнка. В тот момент, когда ребёнку нужна ваша поддержка, не оставляйте ребёнка наедине с его состоянием. Помогайте своему первокласснику адаптироваться к непростой школьной жизни. Помните, что поддержка родителей в период школьной адаптации очень важна для детей. Ведь от этого зависит его дальнейшая учёба.

**Система взаимоотношений детей в классе**

Взаимоотношения – сложная система контактов, которые складываются с конкретными людьми.

Есть два вида отношений в классе:

- обязательные;

- дружеские (необязательные).

Основа межличностных отношений – это ЧУВСТВА.

Симпатия, сближение – готовность к сотрудничеству;

Антипатия, отдаление – нежелание сотрудничать.

Для того, чтобы класс был дружным, отношения между ребятами положительные, необходимо соблюдать правила-законы класса, как детям, так и родителям.

**Законы класса:**

* Закон Добра – Будь добр к ближнему и добро вернётся к тебе.
* Закон Познания – Стремись познавать себя и мир. Овладевай знаниями и готовься к самостоятельной жизни.
* Закон Заботы – Прежде чем требовать внимание к себе, прояви его к окружающим людям. Помни об их интересах, нуждах, потребностях.
* Закон взаимоотношений – Главное относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе.
* Закон милосердия – Тебе сегодня хорошо, но рядом могут быть люди, у которых слёзы на глазах. Не забывай о них.
* Закон уважения – Хочешь, чтоб тебя уважали, - уважай права и интересы других людей, а также старайся жить так, чтобы людям с тобой было хорошо.
* Закон правды – Запомни, правда нужна не только тебе, но и окружающим тебя людям. Будь правдив!
* Закон свободы – Каждый человек хочет быть свободным. Отстаивая свою свободу, не забывай о свободе другого человека.
* Закон здоровья – Береги своё здоровье и здоровье окружающих тебя людей.
* Закон дружбы – Дорожи школьной дружбой, цени свой класс, школу. Научись радоваться не только своим успехам, но и успехам товарищей.

**Рекомендации для родителей:**

1. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением;
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе;
3. Поддержите в ребенке его стремление стать школьником;
4. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками;
5. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха;
6. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу;
7. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
8. Учение – это нелегкий и ответственный труд. Но у первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

Я желаю успехов Вам и вашим детям!

Любите своих детей!