



Агрессивное поведение детей младшего школьного возраста. Рекомендации родителям.

Агрессивное поведение - это одна из форм реагирования на различные неблагоприятные в физическом и психологическом отношении жизненные ситуации, вызывающие стресс, фрустрацию и т.п. состояния. Психологически выступает одним из основных способов решения проблем, связанных с сохранением индивидуальности и тождественности, с защитой и ростом чувства собственной ценности, самооценки, уровня притязаний, а так же сохранением и усилением контроля над существенным для субъекта окружением.

Повышенная агрессивность детей является одной из наиболее частых проблем в детском коллективе. Практически все дети ссорятся, дерутся, обзываются. Обычно с усвоением правил и норм поведения эти непосредственные проявления агрессивности уступают место социальным формам поведения. Однако у определенной категории детей агрессия как устойчивая форма не только сохраняется, но и развивается, трансформируется в устойчивое качество личности. В итоге снижается продуктивный потенциал ребенка, сужаются возможности полноценного общения и обучения, деформируется его личностное развитие. Агрессивный ребенок приносит массу проблем не только окружающим, но и самому себе.

Определение, виды агрессии

Агрессивность целенаправленное нанесение физического или психического ущерба другому человеку.

Агрессивное поведение – поведение, противоречащее и нарушающее нормы и правила сосуществования людей в обществе, наносящее вред, приносящее физический ущерб людям или вызывающее у них психологический дискомфорт.

Виды агрессии:

- *агрессия, направленная на себя* (самоповреждения)
- *косвенная вербальная агрессия* (направлена на обвинение или угрозы сверстнику, которые осуществляются в различных высказываниях)
- *прямая вербальная агрессия* (выражается в словесной форме: угрозы, оскорбления, дразнилки, обзывания)
- *косвенная физическая агрессия* (направлена на принесение какого-либо материального ущерба другому)

- *прямая физическая агрессия* (прямое применение силы для нанесения морального и физического ущерба противнику, предмету).

Причины агрессивного поведения

Младший школьный возраст:

1. Прямая или косвенная агрессия со стороны родителей в адрес ребенка.
2. Подражание агрессивному поведению взрослого.
3. Нарушение достоинства ребенка со стороны взрослых (обвинение, унижение).
4. Эгоцентризм, капризы, фиксация ребенка на себе.
5. Неспособность понимать чувства других людей.
6. Страхи, приписывание враждебных намерений окружающим.
7. Сниженный уровень самоконтроля, повышенная возбудимость, импульсивность.
8. Нарушения в отношениях со сверстниками.
9. Высокий уровень активности, гиперактивность.
10. Склонность к риску.
11. Потребность доминировать над другими людьми.
12. Завышенная самооценка, чрезмерное самомнение.
13. Сниженная самооценка, тревожность, неуверенность в себе.
14. Обидчивость, мстительность, злопамятность.
15. Обостренная потребность во внимании и в признании.
16. Психические нарушения.

Возрастные проявления агрессивного поведения

Младший школьный возраст:

1. *Обвинения или угрозы сверстнику.* Это могут быть *жалобы* («А Вова меня стукнул», «А Петров не слушает»); *демонстративный крик*, направленный на устранение сверстника («Успокойся, надоел»); *агрессивные фантазии* («Я тебя догоню и побью», «Чтоб тебя инопланетяне забрали для опытов!»).
2. *Оскорбления и вербальные формы унижения другого.* (Дразнилки: «Ябеда-корябеда», «Мухин – муха», оскорбления: «Урод», «Дебил»).
3. *Материальный ущерб* через непосредственные физические действия, разрушение продукта деятельности другого; уничтожение или порча чужих вещей.
4. *Непосредственное нападение* и нанесение физической боли и унижения: угрозы и запугивания (ребенок показывает кулак другому или пугает его), физическое нападение (драка, укусы, царапанья, хватание за волосы, подножки, толкание).

Рекомендации

Рекомендации родителям детей младшего школьного возраста

1. *Важен собственный пример неагрессивного поведения родителей.* Если за агрессивное поведение мы наказываем, бьем и ругаем – мы усиливаем агрессию детей.
2. *Предоставляйте детям возможность разрядки негативной энергии.*
Активным, склонным к агрессии детям нужно двигаться, и это могут быть спортивные секции, физкультминутки, спортивный уголок дома; велосипед и возможность двигаться на нем; двигательная активность (гулять, бегать); разрешение в определенном месте делать то, что хочется, лазить, прыгать, бросать мяч и пр.
3. *Предоставляйте детям возможность выразить чувства.* Для этого предложите ребенку остаться одному в комнате и высказать все, что накопилось в адрес того, кто его разозлил, побить подушку, диван, порвать газету, написать на бумаге все слова, которые хочется выкрикнуть, а затем порвать написанное; в момент раздражения, прежде чем что-то сказать, несколько раз глубоко вздохнуть или сосчитать до десяти; нарисовать свой гнев, тогда он большей своей частью останется на бумаге.
4. *Старайтесь понять и поддержать ребенка.* Скажите ребенку о том, что вы его понимаете; в ситуации агрессивной вспышки разделите ответственность за конфликт; скажите ребенку, что вы его по-прежнему

любите (принимаете); расскажите о том, что в вашей жизни были подобные ситуации, что чувства ребенка вам знакомы, вы тоже переживали подобное.

5. . *Предоставляйте детям возможность получить совет.* Часто дети и не знают, как можно повести себя в той или иной ситуации. Агрессорам нужен ваш совет, готовность помочь, а не гнев и наказания.

Адаптация первоклассников к школе.

Термин "адаптация" имеет латинское происхождение и 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, психологическую и социальную, или личностную. Все составляющие тесно взаимосвязаны, недостатки формирования любой из них сказываются на успешности обучения, самочувствии и состоянии здоровья первоклассника, его работоспособности, умении взаимодействовать с педагогом, одноклассниками и подчиняться школьным правилам. Успешность усвоения программных знаний и необходимый для дальнейшего обучения уровень развития психических функций свидетельствуют о физиологической, социальной или психологической готовности ребенка.

Физиологическая адаптация.

В физиологической адаптации к школе выделяют несколько этапов:

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

Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника. Некоторые дети к концу первой четверти худеют, у многих отмечается снижение артериального давления (что является признаком утомления), а у некоторых - значительное его повышение (признак настоящего переутомления). У многих первоклассников родители наблюдают головные боли, усталость, плохой сон, снижение аппетита, врачи отмечают появление шумов в сердце, нарушения нервно-психического здоровья и другие недомогания. Большинство (56%) адаптируется в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в классе, приобретают новых друзей; у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют требования учителя. Второй группе детей (30%) нужно больше времени; они и месяц, и другой, и третий могут

играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируя на замечания учителя (или реагируя слезами и истерикой). И с освоением учебной программы дела у них складываются непросто. Лишь к концу первого полугодия их поведение становится «правильным». Третья группа (14%) – дети, у которых к значительным трудностям в учебных делах прибавляются трудности более серьёзного характера. У них проявляются негативные формы поведения, резкие выбросы отрицательных эмоций. Если вовремя не разобраться в причинах такого поведения, это может привести к нервному срыву и нарушению психического здоровья.

Именно в течение первой четверти число учащихся, имеющих нервно-психические отклонения, возрастает примерно на 14-16%, а к концу учебного года число таких детей увеличивается примерно на 20%.

Как помочь..?

Самое элементарное – соблюдение режима. Выполнение режима дня позволяет ребёнку сохранить физическое и психическое равновесие, что даёт возможность сохранения эмоционального равновесия. После школы первокласснику необходимо сначала пообедать, отдохнуть. Отдохнуть на воздухе, в активных играх, в движении. Для ослабленных детей лучшим отдыхом будет полуторачасовой дневной сон в хорошо проветренной комнате. Сон способствует ещё и разгрузке опорно-двигательного аппарата. Уроки лучше делать в середине дня. Считается, что у мозговой активности в течение суток имеется два пика: 9-12 часов и 16-18 часов, когда и имеет смысл делать уроки. Важно уложить ребенка спать не позже 9 часов вечера. Детям семи лет рекомендуется спать не менее 11 часов в сутки. Выспавшись, наш первоклассник успеет позавтракать, сделать зарядку и окончательно проснуться перед уроками.

Нельзя:

- Будить ребёнка в последний момент перед уходом в школу;
- Кормить ребёнка перед школой и после неё сухой пищей, бутербродами;
- Сразу после школьных уроков выполнять домашние задания;
- Заставлять ребёнка спать днём после уроков и лишать его этого права;
- Ждать папу и маму, чтобы начать выполнение домашних заданий;
- Сидеть у телевизора и за компьютером более 40-45 минут в день;
- Смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры;

Больше движений.

От деятельности мышц напрямую зависит работа отдела мозга, который заведует работой желез внутренней секреции, системы кровообращения и пищеварения. Между тем достаточно два раза в неделю хотя бы по тридцать минут поиграть, например, в футбол - и в мозгу человека возникнет новый очаг радостного возбуждения, который со временем, если занятия физкультурой станут систематическими, подавит очаг застойного отрицательного возбуждения, откроет путь к выздоровлению. С приходом в школу у детей в два раза сокращается двигательная активность. А что такое двигательная активность для ребенка? Это его нормальный рост, развитие, жизнь, в конце концов. При поступлении в школу у ребенка тут же тормозятся и рост и развитие. И к этому нужно быть готовым. Поэтому, если ребенок рвется на улицу побегать во дворе, не запрещайте, даже если уроки еще не сделаны, ведь здоровье дороже! Педиатры и детские невропатологи считают, что ребенок должен активно двигаться 3-4 часа. Если ваш ребенок не очень любит уличные «гонки», можно записать его в бассейн или спортивную секцию. Специальные исследования показали, что у школьников, которые ежедневно занимаются физическими упражнениями, много двигаются, бывают на свежем воздухе, отмечаются несколько большие прибавки в росте, значительно увеличивается окружность грудной клетки, повышается жизненная ёмкость лёгких и сила мышц. Влияет это и на обмен веществ.

Нельзя:

- Лишать игр на свежем воздухе из-за плохих отметок в школе;
- Не делать оздоровительных пауз во время выполнения домашних заданий;
- Не проявлять двигательную активность в свободное от уроков время.

Психологическая адаптация.

Последние дни перед 1 сентября и начало учебы - трудное время для ребенка. Да, он хочет в школу или, по крайней мере, не возражает против школы. Но вдруг ни с того ни с сего начинаются капризы, даже истерики. Это кажется нам совершенно непонятным, ведь никто не обижает, общий фон положительный, трудностей пока никаких. А у первоклассника тем не менее откуда-то возникают резкие перепады настроения. Даже у самых послушных детей могут начаться капризы. Хочу - не хочу, буду - не буду, пойду - не пойду. Что же происходит? У вашего ребенка – стресс. Стресс - любое сильное воздействие, не переходящее границ адаптивных

возможностей нервной системы. Стресс может быть физиологическим, например, холодное обливание, оно стимулирует организм, и психологическим, например, смена работы или переезд в другой город. У вашего ребенка психологический стресс, он вступил в новую, неизвестную жизнь. А все капризы ребенка – это лишь крик о помощи, так как просто сказать об этом ребенок не может, он и сам не понимает, что с ним происходит.

Как помочь..?

Во-первых, важно, не кричать на ребенка и тем более не наказывать его физически, а просто разговаривать с ребенком в спокойном тоне. Во-вторых, уделяйте больше внимания своему ребенку, это так важно для него. Внимание - это то, от чего делается хорошо, приятно. Поощрение, одобрение, радость от твоего присутствия. И еще, как ни странно, - просто констатация факта, что родители тебя видят. Например, дочка читает книжку. Входит мама и, не останавливаясь, мимоходом спрашивает «Что, Репку читаешь?» И все, пошла мимо. Казалось бы, пустая фраза, риторический вопрос. А дочка слышит в нем: "Я тебя вижу. Я заметила, что у тебя в руках «Репка». Я рада, что ты есть на свете. Иду делать свои дела, а потом мы с тобой почитаем вместе».

Нельзя:

- Требовать от ребёнка только отличных хороших результатов в школе, если он к ним не готов;
- Кричать на ребёнка вообще и во время домашних заданий в частности;
- Заставлять многократно переписывать в тетрадь из черновика;
- Ругать ребёнка перед сном;
- Разговаривать с ребёнком о его школьных проблемах зло и назидательно;
- Не прощать ошибки и неудачи ребёнка.

Социальная адаптация.

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

1. Развитие у детей умения слушать, реагировать на действия учителя, планировать свою работу, анализировать полученный результат - то есть умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
2. Развитие умения налаживать контакт с другими детьми, выстраивать отношения со взрослыми, быть общительным и интересным для окружающих - то есть умений, позволяющих устанавливать межличностные отношения со сверстниками и педагогами.
3. Формирование умения правильно оценивать свои действия и действия одноклассников, пользоваться простейшими критериями оценки и самооценки (такими критериями выступают полнота знаний, их объем, глубина; возможность использовать знания в различных ситуациях, то есть практически, и т.д.) - то есть устойчивой учебной мотивации на фоне позитивных представлений ребенка о себе и низкого уровня школьной тревожности.

Еще один важный момент. Успешность адаптации во многом зависит от наличия у детей адекватной самооценки. Мы постоянно сравниваем себя с другими людьми и на основе этого сравнения вырабатываем мнение о себе, о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Так постепенно складывается наша самооценка. Процесс этот начинается в раннем возрасте: именно в семье ребенок впервые узнает, любят ли его, принимают ли таким, каков он есть, сопутствует ли ему успех или неудача. В дошкольном возрасте у ребенка складывается ощущение благополучия или неблагополучия. Безусловно, адекватная самооценка облегчает процесс адаптации к школе, тогда как завышенная или заниженная, напротив, осложняют его. Однако даже если у ребенка адекватная самооценка, взрослые должны помнить, что начинающий школьник пока не может справиться со всеми задачами самостоятельно. Чтобы помочь ребенку преодолеть кризис семи лет, помочь адаптироваться к школьным условиям, необходимо понимание и чуткое отношение учителя, внимательность, большая любовь и терпение родителей, а при необходимости - консультации профессиональных психологов.

Обучение первоклассников.

Каждый учитель, работающий в первом классе начальной школы, должен помнить, что стремление детей к учению, его успешность определяется целым рядом факторов, которые создаются грамотной образовательной средой, адекватной психологическим и физиологическим возможностям первоклассников.

Особого внимания со стороны учителя требуют первые дни пребывания ребёнка в школе. Необходимо помнить, что такие качества

детей, как невнимательность, неусидчивость, быстрая отвлекаемость, неумение управлять своим поведением, связаны особенностями их психики, поэтому важно не делать детям резких замечаний, не одёргивать их, стараться фиксировать внимание на положительных проявлениях ученика.

В процессе обучения важно учитывать индивидуальные особенности ребёнка. В начале обучения учитель должен предоставить каждому ребёнку возможность работать в присущем ему темпе. Объём работы школьников должен увеличиваться постепенно.

Уровень развития функциональных систем и сформированности психических процессов детей (внимание, память, мышление, уровень произвольности) обеспечивающих успешность обучения, диктуют необходимость предоставления детям разных по сложности учебных заданий, и, что особенно важно, разную долю участия учителя в их выполнении. Учитель должен знать, что многие дети в этом возрасте могут выполнять задания только с помощью взрослого, который подсказывает последовательность действий. Это не является отрицательной характеристикой ученика, а отражает возрастные и индивидуальные особенности и уровень «школьной зрелости».

Стиль общения учителя с первоклассниками должен учитывать особенности поведения ребёнка, связанные с его умением общаться со взрослыми и сверстниками. Среди первоклассников достаточно высок процент детей, испытывающих разного рода трудности общения в коллективе. Сюда относятся как гипербобщительные дети, мешающие учителю вести урок, так и боящиеся классно-урочной обстановки, стесняющиеся отвечать и производящие впечатление ничего не знающих или не слушающих учителя. И те и другие требуют различных форм доброжелательной и терпеливой работы учителя.

Тон учителя должен быть доверительным и мягким. Недопустим авторитарный стиль общения учителя с первоклассниками. Нельзя пренебрегать и различными способами невербального общения – обнять ребёнка, взять за руку и т.д. Это не только успокаивает ребёнка, но и вселяет в него уверенность, что взрослый хорошо к нему относится. Необходимо особо обратить внимание на это положение, так как для первоклассников существенно важно доброе, позитивное отношение к нему учителя которое не должно зависеть от реальных успехов ребёнка.

Требования к выполнению школьных норм должны вводиться постепенно и не в форме указаний, а в форме пожеланий. Со стороны учителя недопустимы проявления раздражения, резкие замечания. Следует терпеливо и мягко ещё и ещё раз повторять необходимое правило.

Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребёнка, попытку (даже неудачную) самостоятельно найти ответ на вопрос. Очень полезно давать детям творческие учебные задания. Пусть при этом дети спорят, рассуждают, ошибаются, вместе с учителем находят правильное решение.

Особое внимание требуют дети с низким уровнем активности. Главная задача учителя – проявлять любое проявление инициативы, желание высказаться, ответить на вопрос, поработать у доски.

В первом классе следует специально учить детей организовывать свою деятельность: планировать свои действия, менять условия работы. Здесь требуется терпеливая длительная работа, в основе которой лежит пошаговая инструкция, подробно объясняющая что и как делать.

При организации деятельности по решению учебной задачи необходимо учить детей планировать свои действия. Очень важно побуждать детей проговаривать вслух последовательность действий, осуществлять самостоятельно контроль: сравнивать свою работу с образцом, находить ошибки, устанавливать их причины, самому вносить исправления.

Необходимо обратить внимание на структуру урока в первом классе. Она должна быть «дробной», то есть включать несколько видов деятельности.

Для первоклассников ещё очень актуальны виды деятельности, которыми они занимались в дошкольном детстве. Это прежде всего относится к игре. Поэтому следует активно включать игру в учебный процесс, а не запрещать игру, не исключать её из жизни первоклассника. Принципиально важно обратить внимание на два вида игр – ролевые игры и игры с правилами. Игра с правилами, также как и учебная деятельность, обязательно даёт результат, развивает самооценку, самоконтроль и самостоятельность. Игры с правилами должны присутствовать на каждом уроке (дидактические), заполнять перемены и динамические паузы (подвижные, настольно-печатные). Дидактические игры всегда имеют учебную задачу, которую нужно решать. В процессе этих игр ребёнок усваивает систему эталонов – этических, сенсорных, практических. Ролевые игры важны для формирования произвольного поведения, воображения, творчества ученика, так необходимого ему для обучения.

Учитывая наглядно-образный характер мышления детей этого возраста, необходимо существенное место на уроках отводить моделирующей деятельности со схемами, моделями звуков, геометрическими формами, объектами природы. Опора на наглядно-

действенное и наглядно-образное мышление первоклассников в обучении способствует формированию логического мышления.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД.

Начальный период обучения в первом классе должен создать благоприятные условия для адаптации ребенка к школе, обеспечивающие его дальнейшее благополучное развитие, обучение и воспитание. Задачи адаптационного периода едины для всех систем начального образования.

Согласно п. 2.9.5 Санитарных правил 2.4.2.782-99 "Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений", введенных Приказом Минздрава России от 6 августа 1999 г. N 309, в первом классе в сентябре и октябре проводится по 3 урока 35 минут каждый. В письме "Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы" сказано: "...в сентябре - октябре проводится ежедневно по три урока. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми". Чтобы выполнить задачу снятия статического напряжения школьников предлагается на четвертых уроках использовать не классно - урочную, а иные формы организации учебного процесса.

В течение восьми недель учитель может планировать последними часами уроки физической культуры, а также уроки по другим предметам в форме уроков - игр, уроков - театрализаций, уроков - экскурсий, уроков - импровизаций и т.п. Поскольку эти уроки также являются обучающими, то фактически в иной, нетрадиционной форме изучается или закрепляется программный материал.

В классном журнале целесообразно указывать форму проведения урока, если урок проводится не в классно - урочной форме.

Уроки физического воспитания в течение первых двух месяцев (16 уроков, по два урока в неделю) направлены, в первую очередь, на развитие и совершенствование движений детей и по возможности проводятся на свежем воздухе. На уроках используются различные игры и игровые ситуации.

При проведении трех уроков в день в течение двух месяцев четвертые учебные часы следует планировать иначе, чем традиционные уроки. Эти сорок часов учебной нагрузки (8 недель по 1 уроку ежедневно) можно распланировать следующим образом: 16 уроков

физкультуры и 24 нетрадиционных урока, которые можно распределить между разными предметами, используя гибко расписание уроков.

Например, провести последними уроками в течение сентября - октября 4 - 5 экскурсий по окружающему миру, 3 - 4 - по изобразительному искусству, 4 - 6 - по труду, 4 - 5 уроков - театрализаций по музыке и 6 - 7 уроков - игр и экскурсий по математике.

Помимо общих рекомендаций по организации уроков в адаптационный период, выявляется специфика организации уроков по отдельным предметам.

Материалы для проведения родительских собраний в начале учебного года.

№ 1

Первоклассники.

Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни. Свойственные дошкольникам беспечность, беззаботность, погруженность в игру сменяются жизнью, наполненной множеством требований, обязанностей и ограничений: теперь ребенок должен каждый день ходить в школу, систематически и напряженно трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя, заниматься на уроке тем, что определено школьной программой, прилежно выполнять домашние задания, добиваться хороших результатов в учебной работе и т.д.

В этот же период жизни, в 6–7 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуются его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения.

Свое новое положение ребенок не всегда хорошо осознает, но обязательно чувствует и переживает его: он гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение. Переживание ребенком своего нового социального статуса связано с появлением "внутренней позиции школьника" (Л.И. Божович).

Наличие "внутренней позиции школьника" имеет для первоклассника большое значение. Именно она помогает маленькому ученику преодолевать превратности школьной жизни, выполнять новые

обязанности. Это особенно важно на первых этапах школьного обучения, когда осваиваемый ребенком учебный материал объективно однообразен и не слишком интересен.

Многие из сегодняшних первоклассников являются весьма искушенными в учебных занятиях еще до прихода в школу. Усиленная подготовка к школе, посещение дошкольных лицеев, гимназий и т.д. зачастую приводит к тому, что поступление в школу утрачивает для ребенка элемент новизны, мешает пережить значимость этого события.

В поддержании у первоклассника "внутренней позиции школьника" неопределимая роль принадлежит родителям. Их серьезное отношение к школьной жизни ребенка, внимание к его успехам и неудачам, терпение, обязательное поощрение стараний и усилий, эмоциональная поддержка помогают первокласснику почувствовать значимость своей деятельности, способствуют повышению самооценки ребенка, его уверенности в себе.

Новые правила.

Многочисленные "можно", "нельзя", "надо", "положено", "правильно", "неправильно" лавиной обрушиваются на первоклассника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность.

Нормы и правила порой идут вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться. Большинство учащихся первых классов достаточно успешно справляются с этой задачей. Можно согласиться с мнением ряда психологов, что здоровый, любознательный, верящий в себя и умеющий строить взаимоотношения с другими людьми ребенок без серьезных проблем включается в школьную жизнь.

Тем не менее начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряются хронические заболевания. Дети, казалось бы, без повода капризничают, раздражаются, плачут.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к ее основным требованиям, существует у всех первоклассников. Только у одних он длится один месяц, у других – одну четверть, у третьих – растягивается на весь первый учебный год. Многое зависит здесь от

индивидуальных особенностей самого ребенка, от имеющихся у него предпосылок овладения учебной деятельностью.

Психофизиологическая зрелость.

Включение в новую социальную среду, начало освоения учебной деятельности требуют от ребенка качественно нового уровня развития и организации всех психических процессов (восприятия, внимания, памяти, мышления), более высокой способности к управлению своим поведением.

Однако возможности первоклассников в этом плане пока еще достаточно ограничены. Это во многом связано с особенностями психофизиологического развития детей 6–7 лет.

По данным физиологов, к 7 годам кора больших полушарий является уже в значительной степени зрелой (что и обеспечивает возможность перехода к систематическому обучению). Однако наиболее важные, специфически человеческие отделы головного мозга, отвечающие за программирование, регуляцию и контроль сложных форм психической деятельности, у детей этого возраста еще не завершили своего формирования (развитие лобных отделов мозга заканчивается лишь к 12–14 годам, а по некоторым данным – лишь к 21 году), вследствие чего регулирующее и тормозящее влияние коры оказывается недостаточным.

Несовершенство регулирующей функции коры проявляется в свойственных детям особенностях эмоциональной сферы и организации деятельности. Первоклассники легко отвлекаются, не способны к длительному сосредоточению, обладают низкой работоспособностью и быстро утомляются, возбудимы, эмоциональны, впечатлительны.

Моторные навыки, мелкие движения рук еще очень несовершенны, что вызывает естественные трудности при овладении письмом, работе с бумагой и ножницами и пр.

Внимание учащихся 1-х классов еще слабо организовано, имеет небольшой объем, плохо распределяемо, неустойчиво.

У первоклассников (как и у дошкольников) хорошо развита произвольная память, фиксирующая яркие, эмоционально насыщенные для ребенка сведения и события его жизни. Произвольная память, опирающаяся на применение специальных приемов и средств запоминания, в том числе приемов логической и смысловой обработки материала, для первоклассников пока еще не характерна в силу слабости развития самих мыслительных операций.

Мышление первоклассников преимущественно наглядно-образное. Это значит, что для совершения мыслительных операций сравнения, обобщения, анализа, логического вывода детям необходимо опираться на наглядный материал. Действия "в уме" даются первоклассникам пока еще с трудом по причине недостаточно сформированного внутреннего плана действий.

Поведение первоклассников (в силу указанных выше возрастных ограничений в развитии произвольности, регуляции действий) также нередко отличается неорганизованностью, несобранностью, недисциплинированностью.

Став школьником и приступив к овладению премудростями учебной деятельности, ребенок лишь постепенно учится управлять собой, строить свою деятельность в соответствии с поставленными целями и намерениями.

Родители и учителя должны понимать, что поступление ребенка в школу само по себе еще не обеспечивает появления этих важных качеств. Они нуждаются в специальном развитии. И здесь необходимо избегать довольно распространенного противоречия: с порога школы от ребенка требуют того, что только еще должно быть сформировано.

Известный отечественный психолог Л.И. Божович писала по этому поводу: "Ни один учитель никогда не потребует от школьников решения таких арифметических задач, решению которых он предварительно их не научил. Но многие учителя требуют от учащихся организованности, прилежания, ответственности, аккуратности и пр. и в то же время не заботятся о том, чтобы предварительно дать детям соответствующие умения и навыки и воспитать у них соответствующие привычки".

Первоклассники, уже перешагнувшие семилетний рубеж, являются более зрелыми в плане психофизиологического, психического и социального развития, чем шестилетние школьники. Поэтому семилетние дети, при прочих равных условиях, как правило, легче включаются в учебную деятельность и быстрее осваивают требования массовой школы.

Первый год обучения определяет порой всю последующую школьную жизнь ребенка. В этот период школьник под руководством взрослых совершает чрезвычайно важные шаги в своем развитии.

Многое на этом пути зависит от родителей первоклассника.

Памятка родителям первоклассников.

•

Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

•

Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

•

Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.

•

Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

•

Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

•

Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка ("Молодец!", "Ты так хорошо справился!") способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.

•

Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

•

С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

•

Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

№ 2

Первый раз в первый класс!

1 сентября! Ваш ребенок начинает новую жизнь. И вся семья вместе с ним. Позади беззаботное детство, впереди - ответственность и реальная подготовка к новой жизни. И вот вы ведете своего первоклассника к школе, а волнуетесь так, как будто сами идете учиться. У вас в голове куча вопросов: «Успешен ли он там будет?», «Не возникнет ли серьезных проблем?», «Полюбят ли его учителя?»

Действительно, школа - это другая жизнь. Вот только успешность в школе слабо связана с успешностью в жизни. Например, многие троечники успешно закончили ВУЗы и имеют свое дело, а отличники до сих пор грызут гранит науки, но материально нуждаются и таких примеров тысячи. Так давайте отнесемся к началу школьной жизни как к новому этапу - да, несомненно! Но не судьбоносному, не обязательно краеугольному камню будущей карьеры и счастья. Это просто очередной отрезок на пути. Часть дороги.

Напутствия в дорогу...

Родители беспокоятся о своем первокласснике и конечно же дают напутствия. Только очень часто эти напутствия не помогают вашему ребенку, а наоборот пугают и путают: «Слушай внимательно, не то будешь плохо учиться!», «Не отвлекайся на уроках», «Веди себя хорошо, а то будешь наказан», «Учись хорошо, не расстраивай родителей». Такие вот напутствия выдвигают условия, и в случае отклонения, по - мнению ребенка, ведут к наказанию или того хуже, родители вовсе перестанут любить.

Полезные советы.

Так что же полезного и доброго мы можем сказать первокласснику на пороге школьной жизни?

Во-первых, еще раз показать свою любовь и безусловное приятие.

Первоклассник должен быть уверен, что папа с мамой, бабушка с дедушкой, брат и сестра будут любить его вне зависимости от школьных успехов и неудач. Обнимите его перед школьным порогом, поцелуйте, еще раз скажите, как любите его, как рады, что он уже вырос, что он - первоклассник!

Во-вторых, расскажите ребенку простую схему действий в затруднительных ситуациях в школе:

- Если чего-то не успел, позови учительницу, скажи.

- Если чего-то не понял, подними руку, спроси.

- Если хочешь в туалет, подними руку, спроси: "Можно выйти?", то есть давать конкретные советы и рекомендации, нацеливать их на конкретные действия. Именно это им понадобится, пока, на первых порах, они не знают, как правильно поступать.

В-третьих, можно и даже нужно поделиться с ребенком своими впечатлениями о школе, что и у вас были трудности, но вы их преодолевали. Так ребенок почувствует большую уверенность в себе и в том, что получит от вас помощь и поддержку. Наши воспоминания о детстве работают на авторитет. Они делают родителей ближе, понятнее, раскрывают с неожиданной стороны.

И, наконец, создайте традицию этого праздника. Ваше чадо сегодня отправилось первый раз в первый класс. Этот день надо преподнести не как окончание беззаботного детства, а как праздник, который станет началом интересного и познавательного периода в жизни ребенка. Возможно после школьной линейки вы сходите всей семьей в кинотеатр, парк или кафе – есть мороженое, это зависит от вашего настроения.

№ 3

Первоклассник: штрихи к портрету.

Сентябрь – октябрь – самое трудное время для первоклассников. Идет постепенное привыкание к школе, и каждый маленький ученик сталкивается на этом пути со множеством проблем, на которые реагирует

по-своему. Задача взрослых на этом этапе школьной жизни – не ужасаться, не ускорять превращение дошкольника в школьника, а быть рядом и помогать незаметно. Ничего особенного, множество житейских мелочей, но именно они спасают от страха перед школой. Надо лишь серьезнее углубиться в особенности возрастной психологии первоклашек, если мы уже сами забыли, как это бывает трудно вначале...

В это время одни дети могут быть очень шумными, крикливыми, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать. Другие очень скованны, робки, стараются держаться незаметно, при малейшей неудаче или замечании плачут. У некоторых детей нарушается сон, аппетит, появляется интерес к занятиям, предназначенным для очень маленьких детей. Резко увеличивается количество заболеваний. Некоторые дети к середине дня оказываются уже переутомленными, поскольку школа для них является стрессогенным фактором, на протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления. У некоторых детей по утрам возникает рвота.

Чтобы определить, как можно помочь ребенку адаптироваться в школе, надо знать некоторые психологические особенности возраста 6–7-летнего ребенка. На этом возрастном этапе повышается подвижность нервных процессов, отмечается большее, чем у дошкольников, равновесие процессов возбуждения и торможения. Но процессы возбуждения все еще преобладают над процессами торможения, что определяет такие характерные особенности младших школьников, как непоседливость, повышенная активность, сильная эмоциональная возбудимость. В физиологическом плане надо отметить, что в 6–7-летнем возрасте созревание крупных мышц опережает развитие мелких, и поэтому детям легче выполнять сравнительно сильные, размашистые движения, чем те, которые требуют большой точности, поэтому дети быстро устают при выполнении мелких движений при письме. В целом большинство детей испытывают высокую утомляемость, вызванную еще и дополнительными, не свойственными для данного возраста школьными нагрузками (приходится много сидеть, вместо того чтобы двигаться, что жизненно необходимо ребенку этого возраста). Работоспособность маленького ученика резко падает через 25–30 минут после начала урока и может резко снизиться на втором уроке. Кроме того, дети сильно утомляются при повышенной эмоциональной насыщенности уроков и мероприятий. Развитие мышления способствует появлению нового свойства личности ребенка – рефлексии, то есть осознания себя, своего положения в семье, классе, оценки себя как ученика: хороший – плохой. Эту оценку “себя” ребенок черпает из того, как относятся к нему окружающие, близкие люди. Согласно концепции известного американского психолога Эриксона, в этот период у ребенка формируется такое важное личностное образование,

как чувство социальной и психологической компетентности или при неблагоприятных условиях – социальной и психологической неполноценности.

На что жалуетесь?

В практике нередки случаи, когда трудности адаптации ребенка в школе связаны с отношением родителей к школьной жизни ребенка. Это, с одной стороны, страх родителей перед школой, боязнь, что ребенку в школе будет плохо: “Будь моя воля, я бы никогда не отдала его в школу, мне до сих пор снится моя первая учительница в кошмарных снах”. С другой стороны, это ожидание от ребенка только очень хороших, высоких достижений и активное демонстрирование ему недовольства тем, что он не справляется, что чего-то не умеет. В период начального обучения происходит изменение в отношении взрослых к детям, к их успехам и неудачам. “Хорошим” считается ребенок, который успешно учится, много знает, легко решает задачи и справляется с учебными заданиями. К неизбежным в начале обучения трудностям не ожидавшие этого родители относятся отрицательно. Под влиянием таких оценок у ребенка понижается уверенность в себе, повышается тревожность, что приводит к ухудшению и дезорганизации деятельности. А это ведет к неуспеху, неуспех усиливает тревогу, которая опять же дезорганизует его деятельность. Ребенок хуже усваивает новый материал, навыки, и, как следствие, закрепляются неудачи, появляются плохие отметки, которые опять вызывают недовольство родителей, и так, чем дальше, тем больше, и разорвать этот порочный круг становится все труднее. Не успешность становится хронической.

Другая наиболее распространенная проблема – уход от деятельности. Ребенок сидит на уроке и в то же время как бы отсутствует, не слышит вопросов, не выполняет задания учителя. Это не связано с повышенной отвлекаемостью ребенка на посторонние предметы и занятия. Это уход в себя, в свой внутренний мир, фантазии. Такое бывает часто с детьми, которые не получают достаточного внимания, любви и заботы со стороны взрослых. Игры в уме становятся основным средством удовлетворения игровой потребности и потребности во внимании. В случае своевременной коррекции ребенок редко попадает в отстающие. Таким детям нужно дать возможность больше заниматься лепкой, рисованием, конструированием, обеспечить им внимание и успех в этой деятельности. В противном случае, привыкнув удовлетворять свои потребности в фантазиях, ребенок мало обращает внимания на неудачи в реальной деятельности, у него не формируется высокий уровень тревожности. А это

препятствует реализации способностей ребенка и приводит к пробелам в знаниях.

Однако наиболее распространены в период адаптации к школе жалобы не на плохую учебу, а на плохое поведение, что характерно для детей с высокой потребностью во внимании со стороны окружающих. Взрослые наказывают, но таким образом эффект достигается парадоксальный: те формы обращения, которые взрослые используют для наказания, оказываются для ребенка поощрением, поскольку он нуждается в любом проявлении внимания. Истинное наказание для него – отсутствие внимания.

Еще одна проблема парадоксальным образом связана с высоким уровнем развития речи ребенка. Многие родители считают, что речь – важный показатель психического развития, и прилагают большие усилия, чтобы ребенок научился бойко и гладко говорить (стихи, сказки и т. д.). Те же виды деятельности, которые вносят основной вклад в умственное развитие (ролевые игры, рисование, конструирование), оказываются на заднем плане.

Бойкая речь, отчетливые ответы на вопросы привлекают внимание взрослых, которые высоко оценивают ребенка. Но с началом обучения в школе обнаруживается, что ребенок не способен решать задачи, а деятельность, которая требует образного мышления, вызывает трудности. Не понимая, в чем причина, родители склонны к двойным крайностям: обвиняют учителя в непрофессионализме или давят на ребенка повышенными требованиями. А на самом деле нужно немного – больше времени уделять рисованию, играм, собиранию различных мозаик и моделей.

Еще более грустная ситуация, когда ребенок, пошедший в школу, к школе не готов. Такой “психологический дошкольник” не считает важным и серьезным требованием школы, поэтому тревожность не возникает, школьные оценки беспокоят учителя и родителей, но не его. Неуспехи не переживаются как травмирующие. Он сам не замечает, как отстает все больше и больше.

Скорая родительская помощь.

Понятно, что увиденные проблемы не решатся сами собой. Нужно решать их как можно скорее, в самом начале школьной жизни ребенка. Самый важный результат такой помощи – восстановление у ребенка положительного отношения к повседневной школьной деятельности. Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и

эмоциональная поддержка. Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает. Но ни в коем случае не сравнивать его посредственные результаты с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных учеников. Сравнить ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно – улучшение его собственных результатов.

Родителям придется терпеливо ждать успехов, ибо на школьных делах чаще всего и происходит замыкание порочного круга тревожности. И пусть школа еще очень долго останется сферой щадящего оценивания. Лучше всего смещать фокус внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий. Благодаря такой девальвации школьных ценностей можно предупредить самый отрицательный результат – неприятие, отвержение школы, которое в подростковом возрасте может перейти в асоциальное поведение.

Как реагировать на оценки- практические советы родителям



Уважаемые мамы и папы !

Возможно, что ваш ребенок не совсем оправдал ваши ожидания и принес четвертную оценку, которая вас огорчила.

Попробуйте воспользоваться следующими советами:

- Не ругайте своего ребёнка за плохую отметку. Ему хочется быть в ваших глазах хорошим. Если быть хорошим не получается, ребёнок начинает врать изворачиваться, чтобы всё-таки быть в ваших глазах хорошим.
- Сочувствуйте своему ребёнку, если он долго трудился, но результат его труда невысок. Объясните ему, что важен не только высокий результат. Больше важны знания, которые он сможет приобрести в результате ежедневного, упорного и кропотливого труда.
- Не заставляйте своего ребёнка вымаливать себе отметку в конце четверти ради вашего душевного спокойствия.
- Не учите своего ребёнка ловчить, унижаться и приспосабливаться ради положительного результата в виде высокой отметки.
- Никогда не выражайте сомнений по поводу объективности выставленной вашему ребёнку отметки вслух.
- Есть сомнения — идите в школу и попытайтесь объективно разобраться в ситуации.

- Не обвиняйте беспричинно других взрослых, учителей и детей в проблемах собственных детей.
- Поддерживайте ребёнка в его, пусть не очень значительных, но победах над собой, над своей ленью.
- Устраивайте праздники по случаю получения отличной отметки. Хорошее, как и плохое, запоминается ребёнком надолго и его хочется повторить. Пусть ребёнок получает хорошую отметку ради того, чтобы его отметили. Вскоре это станет привычкой.
- Демонстрируйте положительные результаты своего труда, чтобы ребёнку хотелось вам подражать.