**Подборка консультационного материала**

**для педагогов и родителей**

**«Психология может быть интересной!»**

«Школьная дезадаптация у первоклассников».

|  |
| --- |
| Все родители так или иначе готовятся к самому первому 1 сентября в жизни своих детей. Покупаются школьная форма и портфель, самые лучшие тетради и письменные принадлежности.  И вот час «Х» настал и 1 сентября первоклассник, его огромный букет  и взволнованные родители направляются в школу. Так начинается  школьная жизнь ребенка протяженностью 11 лет. Теперь у ребенка новый статус – школьника, новые обязанности, новые правила жизни. Первокласснику нужно познакомиться с новым коллективом и постараться занять в нем место, адаптироваться к новым требованиям ( удерживать внимание, сидеть 40 минут за партой, проявлять активность по правилам, установленным учителям…) На то, чтобы организм ребенка приспособился к изменениям, мобилизовался, научился соответствовать новым условиям жизни ребенка может потребоваться до 2 месяцев. Если же приспособиться не удалось, начинают проявляться признаки школьной дезадаптации. Школьная дезадаптация – это нарушение приспособления ребенка к условиям обучения в школе. Дезадаптация может протекать вяло, практически незаметно, затянуться надолго, привести к задержке развития, формирования негативных установок, повышенной тревожности. А может проявиться быстро и остро, когда ребенок оказывается совершенно неприспособлен к новой ситуации. Признаками школьной дезадаптации являются: - повышенная утомляемость, снижение работоспособности; - ребенок худеет, теряет аппетит, плохо спит, жалуется на плохое самочувствие, часто болеет; - появляются ранее не свойственные ребенку привычки (грызет ногти, ручки или карандаши), могут появиться навязчивые движения или тики (часто моргают глазами, раскачиваются, покашливают, могут начать заикаться); - могут возникнуть нарушения сна; - ребенок становится рассеянным, забывает свои вещи и учебные принадлежности; - в школе ведет себя замкнуто; - становится капризным, может проявиться некоторая заторможенность или наоборот двигательное беспокойство; - ребенок с трудом усваивает учебный материал, много времени проводит за уроками; - ребенок боится или вовсе отказывается идти в школу. Принять выделять несколько форм школьной дезадаптации: Плохо учится по всем предметам. Возможные причины: недостаточное интеллектуальное и психомоторное развитие ребенка. Что делать: С помощью психолога необходимо выяснить, какие именно познавательные процессы  и учебные навыки не сформированы у ребенка и направить все усилия на развитие этих процессов. Неспособность управлять своим поведением (шумит, болтает на уроках, рассеян, отвлекается, не может выполнять установленных правил поведения в школе). Возможные причины:  чаще всего неправильное воспитание,  когда родители или через чур контролируют ребенка или напротив не контролируют его совсем, модное сейчас «воспитание без запретов». Что делать: прежде всего,  изменить способы семейного взаимодействия с ребенком, начать формировать у него навыки самоконтроля. Хорошо помогут в этой ситуации игры по правилам, они помогут ребенку в игровой ситуации получить навыки действий по строгим правилам. Это могут быть любые игры, с установленными правилами, в качестве примера приведу шахматы и футбол. Неспособен встроиться в темп школьной жизни (сильно устает в конце дня, не успевает выполнить домашнее задание, опаздывает в школу, на уроках все время отстает от класса). Возможные причины: физическая ослабленность ребенка, часто болеющий ребенок, ребенок с астеническим (слабым) типом нервной системы. Что делать: перестроить режим для с учетом индивидуальных особенностей ребенка, возможно на некоторое время отказаться от дополнительных внешкольных занятий, вернуть в режим для ребенка дневной сон, проводить общеукрепляющие и закаливающие мероприятия по рекомендации врача педиатра. Ребенок интеллектуально хорошо развит, но учится плохо. Возможные причины:  ребенок психологически не готов к обучению в школе, так как нет интереса к учебной деятельности, ведущей деятельностью такого ребенка остается игра. Что делать: давать ребенку больше самостоятельности, чтобы перевести его с позиции «ты еще маленький» на позицию «ты уже школьник», привлекать внимание ребенка к новым видам деятельности постепенно формируя у него интерес к учебной деятельности. Во всех вышеописанных ситуациях необходимо создавать для ребенка «ситуацию  успеха», не акцентировать внимание на неудачах, а хвалить за малейшие успехи. Давать возможность ребенку проявить себя не только в учебной деятельности, но и во внеклассных занятиях, в которых ребенок сможет продемонстрировать свои способности и завоевать авторитет и признание у одноклассников. |