*Шолохова Ирина Викторовна,*

*педагог-психолог*

*МБОУ «Пинежская СШ №117»*

**Собрание-практикум**

**для родителей первоклассников «Цветы жизни»**

Пояснительная записка

В ходе социально-экономических реформ проблема адаптации к изменяющимся условиям стала одной из самых актуальных. Особенно остро она стоит перед подрастающим поколением. Начало школьной жизни – серьезное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс, связанное с резким изменением всего образа жизни: появляется новый вид социально значимой деятельности (учебной), предъявляются новые требования, возникают новые обязанности, складываются новые отношения. Все это требует большого напряжения физических и нравственных сил. Начало школьной жизни накладывает отпечаток на поведение ребенка. В этот период первоклассники отличаются повышенной возбудимостью, эмоциональностью, неустойчивостью внимания, быстрой утомляемостью, ситуативностью поведения. Возникающие психологические затруднения чаще всего являются реакцией на новую, непривычную обстановку. Психологическая напряженность зачастую усугубляется напряжением физическим: изменяется режим дня, нужно быть внимательным на всех уроках, уметь подчиняться правилам и распорядку школьной жизни. Повышенные нагрузки могут нарушать сон и аппетит, ослаблять естественный иммунитет.

Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего называется адаптированным. Обычно физическое и психическое самочувствие первоклассников стабилизируется через один-два месяца при условии, что взрослые учитывают новую ситуацию развития ребенка и используют соответствующие ей формы и методы работы. Совместные усилия педагогов и родителей помогают сделать процесс адаптации ребенка к школе короче, а освоение новой деятельности – успешной.

**Цель данного родительского собрания-практикума** – повышение психолого-педагогической компетентности родителей (законных представителей) в вопросах психологической готовности и адаптации детей к школьному обучению.

**Задачи:**

* Актуализировать знания родителей о понятии «психологическая готовность»;
* Расширить возможности понимания своего ребенка;
* Совместно выработать правила помощи и новые навыки взаимодействия с ребенком-первоклассником в период адаптации;
* Осуществить взаимодействие родителей друг с другом и педагогом-психологом.

**Оборудование и материалы:** листы формата А4 с рисунком на каждого родителя, цветные карандаши, фломастеры на партах, мяч, мультимедийная презентция, проектор.

Ход собрания:

1. **Организационный момент, приветствие участников собрания.**

Здравствуйте, уважаемые родители! Сегодня наша встреча посвящена психологической готовности ребенка к школьному обучению и трудностям адаптационного периода. Для начала вспомним, что же включает в себя психологическая готовность. (СЛАЙД 2). Все эти компоненты в равной степени должны быть развиты у ребенка, это можно сравнить с косой, у которой одна прядка – личностная готовность, другая – интеллектуальная, третья – волевая. Когда коса смотрится красиво? Когда все пряди одинаковы и аккуратно сплетены. Стоит убрать одну прядь, или сделать ее толще, коса не будет красивой, да и вообще не будет косой. Например, за счет родительской гиперопеке не сформирована личностная готовность, тогда при самой прекрасной интеллектуальной готовности школа станет сильнейшим стрессом.

СЛАЙД 3. Начало школьной жизни — серьезное испытание для детей, т.к. оно связано с резким изменением образа жизни. Каждый ребенок проживает процесс адаптации к школе. И чем больше у ребенка нужных умений, качеств и навыков, тем быстрее и безболезненней он сумеет адаптироваться. Предлагаю сегодня вместе разобраться, чем мы можем помочь ребенку на первых ступенях  школьного обучения.

1. **Основная часть. Практическая.**
2. Упражнение «Цветок»

### - Мы сегодня с вами поможет раскрыться по-настоящему вашему любимому ребенку – вашему «цветочку».

### Участникам предлагается взять лист А-4, на нем раскрасить только цветок, а затем сравнить с цветками соседей. Время — 2-3 мин.

Педагог-психолог**:** Все цветы были одинаковые по размеру, форме. Скажите, после того как вы их раскрасили, можно ли найти два совершенно одинаковых цветка? (*Нет.*) Мы — взрослые люди — ПРИ ОДИНАКОВЫХ УСЛОВИЯХ делаем все по-разному. СЛАЙД 4.

Педагог-психолог формулирует ПЕРВОЕ ПРАВИЛО – *Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими! Нет другого такого!*

### Упражнение «Вырасти цветок»

Педагог-психолог: Что необходимо для хорошего роста и развития цветка?.. Прежде всего, ему необходимы благодатная почва и крепкие корни. В психологической интерпретации сильные корни — это познавательные психические процессы. Давайте вспомним, что это за процессы – назовите их. *(Ответы родителей).*

СЛАЙД 5. Да, вы правильно все называете. Зрительная и слуховая память, мышление, внимание, творческое воображение, восприятие. От уровня их развития зависит уровень интеллектуальной готовности к обучению. Но развивая способности ребенка, следует знать одно очень важное правило, о котором я вам расскажу чуть позже.

Напишите на корешках вашего цветочка, какие психические процессы у вашего ребенка развиты достаточно хорошо, а на какие следует обратить внимание. В зависимости от того, насколько они хорошо развиты, — чем лучше, тем выше. (Время выполнения — 3 мин.)

Я хочу продемонстрировать один простой опыт. (*Для проведения приглашается один из  родителей по желанию. Используется любая плоскость*). Это наклонная плоскость - горка. А это мяч. Надо прокатить мяч ВВЕРХ по наклонной плоскости. (*Родитель выполняет действие.*) У вас получилось? Что способствовало этому?.. (*Возможные варианты ответа*: «*приложенные усилия*», «*я его все время подталкивала*».) Правильно, вы все время подталкивали мяч и направляли его. В противном случае он неизбежно начал бы движение назад, в обратную сторону. Мяч — это умственная деятельность человека. Секрет заключается в том, что наш ум требует постоянной загрузки, усилий для развития.

СЛАЙД 6. Педагог-психолог формулирует ВТОРОЕ ПРАВИЛО – *В развитии интеллекта нет «стоячего» положения. Если мы не движемся вперед, то неизбежно скатываемся назад. Следовательно, развитие и обучение должны быть стабильными и постоянными. Стоит нам на время сделать перерыв и наверстать упущенное будет нелегко.*

### Упражнение «Подготавливаем почву»

Педагог-психолог: Почвой, питающей корни и способствующей росту цветка, является мотивация. СЛАЙД 7. Подумайте и скажите: желание пойти в школу и желание учиться — это одно и то же*?...(Ответы родителей).*

В ходе рассуждений педагог-психолог подводит родителей к выводу о том, что если ребенок идет в школу ради нового ранца, модного школьного костюма или говорит «в школе не надо спать» и т. п., то его привлекают лишь внешние стороны обучения. Тогда как основной деятельностью ребенка в школе является учение, узнавание нового. Поэтому главное, что должно быть сформировано, — это желание учиться! Родителям не стоит запугивать ребенка школой или, наоборот, настраивать на легкость учения. Полезнее сказать: «В школе будет трудно, но интересно. Ты узнаешь много нового!», чем высказывать что-то пугающее своей неопределенностью: «Вот придешь в школу — тогда и узнаешь…».

Участникам собрания предлагается написать на полосе, изображающей почву, 3–5 фраз, которыми они мотивируют своего ребенка к обучению в школе.

СЛАЙД 8. Педагог-психолог формулируетТРЕТЬЕ ПРАВИЛО – *В детях надо развивать самостоятельность, поощрять инициативность, замечать их успехи в изучении окружающего мира и помогать учиться новому, а не делать все за них.*

### Упражнение «Капельки веры»

Педагог-психолог: Достаточно ли для благоприятного роста цветка только хорошо развитой корневой системы? Как вы думаете? Что еще необходимо? *(Ответы родителей)* СЛАЙД 9. Для того чтобы цветок расцвел, его необходимо поливать и удобрять почву под ним. И если под корнями мы подразумеваем познавательные процессы, то под драгоценной влагой для нашего цветка следует понимать веру в ребенка, поддержку, оптимизм, поощрение, ответственность и т. п.

Уважаемые родители, на капельках воды напишите те слова, которыми вы готовы подбодрить ребенка, развивая в нем уверенность в собственных силах и возможностях.

5. Упражнение «Солнце»

Педагог-психолог: Для активного роста цветка необходимо, чтобы его осветило яркое солнце. Вспомнив выражение «Ученье — свет, а неученье- тьма», мы можем говорить о том, что свет для детей — это школа, которая дает им знания.

Предлагаю вам написать на лучах солнца, что вы ожидаете от обучения ребенка в школе, что должна дать школа, чтобы этот процесс был успешен.

Мы укрепили корни, подкормили и согрели цветок, и он начал расти. Раскрасьте стебель цветка и его листочки. Что еще необходимо цветку, для того чтобы противостоять различным природным явлениям?.. Сила и выносливость цветка зависят от способности переносить нагрузки и справляться с трудностями. Так же и ребенка необходимо приучать к физическим упражнениям и подвижным играм. Подвижные игры развивают координацию движений, важную при ориентировке в пространстве, волевые качества, внимание, формируется умение выполнять правила. Хорошее развитие мускулатуры, мышц спины позволит ребенку справиться с физическими нагрузками, которые ему придется переносить в школе.

Также важно, насколько развиты у ребенка мелкие группы мышц, т. е. мелкая моторика. Пропуски букв, описки, разная высота букв — все это результат ее недостаточного развития. Кроме того, существует тесная взаимосвязь между координацией движений и речью. Поэтому необходимо, чтобы ребенок занимался лепкой, аппликацией, работал с ножницами, природным материалом, крупами, бисером. Хорошо развивает мелкую моторику рисование разными техниками: от простой штриховки до пальчикового и точечного рисунка.

1. Упражнение «Мой ребенок-первоклассник»

Быть родителем первоклассника непросто. Порой не хватает терпения, выдержки во время занятий с ребенком. Порой забывается, как трудно осваивать новую деятельность. Предлагаю вам на обратной стороне листка написать фразу «мой ребенок-первоклассник», а теперь переложите ручку в левую руку и напишите ту же фразу и вы поймете своего ребенка. *(Родители делятся своими ощущениями от упражнения).*

### Упражнение «Лепестки будущего»

Педагог-психолог: На лепестках цветка напишите то главное, чему должен научиться ваш ребенок, что вы ждете от него в будущем, каким вы его видите. В центре цветка напишите имя своего ребенка.

### Упражнение «Поляны»

Педагог-психолог: Мы вырастили замечательные цветы. Однако, если присмотреться… нашим цветочкам чего-то не хватает, чего же конкретно??? *(Ответы родителей).* Им ….. немного одиноко в этом мире. Как для цветка, так и для ребенка важно иметь доброжелательное окружение, которое будет способствовать его развитию и росту. Ребенок должен уметь общаться не только со сверстниками, но и со взрослыми. Ведь по сути весь процесс обучения представляет собой общение между учителем и учеником. От того, насколько ребенок контактен, умеет внимательно слушать, обладает развитой речью, зависит успешность усвоения школьных знаний. Задача родителей — научить его простым правилам общения.

*Участникам предлагается объединиться в группы и из полученных цветов сформировать поляны. Здесь дается полная свобода проявлению родительской фантазии.* (Приложение 1,2).

1. **Заключительная часть. Вывод, советы родителям.**

С первого сентября у ваших детей все по-новому: уроки, учитель, школьные товарищи. Теперь мы с вами — один большой коллектив. Нам предстоит вместе радоваться и преодолевать трудности, взрослеть и учиться. Учиться — значит учить самих себя. Как правило, вместе с детьми учатся их мамы и папы, бабушки и дедушки. Учится вместе со своими учениками и учитель.

Предлагаю вам один эксперимент. Похлопайте в ладоши… Спасибо! А теперь попробуйте сделать хлопок одной ладошкой… Получается?.. Нет. Нужна вторая ладошка. Хлопок — это результат действия двух ладоней. Учитель — это только одна ладошка. И каким бы сильным, творческим и мудрым он ни был, без второй ладошки, т. е. без вас, он бессилен. Отсюда можно вывести (СЛАЙД 10.) НАШЕ ГЛАВНОЕ ПРАВИЛО - *Только сообща, все вместе, мы преодолеем все трудности в воспитании и обучении детей.*

### А теперь несколько СОВЕТОВ, как помочь ребенку избежать некоторых трудностей адаптации.

При благоприятных условиях процесс адаптации протекает 2-3 месяца. Все дети разные и адаптация протекает по-разному, в этот период некоторые могут быть очень шумными, крикливыми, отвлекаться на уроках. Другие, наоборот, очень скованны, робкие, при замечании могут заплакать. (СЛАЙД 11.)

Главным условием комфорта для ребенка, это стабильный режим дня, который включает в себя прогулки, полноценный сон и чтение книг.

Контроль за выполнением домашних заданий должен быть систематическим и тактичным. Не надо ругать ребенка, если у него что-то не получается. Опасность завышенных требований родителей ведет к тому, что у ребенка формируется комплекс неполноценности. Необходимо, чтобы положительная оценка преобладала над отрицательной, может выражаться не только вербально, но и тактильно (обнять, погладить, поцеловать). Не спешите сразу указывать на ошибки, пусть ребенок сам их найдет.

Учите ребенка общаться с детьми, взрослыми, как спросить что-то, попросить о чем-то – формы обращения с вежливыми словами.

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

Быть родителем – это искусство, родителем первоклассника – вдвойне. Хочется пожелать вам терпения, сил, радостных минут гордости за успехи и достижения своих детей.

Удачи вам и вашим детям!

Список литературы

1. Адаптация учащихся на сложных возрастных этапах (1,5,10 классы): система работы с детьми, родителями, педагогами / авт.-сост. С.А.Коробкина. – Волгоград: Учитель, 2014. – 238 с.
2. Журавлев. Д. Первый раз в первый класс. Готовность к школе /Д.Журавлев// Народное образование. – 2004. - №6. – С. 201-208.
3. Овчарова Р.В. Справочная книга школьного психолога. М.:Просвещение, 1996.
4. Прохорова С.Ю. Родительское собрание. Адаптация первоклассников к обучению в школе./С.Ю.Прохорова // Справочник педагога-психолога. Школа.- 2016.-№7. – С.59-70.

Приложение 1





Приложение 2



