

Баланың мектепке бейімделуі: ата-аналар қалай көмектесе алады?

Қыркүйектің алғашқы күндерінен бастап балалардың оқу уақыты келеді. Олардың кейбіреулері үшін бұл тұтас оқиға, өйткені олар өмірінде бірінші рет мектепке барады, өйткені олардың мәртебесі күрт өзгереді - қазір олар мектеп оқушылары, студенттер, бірінші сынып оқушылары. Енді ересектердің оларға деген көзқарасы, үміттері өзгере бастайды. Әдеттегі өмір салты өзгереді, жаңа міндеттер мен талаптар пайда болады, қаласа да, қаламаса да бала өзін өзгертуге және жаңа рөлге сәйкес келуі керек.

Мектеп өмірінің алғашқы күндері мен апталары бала үшін қызықты және қызықты болатыны сөзсіз, өйткені оның өмірінде көптеген жаңа және әдеттен тыс нәрселер болады: мектеппен, мұғалімдермен, сыныптастармен танысу, белсенді қарым-қатынас және өзара әрекеттесу, жаңа іс-әрекеттер, жаңа студенттік атрибуттар және басқа да көптеген нәрселер, басқа да ыңғайлылықтар. Бірақ, соған қарамастан, олар да өте қиын тәжірибе болады. Бұл мектеп өміріне «кіру» кезеңі қалай өтуі оның болашақта оқуы қаншалықты жеңіл болатынына, мұғалімдермен және сыныптастарымен қарым-қатынасы қалай дамитынына, қандай жетістікке жете алатынына, қаншалықты қабілетті болатынына байланысты. қабілетін көрсету және жүзеге асыру және ең бастысы, оқу үдерісінен ләззат алуға үйрену керек пе.

Баланың жаңа жағдайларға үйренуі, өмір салтының айтарлықтай өзгеруі бейімделу деп аталады. Жалпы, адаптация латын тілінен аударғанда организмнің және оның мүшелерінің функцияларын қоршаған орта жағдайларына бейімдеу дегенді білдіреді. Баланың жаңа ортаға бейімделуі оның психикалық, физикалық және эмоционалдық дайындығына байланысты.

Сондықтан бірінші сынып оқушыларының ата-аналары баласының мектепке бейімделу кезеңінде оған өте мұқият болуы, физикалық, эмоционалдық және психикалық жағдайындағы өзгерістерді дер кезінде байқап, байқап отыруы керек.

Сонымен, қыркүйек-қазан айларында баланың өмірінде қандай ата-аналар қараусыз қалдырмауы керек:

- Баланың күндізгі әл-ауқаты, ол шаршағанына немесе бас ауруына шағымданады.
- Баланың тыныш және толық ұйқысы ма.
- Тамақтану және ас қорыту жүйесінде проблемалар бар ма.
- Балада мазасыз, каприз, тұйық болып қалды ма, оның соматикалық ерекшеліктері дамыды ма (тиктер, обсессивті қозғалыстар, сөздерді қайталау, аздап кекештену және т.б.)
- Мектеп туралы, оның жетістіктері мен сәтсіздіктері туралы ықыласпен айтады.
- Бала мұғаліммен және сыныптастарымен қарым-қатынас орната алды ма. Оның достары болды ма?
- Баланың оқуға, тапсырмаларды орындауға ынтасы бар ма.

Баланың қарапайым жаңа дағдылар мен білімдерді меңгеруі мүмкін бе?

Бала тапсырмалардың мәнін түсінді ме, оның оқушы міндеттерін ойдағыдай орындауға деген ұмтылысы қалыптасады ма.

- Баланың оқу процесінде алған ақпаратты қабылдауға, есте сақтауға, талдауға деген құштарлығы мен қабілеті қалыптасады ма.

Бала өз іс-әрекетін жоспарлауды, бақылауды және бағалауды үйрене ме.

Әдетте, баланың мектепке толық бейімделу кезеңі орта есеппен шамамен екі айға созылады (бірінші сынып оқушыларының мектепке бейімделуі алты айға дейін созылуы мүмкін) және екінші оқу тоқсанында оның сәтті немесе сәтсіздігін бағалауға болады. бұл процесс.

Бірінші сынып оқушысының мектепке сәтті бейімделуі туралы мына жағдайларда айтуға болады:

- баланың денсаулық жағдайы қанағаттанарлық;
- баланың көңіл-күйі жиі болады, ол мектепке қуана барады;
- құрбыларымен сындарлы қарым-қатынас орнатты, мұғаліммен оң байланыс орнатты;
- бала оқу материалын еш қиындықсыз меңгереді, тапсырмаларды сәтті орындайды.
- бірінші сынып оқушысы оқу іс-әрекетінің дағдыларын меңгерді, дербестік көрсетеді;
- баланың мектеп қабырғасында адекватты мінез-құлқы бар.

Балалардың мектепке бейімделуін не қиындатады?

- Балабақшадағы психологиялық бейімделушілік.
- Отбасы тәрбиесінің стилі және отбасы микроортасының ерекшеліктері.
- Педагогтың балаларға қатынасының жағымсыз стилі.
- Социофобия.

Баланың мектепке сәтсіз бейімделуі мыналарды көрсетуі мүмкін:

- көңіл-күйдің төмендігі, депрессиялық эмоционалдық жағдайы;
- нашар тәбет, ас қорыту жүйесінің проблемалары;
- жиі суық тию немесе басқа аурулар;
- көңіл-күйдің жиі себепсіз өзгеруі, көз жасы, көңіл-күйі;
- мазасыз ұйқы, түнде жиі ояну, түнгі энурез және т.б.

Мектепке бейімделудің көптеген себептерінің ішінде негізгі субъективті себептерді бөліп көрсетуге болады:

Мектепте оқуға мотивацияның төмен деңгейі.

Бала интеллектінің дамуының жеке ерекшеліктерімен де, педагогикалық немқұрайлылықпен де түсіндіруге болатын оқу әрекетінің элементтері мен дағдыларының қалыптаспауы.

Мінез-құлықты, зейінді, оқу әрекетін өз еркімен реттей алмау. Себеп отбасындағы қолайсыз орта, жанұядағы кикілжіңдер, тәрбиенің дұрыс емес әдістері, баланың күнделікті тәртібін дұрыс ұйымдастырмау болуы мүмкін.

Балаға физикалық тұрғыдан бейімделуге көмектесу қиын емес.

Сіз және сіздің балаңыз болса өте жақсы болады

Күннің режимін (режимін) жазып, түрлі-түсті етіп жасаңыз және балаға оны орындауға көмектесіңіз. Бір жағынан, бұл белгілі және қарапайым нәрсе, бірақ екінші жағынан, менің көп жылдық тәжірибем көрсеткендей, бірінші сынып оқушысы үшін өте маңызды сәттерді ата-аналар неге жоққа шығарады.

Дұрыс тамақтану, таңертеңгілік жаттығулар, спорттық жаттығулар және таза ауада жиі серуендеу баланың денсаулығына байланысты проблемалардың қаупін азайтады және сәтті физиологиялық бейімделудің негізін қалады.

Көбінесе оқушының физикалық денсаулығының жағдайы оның психикалық және эмоционалдық жағдайына, оның мектепте қаншалықты ыңғайлы болуына байланысты.

Психологиялық тұрғыдан алғанда, ересектер көмегінің ең маңызды нәтижесі баланың өмірге, оның ішінде күнделікті мектеп іс-әрекетіне, оқу-тәрбие процесіне қатысатын барлық адамдарға (кұрдастар - ата-аналар - мұғалімдер) деген оң көзқарасын қалыптастыру болады.

Мүмкіндігінше баламен ұйымдық тұрғыдан «мектепке дайындалуға» тырысыңыз.

Болашақ студентке қажет нәрселердің барлығын таңдауға рұқсат етіңіз немесе тым болмаса таңдауға атсалысыңыз.

Біріншіден, бұл балаға үлкен ләззат береді және ол үшін жақсы ойын-сауық болады, екіншіден, оның «ересектігі» мен маңыздылығын сезінуге мүмкіндік береді, өйткені дәл сол сәтте сіз оған осындай маңызды мәселелерді өзі шешуге мүмкіндік бердіңіз, яғни Сіздің де тәуелсіздік пен жауапкершілікті дамытуға үлес қосқаныңызды, оның маңыздылығын жоғарыда айтып өттік.

Ешбір жағдайда баланы басқа балалармен салыстырмаңыз, бірақ оның жұмысының нәтижелерін белгілі бір стандартпен немесе басқа оқушылардың нәтижелерімен салыстырыңыз. Сіз баланы тек онымен салыстыра аласыз және оны тек өзінің нәтижелері мен жетістіктері үшін ғана мақтай аласыз. Бір айта кетерлігі, ол бірденені жақсы істеуді үйренгендіктен, ол бірте-бірте қалғанының бәрін үйренеді.

Баланың мектеп өміріне шын көңілмен қызығушылық танытыңыз және өз назарыңызды оқудан баланың басқа балалармен қарым-қатынасына, мектептегі демалыстарды, ауысымдарды, экскурсияларды және т.б. дайындау мен өткізуге аударыңыз.

Жиі талқылаңыз және баланың табысты болатын әрекет саласына назар аударыңыз, оның өзіне деген сенімділігін арттыруға көмектесіңіз.

Баланың тек мектептегі жетістіктері немесе сәтсіздіктерімен жабылуына жол бермеңіз, оған өзін-өзі орындай алатын және өзін қуана растай алатын сыныптан тыс әрекетті табыңыз. Ал бұл кейіннен мектептегі табысқа әсер етеді. Ата-ана баланың назарын мектепке, оқу жетістіктеріне көбірек аударған сайын оның мектептегі жетістігі соғұрлым нашар болса, оның жеке басына соғұрлым нашар болады.

Мектептегі бағалардың құндылығы мен маңыздылығын төмендетіңіз, яғни балаңызға оны жақсы оқығаны үшін емес, жоғары баға алғаны үшін емес, сынақ және бақылау нәтижелері үшін емес, оны жақсы көретінін, бағалайтынын, оны сол қалпында қабылдайтынын көрсетіңіз. , әрине, бекер - содан кейін және барлық қарсылықтарға қарсы.

Құрметті ата-аналар! Мектеп өмірінің басталуы сіздің балаңыз үшін өте қиын кезең. Оны қолдаңыз, ол қазіргі уақытта мектептегі іс-шараларда табысты болды ма, жоқ па, оған қарамастан қолдауды, көмекті және толық қабылдауды сезінсін.

Ең бастысы, балаңызға оқу материалын меңгеруге көмектесу жағынан ғана емес, психологиялық тұрғыдан да үнемі қолдау көрсетіңіз.

Бірінші сынып оқушыларының ата-аналарына олардың тәрбиелік қабілеттері мен дағдыларына сенімділік, шыдамдылық, жетілген балаларымен өзара түсіністік тілейміз. Егер мектепке бейімделу процесі қиынға соғатын болса немесе балада бәрі ойдағыдай емес екенін байқасаңыз, мамандардан көмек сұраңыз.

Сіз әрқашан мектеп психологынан қажетті көмек пен кеңес ала аласыз.