

## **Возрастные психологические особенности младшего школьника от 6 до 10 лет**

### **Трудности адаптации к новым образовательным условиям**

Адаптация (от лат. *adaptare* — приспособлять) — в широком смысле — приспособление к изменяющимся внешним и внутренним условиям<sup>1</sup>.

Процессы приспособления индивида к новым условиям во многом зависят от его эмоционального состояния, психологического и физического здоровья и успешности становления личности. Для ребенка, например, это социализация в обстановке либо в условиях, которые для него оказываются наиболее благоприятными и комфортными.

Адаптация играет огромную роль в самореализации человека, от ее успешности и правильности зависит дальнейшее достижение поставленных целей, степень реализации планов и задач, функционирование личности в социуме и новой среде.

Адаптация как социальный процесс раскрывает естественное, природное развитие внутренних возможностей человека в различных условиях среды его жизнедеятельности. Она позволяет человеку выражать свою естественную самореализацию и социализацию<sup>2</sup>.

### **Родителям**

Поступление ребенка в школу является для него одним из самых значимых событий в его жизни, тем более часто этот момент происходит на фоне кризиса 7 лет, поэтому не каждый ребенок может легко и быстро адаптироваться к школьной среде и поэтому именно родитель может помочь ему благополучно пройти данный этап.

1. Когда будите ребенка перед школой, то делайте это ласковым голосом и с улыбкой на лице. Не нужно на него кричать, дергать, подгонять. Чтобы не было

---

<sup>1</sup> Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: АСТ, Прайм-Еврознак. 2009. 816 с.

<sup>2</sup> Шлыкова Д.В. Проблемы школьной адаптации детей // Вестник Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского. Серия: Социальные науки, 2015. № 4 (40). С. 111-121.

спешки, делайте это заблаговременно, чтобы и его учить необходимости правильно рассчитывать время.

2. Обязательно готовьте ребенку завтрак, он не должен Идти в школу голодным.

3. Когда его провожаете, то говорите только хорошие напутствия! Ни в коем случае не используйте «запугивания» и «предупреждения»: «Чтобы без хороши оценок не приходил!», «Веди себя тихо! Не балуйся!» и т.д.

4. Встречайте ребенка со школы в спокойном состоянии, не надо начинать разговор с ним сразу с фразы «Какие сегодня отметки получил?». Если вы видите, что ребенок очень эмоционально себя ведет, то дайте ему выговориться, дослушайте его до конца. А если вы видите, что он грустный и молчаливый, то не нужно «вытягивать» из него ответы, дайте ему успокоиться и он сам потом поделится с вами.

5. Старайтесь с учителем говорить наедине, чтобы ребенок в случае чего не слышал плохие слова в свой адрес от взрослых. И всегда сначала выслушайте точку зрения учителя и Вашего ребенка, а потом уже старайтесь в спокойном тоне вести конструктивный разговор с ребенком.

6. При возможности после школы дайте ребенку отдохнуть (1,5-2 часа), не заставляйте сразу делать все уроки. Причем между выполнением разных заданий следует делать перерыв в 10-15 минут.

7. Давайте ребенку больше самостоятельности при выполнении домашних заданий, не сидите у него над душой. Если он просит у вас помощи, то вам необходимо набраться терпения и со спокойным тоном помочь выполнить уроки: «Не переживай, сейчас мы с тобой во всем разберемся», «У тебя обязательно все получится!». Имейте в виду, что даже если маленькая возможность похвалить его, то воспользуйтесь этим моментом!

8. При взаимодействии с ребенком не используйте фразы «Вот если ты сделаешь это, то...». Подобные фразы приучают ребенка делать что-то только при определенных условиях, из-за чего своя мотивация у него падает.

9. Старайтесь находить время в течение дня для ребенка, хотя бы минут 30, когда вы вместе проводите время и ни на что больше не отвлекаетесь. Ему очень важно, чтобы его родители, возможно, обсудили какие-то его переживания, заботы или, наоборот, обсудили поводы для радости и смеха.

10. Ни в коем случае при ребенке не обсуждайте с другими членами семьи тактику его воспитания, что он не так делает! Ребенок не должен слышать, что за его спиной родители говорят о нем и его неудачах. Если у вас не получается что-то, то смело можете посоветоваться с учителем, психологом или поискать необходимую литературу.

11. Нужно понимать, что в учебном году, действительно, бывают сложные учебные периоды, из-за чего ребенок может быстро уставать. Особенно будьте внимательны и заботливы в первые 4-6 недель для первоклассников.

12. Помните, что в течение года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

13. Не игнорируйте жалобы на различные боли у ребенка и плохое состояние, особенно если такое происходит очень часто. Относитесь к этому также внимательно!

14. Помните, что даже детям, которых вы считаете «уже совсем взрослыми» (7-9 лет) необходимо внимание со стороны родителей и им иногда хочется сказки перед сном, песенки, объятий и ласковых поглаживаний. Никогда перед сном не говорите о неприятностях. Наоборот, вспомните, что было хорошего за весь день!

15. Давайте ребенку чаще понять, что его принимают и любят таким, какой он есть, а не за его хорошие оценки и достижения.

16. Никогда не врите ребенку, даже если информация очень грустная или невыгодная вам. Так, ребенок будет благодаря вам учиться честности и открытости.

17. Если ребенок задает много вопросов, то будьте терпеливы и старайтесь отвечать спокойно и честно.

18. При реальной возможности не стесняйтесь говорить ребенку, что вы гордитесь им!

19. Помните, что ребенок тоже может ошибаться, он не может в своем возрасте всегда знать, как нужно правильно делать.

20. Никогда не сравнивайте ребенка с другими детьми и не говорите, что он слабее, глупее остальных. Помните, что ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые!

21. Старайтесь поддерживать любую инициативу ребенка в самостоятельном преодолении трудностей.