

УЧИТЕЛЮ НА ЗАМЕТКУ

Материал подготовила В. КРУТИКОВА,
учитель начальных классов школы № 3,
г. Югорск, Тюменская обл., ХМАО

Чтобы каждый день приносил ему радость

Адаптационный период первоклассника

Адаптационный период очень сложен и значим для первоклассника. Именно в эти первые месяцы обучения начинают формироваться новые взаимоотношения со сверстниками, базовые учебные установки. Адаптация – это не только приспособление к успешному функционированию в школьной среде, но и способность к дальнейшему развитию.

Дети живут в школе «здесь и теперь», поэтому учителю надо сделать так, чтобы каждый день первоклассника приносил ему радость, чтобы ребенок приобретал знания и умения, а не неудачи и неуверенность. С первого же дня в школе надо показать каждому ребенку, что он интересен учителю; каждому ежедневно надо оказывать внимание – кого-то выслушать, кого-то подбодрить взглядом, кому-то в чем-то помочь, кого-то погладить по голове. Надо относиться серьезно к их маленьким проблемам, принять каждого таким, какой он есть, постараться не навредить ни словом, ни жестом, ни взглядом. Учитель создает на уроке обстановку доверия, уверенности в успехе, организует деятельность, а не поведение детей. Плохое поведение первоклассника – не вызов учителю, а реакция на переутомление. Полюбить всех детей невозможно, но хорошо ко всем относиться – обязательно. Хвалить надо всех ежедневно, но знать, сколько кого и за что: слабоуспевающих – за маленькие победы, сильных – за решение задач повышенной трудности (им способности даны от природы). Хвалить учеников – при всех, серьезные замечания делать наедине. Хорошо, если в классе никто не знает, кто как учится, – оценки необязательно объявлять вслух.

Для того чтобы адаптация осуществлялась без серьезных внутренних потерь, ухудшения самочувствия, настроения, самооценки ребенка, учителю в первом классе необходимо:

– строить учебно-воспитательный процесс с учетом индивидуальных особенностей, возможностей, потребностей ребенка;

– помогать ему сформировать навыки и внутренние психологические механизмы, необходимые для обучения и общения в школьной среде.

Чтобы ребенок стал успешным первоклассником, ему нужны следующие умения:

- управлять своим вниманием;
- слушать и слышать учителя;
- работать по образцу и по инструкции;
- ориентироваться на листе бумаги;
- выполнять несложные графические работы;
- различать в словах звуки и четко их проговаривать;
- иметь развитую мелкую моторику рук.

Не все дети одинаково хорошо владеют этими умениями, поэтому задача учителя в адаптационный период – развивать их. Вот несколько советов, которые помогут и учителю, и ученику.

Для развития концентрации внимания можно использовать следующие упражнения:

УПРАЖНЕНИЕ 1. Дети следят за секундной стрелкой на больших классных часах.

УПРАЖНЕНИЕ 2. Учитель читает стихотворение:

Колпак мой треугольный,
Треугольный мой колпак,
А если не треугольный,
То это не мой колпак.

Сначала стихотворение произносят все хором, затем несколько раз читает только учитель, а дети постепенно заменяют слова жестами:

колпак – показывают на голову,
мой – на себя,
треугольный – строят ладонями треугольник,
не – делают отрицательный жест головой или пальцем.

УПРАЖНЕНИЕ 3. Дети получают лист с буквами алфавита вразброс и по заданию учителя вычеркивают букву (например, *с*).

Затем делают более сложные упражнения:

- букву **а** подчеркни, букву **н** зачеркни;

- гласные подчеркнуты одной чертой, согласные – двумя;
- звонкие согласные подчеркнуты синим цветом, глухие – зеленым.

УПРАЖНЕНИЕ 4. Дети списывают (без ошибок):

Еналстаде, енадслат, етальтаррс.

УПРАЖНЕНИЕ 5. Дети выбирают и подчеркивают слог **се**:

Ст ее со се ее со се се ос ее ис

УПРАЖНЕНИЕ 6. Дети рассматривают и узнают зашумленные фигуры (рис. 1).

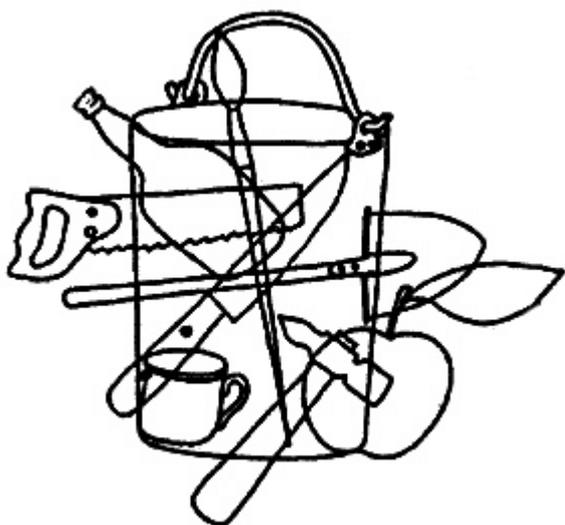


Рис. 1

Усложнение: по команде учителя: «Яблоко!» – дети должны удерживать в поле зрения только яблоко (тренируется переключение внимания).

УПРАЖНЕНИЕ 7. Дети ищут в квадрате числа от 1 до 10 (рис. 2, 3).

22	10	25	14	8
1	16	7	20	14
13	18	3	11	24
5	9	23	2	17
19	15	12	21	6

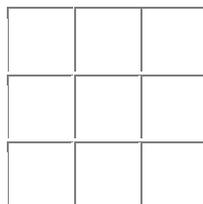
Рис. 2

²⁷ 21	19	35	41	25	
28	6	45	13	37 ⁴	31
9	⁴³ 17	6 ³²	22	39 ₁₁	
²⁴ 14 1	26	40 ²	29	34	
23	20	30 ¹⁰	36 ¹⁵	3	
5	16	7 ₁₂	38	33	8 ₁₈

Рис. 3

Игра «Муха»

Муха находится в клетке игрового поля. Дети по очереди дают ей команды: «Одна вверх» или «Две вправо» и т.д. (нельзя ходить по диагонали и назад). Задача игроков – не выпустить муху с поля.



Можно играть и с усложнением правил: поле убирается с доски, дети играют на воображаемом поле.

Для развития умения работать по образцу предлагаются

зрительные графические диктанты (рис. 4.)

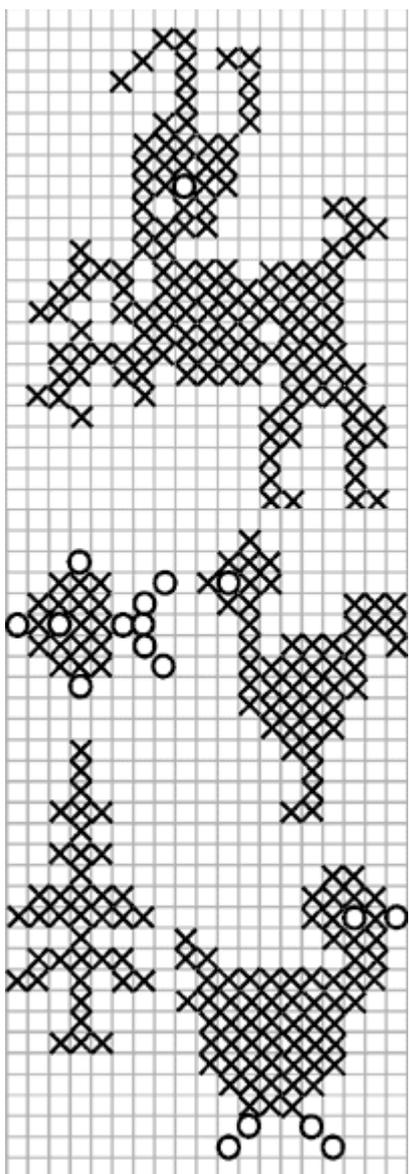


Рис. 4

Ребенок не может удерживать в памяти двух- и трехсложную инструкцию, поэтому учитель должен на первых порах все учебные задания разбивать на односложные. Кроме того, следует тренировать детей на специальных упражнениях:

- Покажи ручку карандашом.
- Покажи ручкой тетрадь.
- Положи тетрадь внутри книги.
- На столе книга, на книге тетрадь.
- Пенал у книги, ручка на пенале.
- Левую руку – к плечу, правой рукой возьми себя за нос.
- Левая рука на голове, правая рука за спиной.

- Руки на колене, правая рука сверху левой.

Для умения ориентироваться на листе бумаги дети выполняют слуховые и зрительные диктанты

Учитель дает команды: влево, вправо, вверх, вниз. Усложнение: влево сверху вниз, вправо снизу вверх (имеется в виду диагональ клетки), (рис. 5).

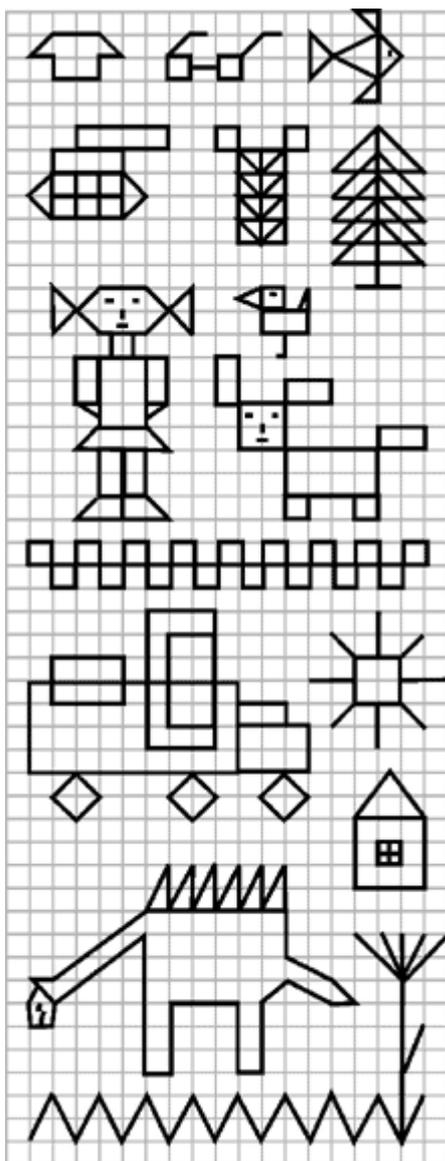


Рис. 5

Для развития фонематического слуха и артикуляции даются специальные упражнения и задания

Упражнение «Спортсмен»

Спортсмен бежит по стадиону.

Рот закрыт. В течение 30 секунд язычок бежит по внутренней стороне губ по часовой стрелке, 30 секунд – против часовой стрелки.

Упражнение «Уколы»

Рот закрыт, язык колет внутренние стороны щек.

Упражнение «Гусенок»

Рот приоткрыт, язык двигается в быстром темпе вправо и влево.

Задание 1

Дети произносят чистоговорки:

Бьют	часы	на	башне	Спасской:
Дин-дон,				дин-дон.
А	стенные		–	побыстрее:
Тики-таки,				тики-таки.
А	карманные		–	спешат:
Тики-тики-так,				
тики-тики-так.				

Бубнит				барабан,
Что		побит		барабан,
А		труба		трубит:
«Хорошо, что побит!»				

Барашеньки				крутороженки
По		лесам		ходят,
По горам бродят.				

От		топота		копыт
Пыль по полю летит.				

–	Расскажите		про	покупки.
–	Про	какие	про	покупки?
–	Про	покупки,	про	покупки,
Про покупочки мои.				

Задание 2

Учитель предлагает детям прохлопать ритм детской песни вслед за ним (от простых коротких ритмов к более сложным).

Задание 3

Учитель произносит слова, но не слитно, а по отдельным звукам: [м'], [а], [ч']. Дети синтезируют звуки в слово. По мере освоения упражнения слова удлиняются, темп произношения меняется. Дети сами загадывают слова из звуков.

Для развития мелкой моторики рук используется пальчиковая гимнастика

Кроме того, дети охотно занимаются спичечной гимнастикой и выкладывают из спичек (или палочек) различные фигуры (рис. 6.)

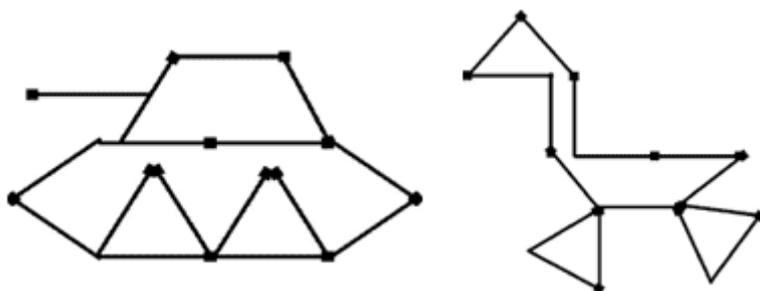


Рис. 6

Выполнять мелкие движения рукой первокласснику поможет рисование штрихом (рис. 7).

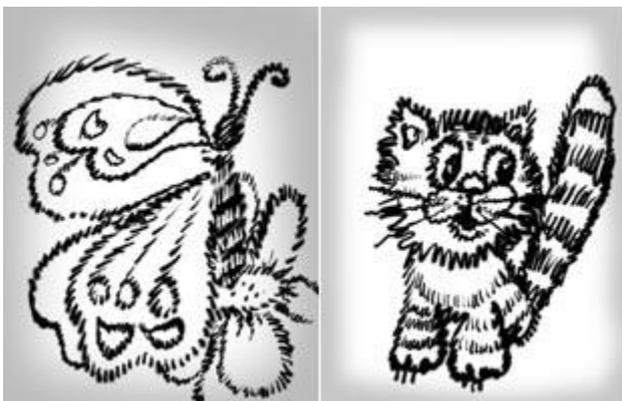


Рис. 7

Малышу не под силу просидеть неподвижно все 35–45 минут урока, поэтому можно последние несколько минут каждого часа читать детям интересную книгу (чтение с продолжением), а им в это время разрешить положить голову на парту и закрыть глаза. Внутри урока полезно проводить не только физкультминутки, но и специальные упражнения на релаксацию:

☺ набираем в руки воображаемый песок, сжимаем пальцы, удерживаем в руках, посыпаем колени песком, постепенно раскрывая пальцы;

☺ энергично надуваем воображаемый воздушный шарик, затем он медленно со звуком «с-с-с» начинает сдуваться;

☺ встаем прямо, принимаем позу солдата на посту и не двигаемся 10 секунд, затем на 10 секунд принимаем позу тряпичной куклы, повторяем несколько раз;

☺ представляем, что на пальцы ног залез муравей и бегаем по ним: с силой натягиваем носки на себя, задерживаемся в таком положении, затем выпрямляем пальцы – сбрасываем муравья;

☺ представляем, что дети – дрожащее желе в блюде: учитель встряхивает блюдо – дети раскачиваются; желе тает и растекается.

Полезен отдых под музыку. Можно предложить послушать шелест листьев, шум ручья, пение птиц.

Специальные упражнения для предотвращения близорукости

☺ плавно вращаем глазами под расслабленными прикрытыми веками;

☺ бросаем взгляд вверх, вниз, влево, вправо;

☺ смотрим на кончик носа, потом переводим взгляд на доску (5 раз);

☺ 10 раз зажмуриваемся, не размыкая век;

☹ 10 раз нахмуриваем брови;

☺ рисуем глазами на доске большую лежащую восьмерку.

Родители первоклассника должны стать единомышленниками учителя

Но и их надо к этому подготовить. На организационном собрании или в беседе после уроков полезно дать родителям следующие советы:

☺ будьте ребенка спокойно: проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос;

- ☹ не торопите ребенка: рассчитать время – ваша задача;
- ☹ не отправляйте малыша в школу без завтрака;
- 😊 пожелайте ребенку удачи, подбодрите;
- ☹ встречайте ребенка после школы спокойно, забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?», вспомните, как вы сами себя чувствуете после рабочего дня, – дайте ребенку расслабиться;
- 😊 не торопитесь посадить ребенка за уроки –ему необходимо 2–3 часа отдыха (сон, прогулка);
- ☹ помните, что после 15–20 минут занятий необходимо делать 10–15-минутные подвижные перемены;
- ☹ имейте в виду, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность: это первые 4–6 недель, конец II четверти, первая неделя после каникул, середина III четверти;
- 😊 не забывайте, что дети любят послушать сказку перед сном; ласковое поглаживание успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть; не вспоминайте перед сном неприятностей, не выясняйте отношения.

- Существует два вида общения с детьми – вербальное и невербальное. Вербальное, то есть словесное, присутствует на протяжении всего урока, но если это монолог учителя, знайте – ученики «отключаются», послушав 12 минут. Поэтому урок надо строить в форме диалога. Невербальное общение более значимо для детей. Именно на невербальном уровне они считывают настроение учителя, отношение его к себе.

Предъявляя определенные требования к ученику и его родителям, и сам **учитель должен соответствовать своей профессии**, иметь такие личные качества, как:

- 😊 устойчивое, хорошее настроение при работе с детьми;
- ☹ потребность в общении, терпение;
- ☹ способность мысленно ставить себя на место другого человека;

☹️ понимание намерений, настроения людей;

☹️ умение разбираться в человеческих взаимоотношениях;

😊 умение находить общий язык с разными по характеру людьми.

Человеку, выбравшему своей профессией труд учителя, надо сознавать, что не будет легких уроков и легких дней, одинаково умных и послушных детей. Настоящий учитель находится в постоянном творческом поиске, и это норма его жизни. Ленивых и равнодушных школа не принимает. Зато если ты состоялся как учитель, твоя жизнь будет наполненной. Будет трудно, но откроется «второе дыхание», а детские глаза подарят тебе в знак благодарности свою признательность.