**Адаптация в коррекционной школе детей с ОВЗ. 1 класс. Рекомендации родителям.**

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям.

В организации благоприятной адаптационной среды, направленной на создание здоровьесберегающих и комфортных условий для начала обучения и воспитания первоклассника участвует не только учитель класса, но и воспитатели, специалисты, и, **конечно же, родители (создают дома соответствующую благоприятную атмосферу, настраивают детей, поощряют, интересуются их школьной жизнью и др.)**

Обычно адаптационный период составляет от 1 до 2 месяцев. Первые 2 месяца после начала обучения являются самыми сложными, ребенок привыкает к новому образу жизни, к правилам школы, к новому режиму дня. Ситуация новизны является для любого человека в определенной степени тревожной, тем более, для детей с ОВЗ.

Первый год обучения в коррекционном образовательном учреждении – переломный момент в жизни ребенка. С поступлением его в образовательное учреждение меняется многое:

* место ребенка в системе общественных отношений;
* вместо игр начинаются ежедневные учебные занятия, требующие напряженной работы;
* весь уклад жизни ребенка (режим дня, единые школьные правила и требования и т.д.);
* нарастает статическая нагрузка (двигательная активность становится в два раза меньше, чем это было до поступления в школу), хотя потребность в движении остается высокой;
* возрастает психоэмоциональная нагрузка первоклассника.

Так, дети с ОВЗ, поступающие в 1 класс образовательного учреждения, имеют ограниченный словарный запас, слаборазвитую мелкую моторику, неадекватные эмоции и т.д. В целом, большинство детей испытывает высокую утомляемость, вызванную еще и дополнительными, не свойственными для данного возраста, школьными нагрузками (приходится много сидеть при жизненной потребности в движении). Работоспособность ребенка резко падает через 25-30 минут после начала урока и может резко снизиться на 2-ом уроке. Все это надо учитывать, имея в виду и возбудимость детей. Дети все разные. Различны их способности, возможности и личностные качества. Однако именно в первом классе закладывается основа отношения ребенка к школе и к учению.

**Поэтому педагогам и родителям необходимо проявить максимум бдительности и усилий для того, чтобы помочь своему первокласснику наиболее благополучно адаптироваться к школьному обучению.**

Особенности адаптации 1 класса к обучению в школе находятся в зависимости от самых разных деталей:

- готовности ребенка к школе (наличие базовых навыков, физическая или моральная подготовка);

- физического уровня развития ребёнка;

- наличия социальных навыков – умения заводить знакомства и друзей, работать в команде.

Как же понять, как хорошо школьник вжился в новые условия? Психологи нашли несколько признаков, которые говорят, что адаптация первоклассников детей с ОВЗ к обучению в школе прошла на отлично и на которые мы опираемся:

- у ребёнка сложилось общее хорошее мнение о школе, об учителях, новом коллективе;

- он спокоен, у него нет страхов, беспокойства по поводу отношений со своим педагогом, с другими детьми;

- школьник уже подружился с ребятами в классе, по большей части имеет добрые отношения с детьми в своём классе;

- он легко встаёт по утрам, из школы приходит бодрый, не устаёт;

- у него нет серьёзных трудностей с учёбой.

**Огромную роль в адаптации ребенка к школе и успешности его обучения играет общение.** Благодаря общению ребенок с родителями, учителями, взрослыми, сверстниками происходит его психическое развитие. Только через общение ребенок может почувствовать и понять самого себя, найти свое место в жизни. В начале школьного обучения для ребенка очень важно получить радостные и светлые чувства, связанные с общением. Если ребенок испытывает трудности в налаживании отношений со сверстниками, не может найти друзей, то ему нужна помощь родителей. В процессе общения ребенок познает интеллектуальную, эмоциональную и поведенческую стороны общения. **Для того чтобы пробудить у ребенка интерес к процессу обучения в школе, родителям необходимо оказать ребенку психологическую поддержку, развивать у него желание учиться, хвалить его за малейшие успехи, настраивать его на успешные результаты.**

Учителю представляется возможным в значительной степени смягчить и ускорить процесс адаптации первоклассников к школе. Для этого важно дать первоклассникам возможность осознать, каким правилам поведения в школе они должны следовать, почему это важно, кого называют школьниками. При этом имеет смысл предоставить первоклассникам необходимую для знакомства со школьной ситуацией информацию в систематизированном виде, чтобы процесс вхождения в школьную жизнь имел плавный и последовательный характер.

Дети все разные. Различны их способности, возможности и личностные качества.

Поэтому, эффективность педагогических контактов с такими детьми во многом определяется присутствием чуткости, искренности у учителей, психологов, воспитателей, умения вызывать у детей доверие, чувство привязанности. Очень важно уметь быть снисходительным к ошибкам ребенка, уметь окружить его вниманием и заботой, и именно таким образом расположить к окружающему миру.

Родителям первоклассника

Помните: Ваш ребёнок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы. Никогда не ругайте ребёнка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Старайтесь только положительно оценивать учёбу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно недостаточны. Живите во имя ребёнка, проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую неудачу малыша и радуйтесь даже самым маленьким его успехам. Будьте ему другом, тогда малыш доверит вам самое сокровенное.

Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.

Не подгоняйте ребенка, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.

Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.

Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.

Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.

Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.

Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.

Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!

Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.