## [Адаптация первоклассника в школе (с учетом темперамента)](http://neomusic-hall.ru/index.php/babies/2451-2013-04-11-17-26-16.html)

По мнению Л. Васильевой, известного педагога и психолога, помочь первоклассникам адаптироваться в условиях школы могут и учителя и родители, если возьмут во внимание **тип темперамента ребенка**. В основном на поддержку первоклашкам стоит рассчитывать со стороны родителей, так как у педагога в классе около 30 человек, и уделить 100% внимание каждому, ему физически не возможно.

## Адаптация у сангвиника

С практики учителей известно то, что очень быстро и без каких либо проблем проходит **адаптация у сангвиника** – это подвижные, жизнерадостные и уравновешенные дети. В силу своего темперамента, такой ребенок не может очень долго концентрировать свое внимание на чем – то одном, и очень часто его непостоянство раздражает. Но следует понимать, что это всего лишь свойственно этому возрасту и непоседливость поддается корректировке.

Сангвиники способны очень быстро и легко усваивать новый материал, они могут быстро забыть свои неудачи и поэтому часто станут лидерами в классе. Задача родителей детей – сангвиников заключается в том, чтобы суметь правильно организовать жизненный ритм ребенка, четко соблюдать режим дня. Потому, если такому ребенку не доспать или переутомиться, он сразу же становится нервным и раздражительным и это, конечно же, отразится на его успеваемости.

## Адаптация у холерика

Очень большое терпение не помешает родителям и педагогам в воспитании такого типа темперамента как холерик. Дети холерики, чем-то похожи с сангвиниками, только более не уравновешенны и конфликтны. Только умение **родителей** держать себя в руках, может помочь не гневаться и не злиться на собственное чадо.

Холерика легко зашкаливает эмоционально. Он может с легкостью закатить скандал в людном месте, упасть на пол в магазине, чтобы добиться своего. В таких случаях не обойтись без спокойных обсуждений с ребенком сложившейся ситуации, и попытаться принять правильное решение вместе.

## Адаптация у флегматика

Что касается флегматиков – это слабые, вялые дети слегка неуравновешенные. Еще из детского сада воспитатели замечают, что такие дети сторонятся других детей, они для флегматика кажутся очень шумными и быстро утомляют его. Для флегматика школа – это большое испытание. У них неплохая память, только чтобы ответить на резкий вопрос учителя ему понадобится дополнительное время, для того, чтобы оторваться от своих мыслей. Как правильно поступать родителям детей флегматиков, чтобы помочь ребенку безболезненно для него адаптироваться в школе?

Вряд ли поможет раннее укладывание такого ребенка в постель, его бесконечная медлительность за столом во время завтрака, вполне допускает периодическую встряску, только не раздражительным голосом, а чуть более громким. Стоит для ребенка с таким темпераментом определять какие-то рамки, дав задание внушить, что это нужно сделать за определенное время.

В этой ситуации существует опасность в том, что объем школьных заданий увеличится, и ребенок не будет успевать делать уроки как следует, и тогда мнительность, которая ему свойственна, может закрепиться как неуверенность в своих силах, поставив ребенка в разряд неуспевающих учеников. Исправить положение может человек, который имеет авторитет в глазах ребенка - это может быть кто - то из родителей.

## Меланхолики – это уравновешенные дети

Проблем у них не меньше, чем у других. Но их самодостаточность, проще говоря, жизнь в себе, редко позволяет родителям вовремя погасить у ребенка отрицательные эмоции.

Что бы школа ни показалась адом, потихоньку, доходчиво и терпеливо приложив максимум усилий, попытайтесь объяснить своему чаду, что он делает не так, что в его поведении не понравилось учителю, и чаще старайтесь его хвалить. Не сомневайтесь в возможностях своего ребенка, не старайтесь его выругать, при этом громко рассказывая о его неудачах. Наоборот, без устали хвалите, чтобы ваш ребенок не потерял веру в себя, не испугался, не замкнулся и не обиделся.