

# АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ





**АДАПТАЦИЯ К ШКОЛЕ** - это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему.



Год, отделяющий **шестилетнего** ребенка от **семилетнего**, очень **важен для психического развития**, потому что в течение этого периода у ребенка **формируется** произвольная **регуляция** своего **поведения**, ориентация на социальные нормы и требования.

В это время **формируется** новый вид психической деятельности – **«я – школьник»**.



Период адаптации  
ребенка к школе  
длится от 2-3 недель  
до полугода.

**Факторы, влияющие на адаптацию:**

- индивидуальные особенности ребенка;
- тип учебного заведения;
- уровень сложности образовательных программ;
- степени подготовленности ребенка к школе;
- общение со сверстниками.

## По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы:



*Первая группа* детей адаптируется **в течение первых двух месяцев** обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

*Вторая группа* детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь **к концу первого полугодия** реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, учителя.

*Третья группа* - дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя: они «мешают» работать в классе.



## **ПРИЗНАКИ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ:**

**Первокласснику в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах.**

Первоклассник не слишком устает: он активен, жизнерадостен, любопытен, редко простужается, хорошо спит, почти никогда не жалуется на боль в животе, голове, горле.

**Первоклассник достаточно самостоятелен: без проблем переодевается на физкультуру (легко завязывает шнурки, застегивает пуговицы), уверенно ориентируется в школьном здании (может купить булочку в столовой, сходить в туалет), при необходимости сумеет обратиться за помощью к кому-нибудь из взрослых.**

У него появились друзья-одноклассники, и вы знаете их имена. Ему нравится его учительница и большинство учителей, ведущих дополнительные предметы в классе.

# ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



- **Обсудите с ребёнком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.**
- Ваш ребёнок пришёл в школу, чтобы учиться. Ребёнок имеет право на ошибку.
- **Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.**
- Не пропускайте трудности, возможные у ребёнка на начальном этапе овладения учебными навыками.
- **Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что его можно похвалить.**
- Если вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом к учителю или школьному психологу.
- **С поступлением в школу в жизни вашего ребёнка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своём педагоге.**
- **Учение – нелёгкий и ответственный труд. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.**

## **«Как прожить хотя бы один день без нервоотрёпки»?!**



- **Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.**
- Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.
- **Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было плохих оценок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.**
- Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
- **Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.**
- Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
- **После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.**

- Не заставляйте делать все упражнения сразу: **20 минут занятий – 10 минут перерыв.**
- **Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.**
- В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: **«Если ты сделаешь, то..».**
- **Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.**
- **Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педагогики решайте без него.**
- **Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.**
- Учтите, что даже **«большие дети»** очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.



## **ЧТОБЫ РЕБЕНОК ХОРОШО УЧИЛСЯ, НЕОБХОДИМЫ ОПРЕДЕЛЕННЫЕ УСЛОВИЯ:**

- 1. ОТСТСТВИЕ СУЩЕСТВЕННЫХ НЕДОСТАТКОВ  
УМСТВЕННОГО РАЗВИТИЯ;**
- 2. ДОСТАТОЧНЫЙ КУЛЬТУРНЫЙ УРОВЕНЬ СЕМЬИ  
ИЛИ ХОТЯ БЫ СТЕРМЛЕНИЕ К ДОСТИЖЕНИЮ  
ТАКОГО УРОВНЯ;**
- 3. МАТЕРИАЛЬНЫЕ ВОЗМОЖНОСТИ  
УДОВЛЕТВОРЕНИЯ ВАЖНЕЙШИХ ДУХОВНЫХ  
ПОТРЕБНОСТЕЙ ЧЕЛОВЕКА;**
- 4. МАСТЕРСТВО УЧИТЕЛЕЙ, РАБОТАЮЩИХ С  
РЕБЕНКОМ В ШКОЛЕ.**





**УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ!**



**СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!**