



АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ



Что такое адаптация?

Адаптация – перестройка организма, направленная на приспособление к новым условиям. Адаптация первоклассника к школе может длиться от двух до шести месяцев. Самое трудное время для организма ребенка – первые две-три недели.



Виды адаптации.



Социальная
(личностная)



Психологическая



Физиологическая



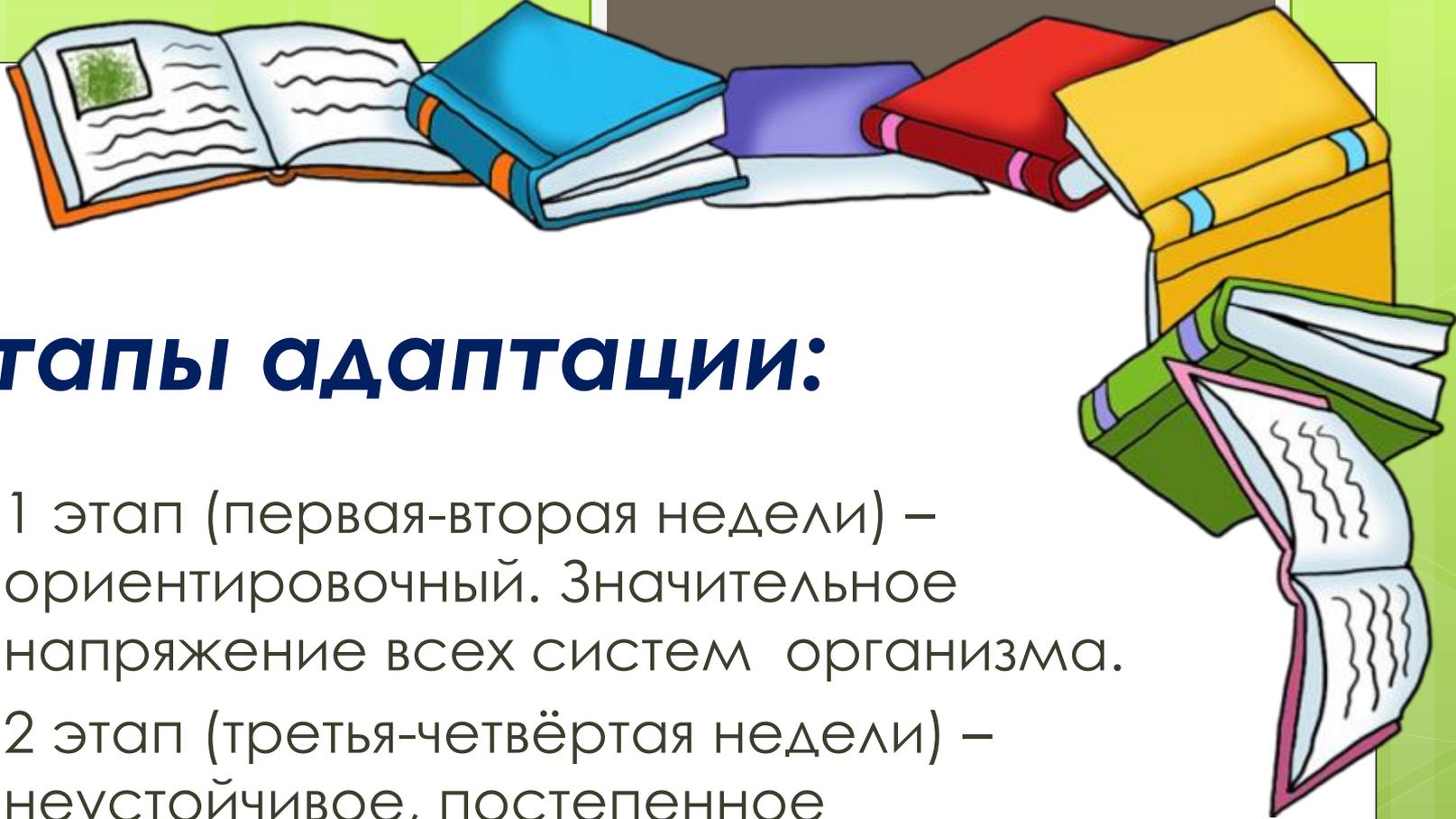
**Очень важно, что бы ребенок,
был подготовлен к школе
и не только интеллектуально,
но и физически,
и психологически!**

Целью адаптационного периода является создание наиболее полного представления о школе, об учениках, о жизни по школьным правилам.



Задачи адаптационного периода:

- воспитание качеств, нужных в общении друг с другом и совместной деятельности (сотрудничество);
- формирование навыков общения.



Этапы адаптации:

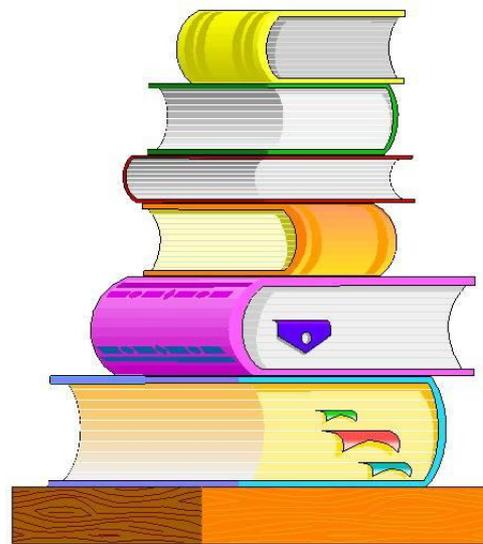
- 1 этап (первая-вторая недели) – ориентировочный. Значительное напряжение всех систем организма.
- 2 этап (третья-четвёртая недели) – неустойчивое, постепенное приспособление.
- 3 этап (пятая-шестая недели) – относительно устойчивое приспособление.

Правила которые помогут ребенку в общении:

- Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.
- Попросили - дай, пытаются отнять - защищайся.
- Не дерись без причины.
- Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.
- Играй честно, не подводи своих товарищей.
- Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего.
- Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и не обижайся.
- Старайся всё делать вовремя и думай о хороших результатах. Они обязательно у тебя будут.
- Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
- Старайся быть аккуратным.
- Почаще говори: давай дружить, давай играть.
- Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Не рекомендуемые фразы для общения:

- Я тысячу раз говорил тебе, что...
- Сколько раз надо повторять...
- О чём ты только думаешь...
- Неужели тебе трудно запомнить,
- Ты становишься...
- Ты такой же как,...
- Отстань, некогда мне...
- Почему Лена(Настя, Вася и т.д.) такая, а ты - нет...



Рекомендуемые фразы для общения:

- Ты у меня умный, красивый(и т.д.).
- Как хорошо, что у меня есть ты.
- Ты у меня молодец.
- Я тебя очень люблю.
- Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.



Семья – залог успеха



Терпение и доброжелательность



Эмоциональная поддержка



Похвала, любовь



Участие в школьной жизни - залог успеха!

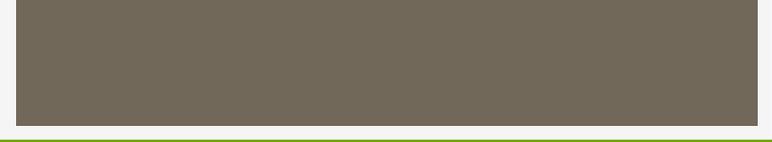


Наиболее типичные проявления дезадаптации:

1. Неврозоподобные расстройства:

- нарушение сна;
- нарушение аппетита;
- неадекватные реакции;
- жалобы на усталость, головную боль, тошноту и т. п.;
- страхи, навязчивые движения (подергивание век, мышц лица, шеи, покашливание, обкусывание ногтей и т. п.);
- нарушение темпа речи (запинки).

2. Неврозы, невротические расстройства (энурез, заикание, неврозы навязчивых состояний и т. п.).



3. Астенические состояния (снижение массы тела, бледность, синяки под глазами, неустойчивая, очень низкая работоспособность, повышенная утомляемость и т. п.).

4. Снижение сопротивляемости организма (частая заболеваемость).

5. Снижение учебной мотивации.

6. Снижение самооценки, повышенная тревожность, эмоциональное напряжение.

Итоги и выводы:

- *Помогать преодолевать детям адаптационный период.*
- *Оказывать детям поддержку.*
- *Обеспечить ребёнку достойные условия проживания и обучения.*

**Желаем успехов в
воспитании детей!**

