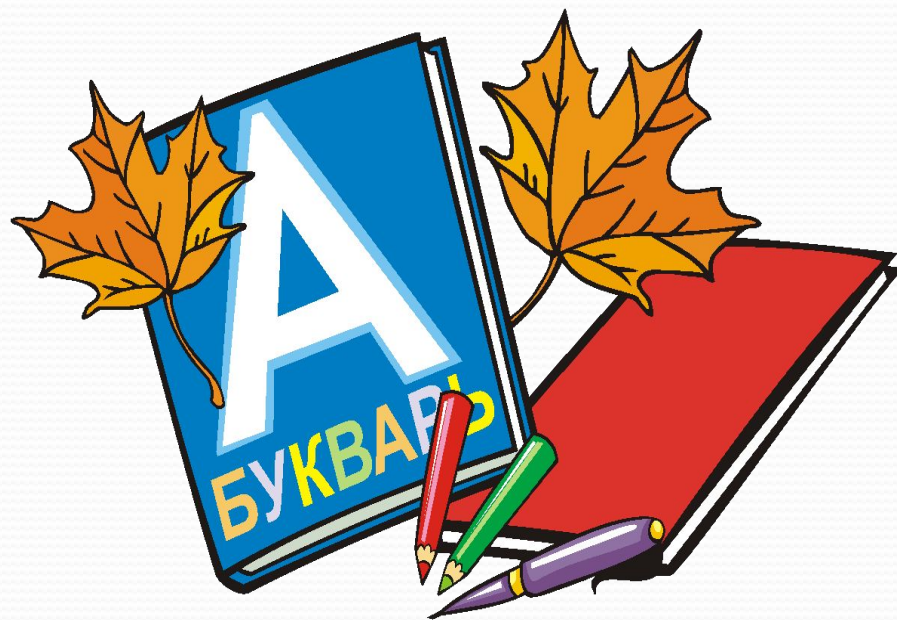


Трудности адаптации первоклассников к школе и пути их преодоления



Адаптация –это период приспособления к новым условиям (2-3 недели до полугода)

Результат адаптации – адаптированность, которая представляет собой систему качеств личности, умений и навыков, обеспечивающих успешность последующей жизнедеятельности.




Изменения при поступлении в первый класс:

Вид деятельности: игровая
учебная



Новый статус – Ученик



Новые требования,
обязанности, нормы и правила.

Трудности, которые возникают у первоклассников .

- снижение сопротивляемости организма (могут нарушаться сон, аппетит, повышается температура).
- возбудимость, эмоциональность, впечатлительность.
- неорганизованность, несобранность, недисциплинированность.
- высокая утомляемость



В начале обучения не перегружайте ребенка дополнительными внешкольными занятиями. Одно из главных условий - правильное распределение режима дня.



Факторы, влияющие на процесс адаптации:



Вас может насторожить:

- Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней, которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома.
- Ребёнок не делится школьными впечатлениями.
- Не выполняет самостоятельно учебные задания.
- Очень часто жалуется на одноклассников (или совсем не рассказывает об одноклассниках).

Признаки успешной адаптации:

Удовлетворённость процессом обучения

Освоение программы

Степень самостоятельности

Удовлетворённость межличностными отношениями

Не допускать никаких негативных установок в отношении учителя («Вот пойдешь в школу, там за тебя возьмутся»), негативных характеристик в адрес школы, одноклассников

Обсуждение правил взаимодействия с одноклассниками

Не рекомендуемые фразы для общения:

- Я тысячу раз говорил тебе, что...
- Сколько раз надо повторять...
- О чём ты только думаешь...
- Неужели тебе трудно запомнить, что...
- 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.



“Мой ребёнок лучше
адаптируется к школе и будет
успешнее учиться, если я ...”



Изучение отношения к школе:

- **«Беседа по классной фотографии»**
- Положите перед собой классную фотографию вашего ребенка. Пусть для начала он «познакомит» вас с одноклассниками, покажет соседей по парте, ряду. В дальнейшем через фотографию можно будет подробно расспрашивать ребенка о взаимоотношениях в классе, о его личных симпатиях и антипатиях.
- **«Плюсы и минусы школьного дня»**
- Это несложная диагностика-игра, позволит вам достаточно объективно оценивать ежедневное настроение ребенка, связанное со школой. На листке бумаги или с помощью двух видов предметов (например, пуговицы и бусинки; зерна красной и белой фасоли и т.п.) нужно «нарисовать» прошедший школьный день. Чего в нем оказалось больше - радостного или неприятного, хорошего или плохого?
- **«Копилка школьных успехов»**
- Поставьте в специальном месте стеклянную (пластиковую) банку или прозрачную коробочку. Отныне это - «копилка школьных успехов», в которую, к примеру, будут «складываться» «пятерки» и «четверки». Не сами по себе, конечно, а в виде чего-то материального. Например, тех же зерен крупной фасоли или крупных макарон-ракушек.

В чем особенно нуждается ребенок?

- В заинтересованности родителей его школьной жизнью (учебой, общением со сверстниками, с учителем).
- В эмоциональной поддержке (особенно когда не все получается), в спокойной доброжелательной обстановке дома.
- В учете его индивидуальных особенностей (темп работы, утомляемость, внимательность, общительность).
- В поощрении (не только за учебные успехи, но и за различные добрые поступки, творчество, старание, помощь и т.п.), что формирует личность и самооценку ребенка.
- В продолжении общения с одноклассниками и после школы, поиске единомышленников.
- В предоставлении самостоятельности в самообслуживании, в учебной работе и в обоснованном контроле его учебной деятельности.
- В единстве требований родителей.

Успехов

