

# Адаптация первоклассников



- 1. Меняется весь уклад жизни.**
- 2. Возрастает психологическая нагрузка.**
- 3. Увеличивается статическая нагрузка.**
- 4. Уменьшается двигательная активность.**

**Первые 2-3  
месяца – самые  
трудные!**

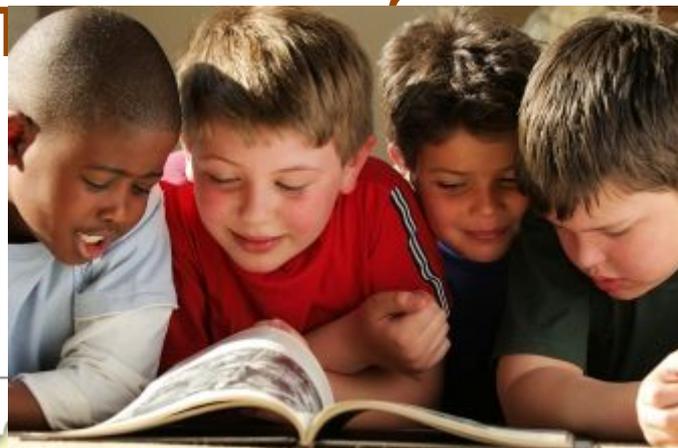


- ❖ По статистике, половина детей в классе адаптируются за первое полугодие.
- ❖ Для остальных требуется больше времени для привыкания к новой школьной жизни.



# Физиологическая адаптация.

- Физиологические бури (первые 2-3 недели).
- Неустойчивое приспособление.
  - Относительно устойчивое



# Социально- психологическая адаптация.

- ✓ Переоценка ценностей (Я ученик!)
- ✓ В 6-7 лет происходят серьезные изменения в эмоциональной сфере ребенка



## Правила для заботливых родителей:

- Помогите ребенку вжиться в позицию школьника;
- Постройте режим дня школьника;
- Научите ребенка задавать вопрос;
- Развивайте у детей способность управлять своими эмоциями;
- Развивайте учебную мотивацию;
- Развивайте навыки общения.

## **Признаки успешной адаптации:**

- Удовлетворенность ребенка процессом обучения.
- Повышение степени самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий.
- Удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.
- Формирование адекватного поведения.





Благодарю

за сотрудничество