

Родительское собрание

«Первые дни ребёнка в школе. Трудности адаптации и пути их преодоления»

выполнил:

учитель начальных классов

Куталина Вера Борисовна



Адаптация обозначает приспособление строения и функций организма, его органов и клеток к условиям среды.

Понятие адаптации непосредственно связано с понятием "готовность ребенка к школе" и включает три составляющие:

- адаптацию физиологическую,
- адаптацию психологическую,
- адаптацию социальную, или личностную.



Физиологическая адаптация.

- Острая адаптация (первые 2-3 недели) - это самое тяжелое время для ребенка. В этот период организм ребенка отличается значительным напряжением практически всех своих систем, в результате в сентябре многие первоклассники болеют.
- Неустойчивое приспособление - организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.
- Период относительно устойчивого приспособления - организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.



Психологическая адаптация.

- Неожиданно начинаются капризы, даже истерики.
- У первоклассника возникают резкие перепады настроения.
- У вашего ребенка – стресс. Стресс - любое сильное воздействие, не переходящее границ адаптивных возможностей нервной системы.



Социальная адаптация.

Личностная, или социальная, адаптация связана с желанием и умением ребенка принять новую роль - школьника и достигается целым рядом условий.

Адаптация в целом длится от двух до шести месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей первоклассника.



1. Развитие у детей умения слушать, реагировать на действия учителя, планировать свою работу, анализировать полученный результат - то есть умений и способностей, необходимых для успешного обучения в начальной школе.
2. Развитие умения налаживать контакт с другими детьми, выстраивать отношения со взрослыми, быть общительным и интересным для окружающих - то есть умений, позволяющих устанавливать межличностные отношения со сверстниками и педагогами.
3. Формирование умения правильно оценивать свои действия и действия одноклассников, пользоваться простейшими критериями оценки и самооценки (такими критериями выступают полнота знаний, их объем, глубина; возможность использовать знания в различных ситуациях, то есть практически, и т.д.) - то есть устойчивой учебной мотивации на фоне позитивных представлений ребенка о себе и низкого уровня школьной тревожности.



Как помочь первокласснику?

- Выполнение режима дня позволяет ребёнку сохранить физическое и психическое равновесие, что даёт возможность сохранения эмоционального равновесия.
- Необходимы ежедневные занятия физическими упражнениями, прогулки на свежем воздухе, ребенок должен активно двигаться 3-4 часа в день.
- Нельзя кричать на ребенка и тем более наказывать его физически, важно просто разговаривать с ребенком в спокойном тоне.
- Уделяйте больше внимания своему ребенку, это необходимо для него.
- Для развития самостоятельности и активности детей важно положительно оценивать каждый удавшийся шаг ребёнка, попытку (даже неудачную) самостоятельно найти ответ на вопрос.



Советы родителям:

- Поддержите в ребенке его стремление стать школьником.
- Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
- Ребенок имеет право на ошибку. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха.
- Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.



- Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками.
- Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
- У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.



Интернет-ресурсы

Шаблон <http://pedsovet.su/>

Картинка портфель

<http://s1.pic4you.ru/allimage/y2012/08-28/12216/2377705.png>

Материал

http://maminsite.ru/pages.files/trudnosty_adaptacii_pervoklassnikov.html

http://knowledge.allbest.ru/pedagogics/2c0b65625a3ad79a5d53a88521316d27_0.html

<http://www.vashpsixolog.ru/primary-school-age/92/294-the-problem-of-adaptation-to-the-school-first-graders>

