

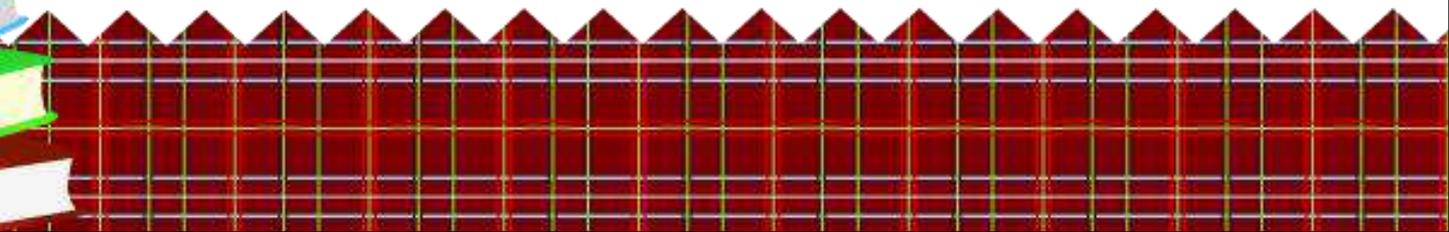
*«Адаптация
первоклассника к
школе»*





Адаптация - приспособление
организма к новым условиям.

От адаптации зависит
успешность овладения
учебной деятельностью,
комфортность пребывания в
школе, здоровье ребенка, его
отношение к школе и учению.

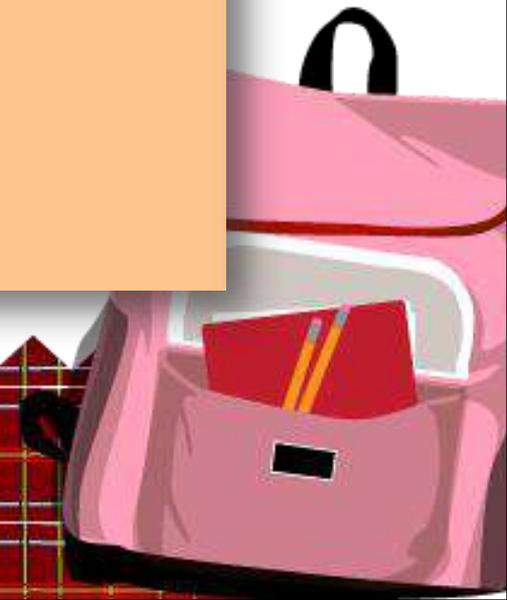




Адаптация позволяет оптимально

«вписаться» в школьную среду:

- согласование своих «хочу» и школьных «надо»;
- умение выполнять задания самостоятельно;
- умение следовать школьным правилам;
- умение налаживать и поддерживать дружеские связи с детьми;
- понимание того обстоятельства, что учеба в школе – их «работа», что ученик – это социально значимая роль.



Высокий уровень адаптации:

Ребенок любит школу, рад тому обстоятельству, что теперь он – ученик. Первоклассник довольно быстро привыкает к новым условиям (от 2 недель до 2 месяцев). На занятия ходит с радостью, в дополнительной мотивации не нуждается. Легко усваивает материал и справляется с заданиями повышенной сложности. Не боится и не стесняется задать вопрос учителю. Адекватно реагирует на замечания. Имеет много друзей. Здоров.

Средний уровень адаптации:

Привыкание ученика к новым условиям более продолжительно и составляет от 2 до 3 месяцев.

Отрицательных эмоций от посещения школы ребенок не испытывает, но может уставать и «уходить в себя». Может рисовать картинки на уроках, но, получив замечание, возвращается к обсуждению темы урока. К заданиям относится ответственно, но выполняет их под контролем педагога. Усидчив и внимателен, но иногда случаются перепады настроения. Дружелюбен.

Низкий уровень адаптации:

Ученик негативно относится к посещению школы. Тяжело встает по утрам. Ищет предлоги для того, чтобы не пойти на занятия. Материал усваивает с трудом, своеобразными фрагментами. Не воспринимает авторитет учителя и нарушает дисциплину. Жалуется на плохое самочувствие. С одноклассниками почти не общается. Забывает имена одноклассников.

Признаки дезадаптации:

- **Сниженное настроение;**
- **Пассивность;**
- **Неадекватное беспокойство;**
- **Тревоги, страхи;**
- **Капризы, излишняя плаксивость;**
- **Низкая успеваемость;**
- **Драки со сверстниками;**
- **Частые простуды;**
- **Плохой сон**

Причины дезадаптации:

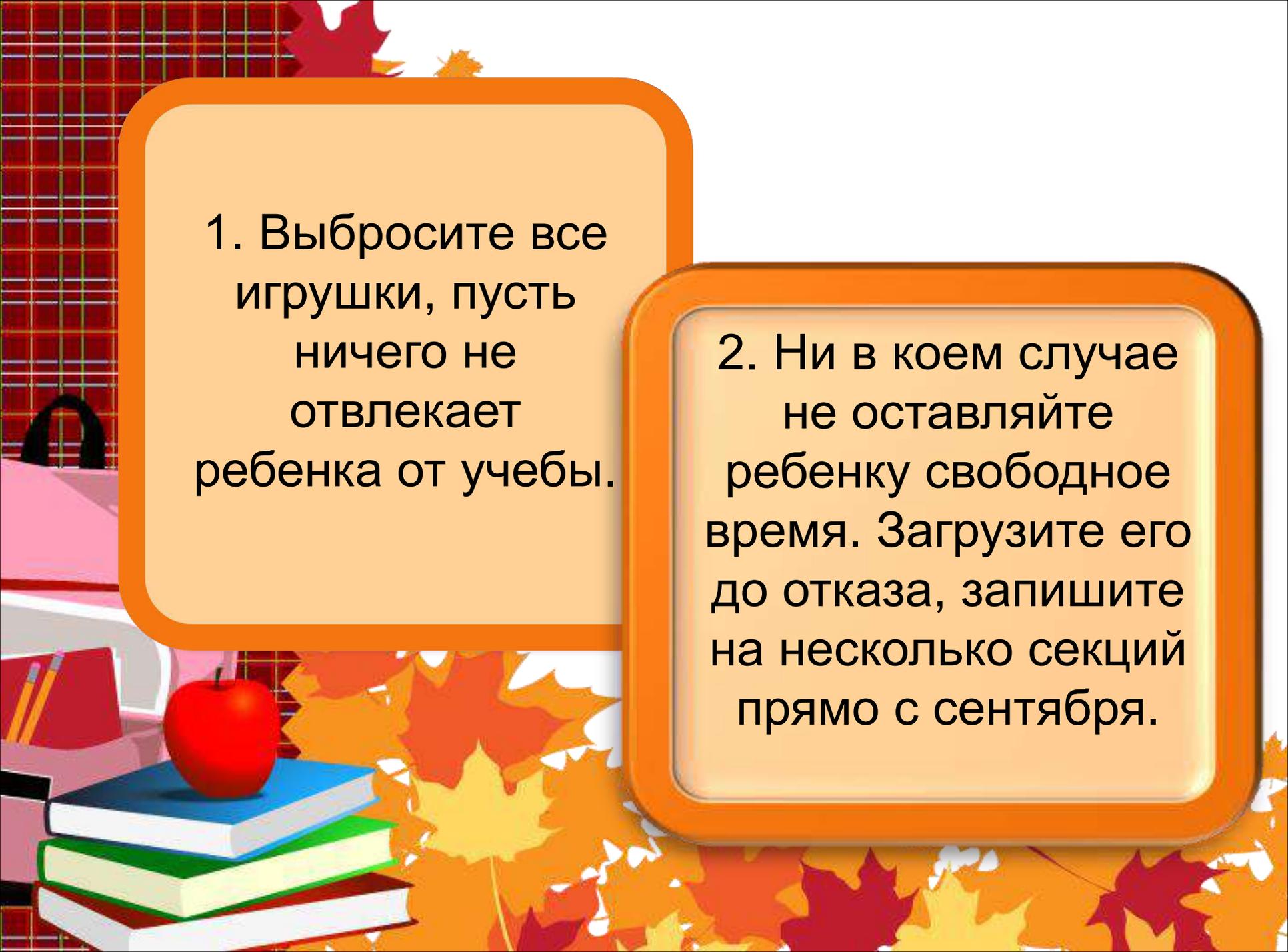
- завышенные требования учителей или родителей;
- малыша отказываются признавать одноклассники;
- непонимание первоклассником учебного материала;
- демонстрация недовольства результатами обучения со стороны взрослых;
- систематические неудачи школьника;
- внутренняя зажатость малыша

Что делать:

1. Бессмысленно и совсем не полезно паниковать, ругать и обвинять самого ребенка. Ребенок нуждается в помощи, а не в оценке и тем более не в порицании.
2. Постарайтесь в беседах с ним самостоятельно или с помощью школьного психолога выявить его «слабое место» – то, что именно является причиной дезадаптации: недостаток ли самостоятельности, неумение налаживать контакты с детьми или взрослыми, отсутствие мотивации, слабое развитие – и постарайтесь его устранить.
3. Потренироваться дома в том, в чем ребенок слаб. Попробовать создать у ребенка сильную мотивацию, заинтересовать его чем-то в учебном процессе или хотя бы вне его, чтобы малыш воспринимал школу не как бессмысленное несчастье, а как что-то полезное и интересное.

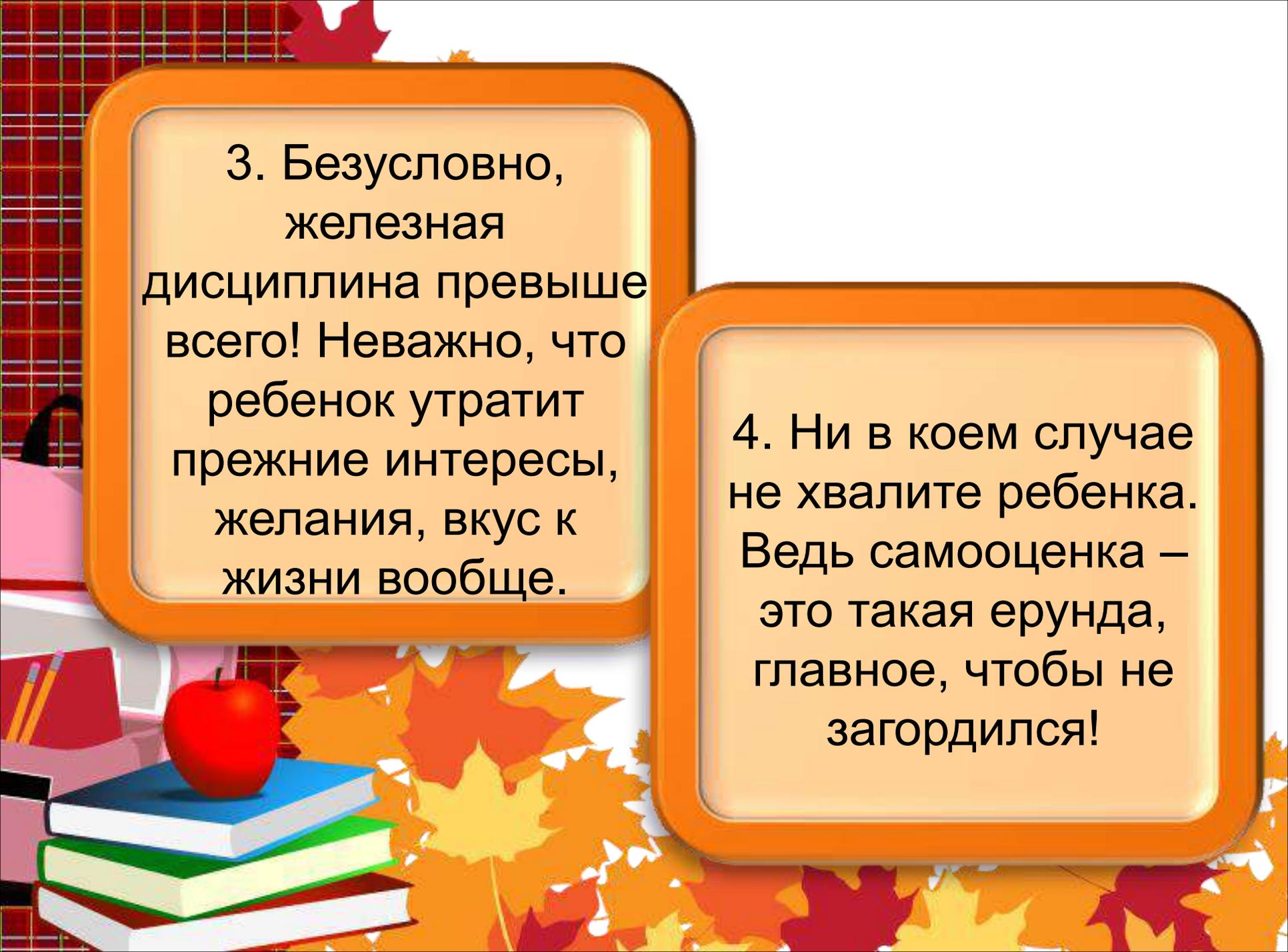
The background features a grid pattern on the left side, transitioning into a white background with scattered autumn leaves in shades of red, orange, and yellow. In the bottom left corner, there is a pink school bag with a black handle, a stack of three books (blue, green, and white covers), and a red apple. A small yellow bell is also visible among the leaves.

**13 вредных
советов
родителям
первоклассника**



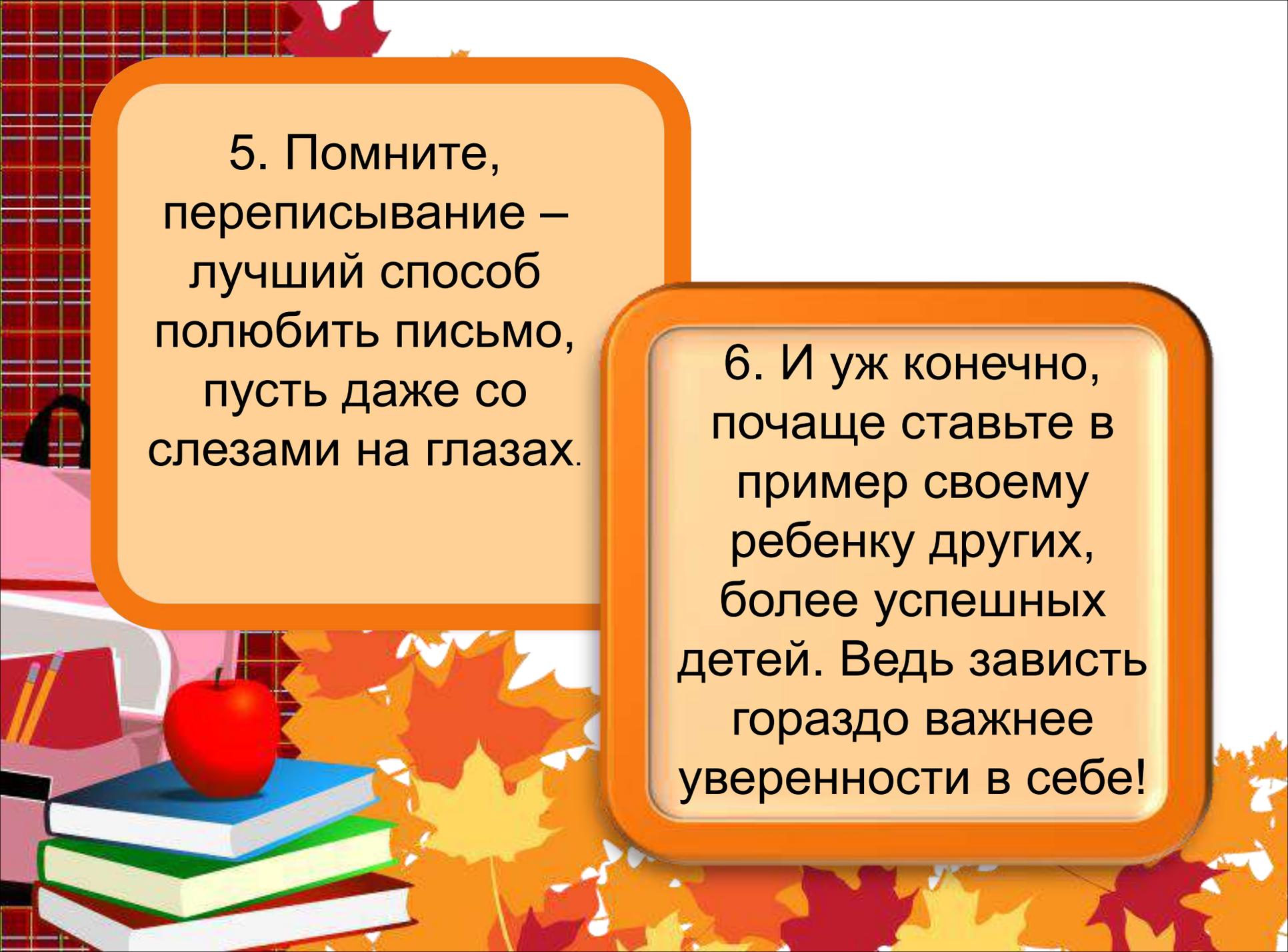
1. Выбросите все игрушки, пусть ничего не отвлекает ребенка от учебы.

2. Ни в коем случае не оставляйте ребенку свободное время. Загрузите его до отказа, запишите на несколько секций прямо с сентября.

The background features a grid pattern on the left side, transitioning into a white area with scattered autumn leaves in shades of red, orange, and yellow. In the bottom left corner, there is a stack of three books (blue, green, and white covers) with a red apple on top. To the left of the books, a pink pencil case is visible, containing several colored pencils.

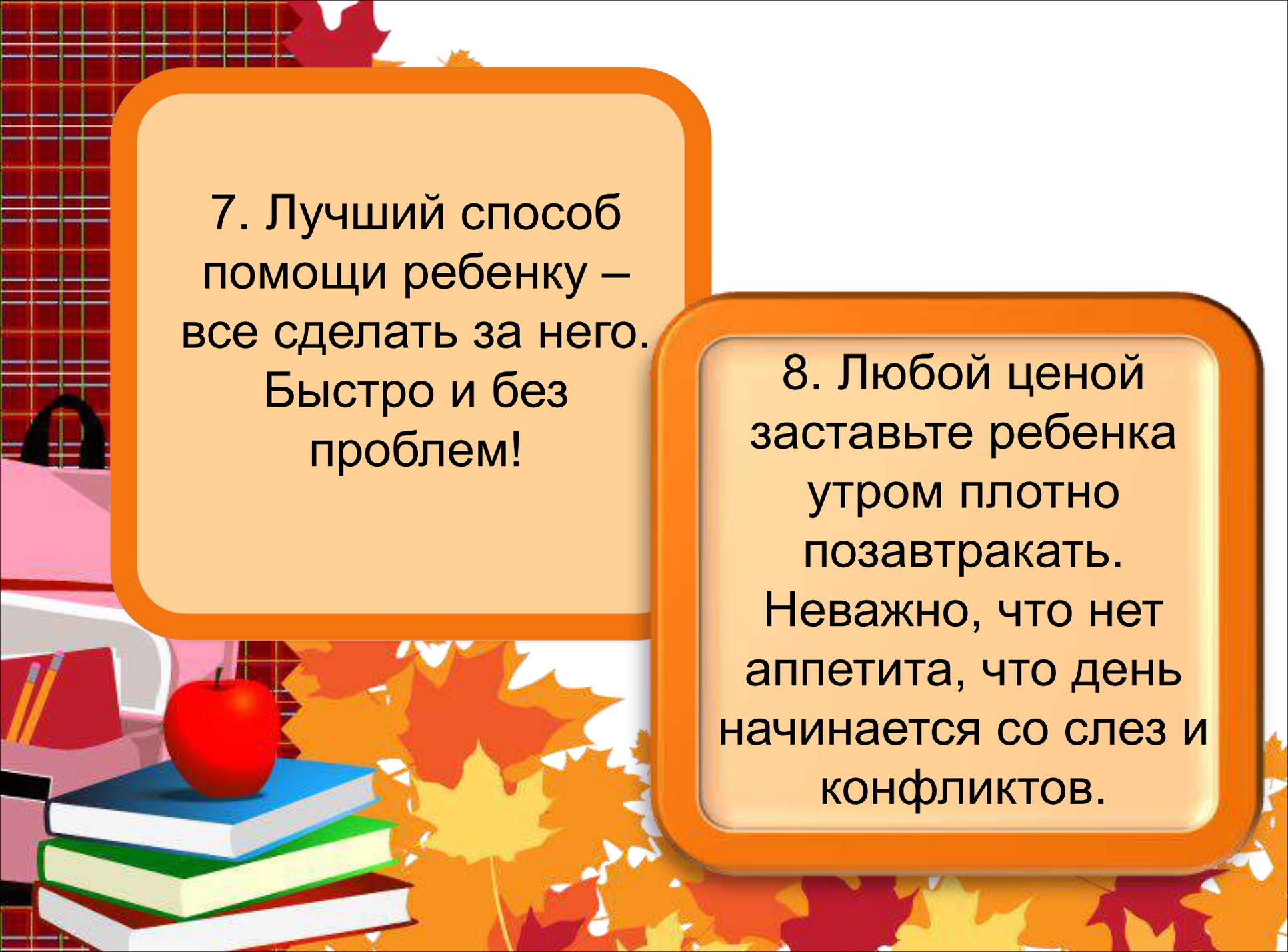
3. Безусловно,
железная
дисциплина превыше
всего! Неважно, что
ребенок утратит
прежние интересы,
желания, вкус к
жизни вообще.

4. Ни в коем случае
не хвалите ребенка.
Ведь самооценка –
это такая ерунда,
главное, чтобы не
загордился!



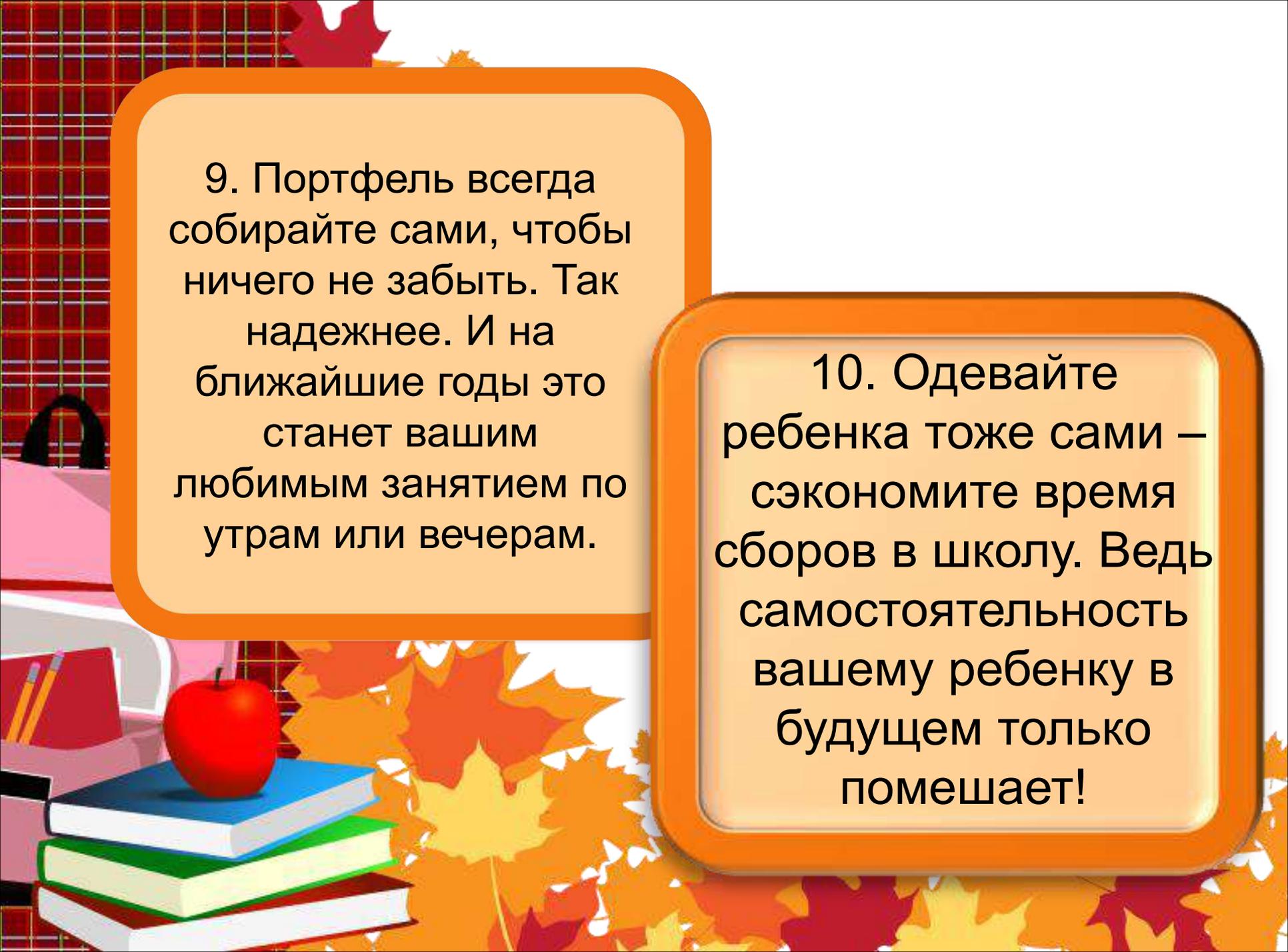
5. Помните,
переписывание –
лучший способ
полюбить письмо,
пусть даже со
слезами на глазах.

6. И уж конечно,
почаще ставьте в
пример своему
ребенку других,
более успешных
детей. Ведь зависть
гораздо важнее
уверенности в себе!



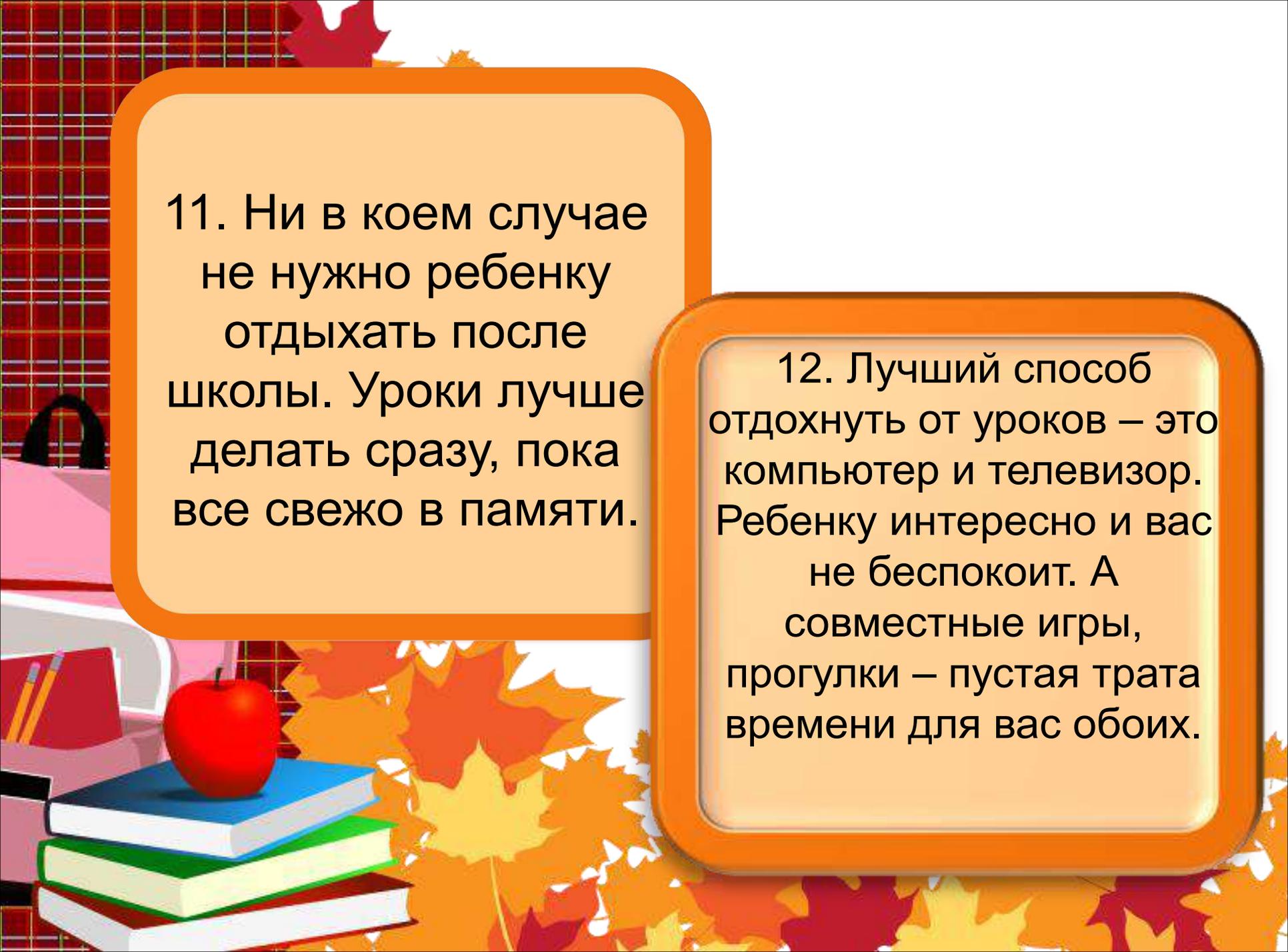
7. Лучший способ
помощи ребенку –
все сделать за него.
Быстро и без
проблем!

8. Любой ценой
заставьте ребенка
утром плотно
позавтракать.
Неважно, что нет
аппетита, что день
начинается со слез и
конфликтов.



9. Портфель всегда собирайте сами, чтобы ничего не забыть. Так надежнее. И на ближайшие годы это станет вашим любимым занятием по утрам или вечерам.

10. Одевайте ребенка тоже сами – сэкономите время сборов в школу. Ведь самостоятельность вашему ребенку в будущем только помешает!



11. Ни в коем случае не нужно ребенку отдыхать после школы. Уроки лучше делать сразу, пока все свежо в памяти.

12. Лучший способ отдохнуть от уроков – это компьютер и телевизор. Ребенку интересно и вас не беспокоит. А совместные игры, прогулки – пустая трата времени для вас обоих.

The background features a grid pattern on the left side, transitioning into a field of colorful autumn leaves (red, orange, yellow) on the right. In the bottom left corner, there is a pink school bag, a stack of three books (blue, green, and white covers), and a red apple. A vertical strip of leaves runs down the left side of the page.

13. И уж, конечно,
пора бросать
бесполезную
привычку читать
ребенку сказки перед
сном. Он уже сам
умеет читать.

The background features a grid pattern on the left side, transitioning into a field of colorful autumn leaves (red, orange, yellow) on the right. In the bottom left corner, there is a pink school bag, a stack of three books (blue, green, and red covers), and a red apple.

**P.S. Если Вы чувствуете,
что эти советы не для
Вас, значит Вы –
понимающий и
заботливый родитель.**

Желание учиться.

1. Вера в успех
2. Положительные установки
3. Любовь родителей
4. Приучение к режиму
5. Выполнение установленных правил



The background features a grid pattern with a vertical strip of autumn leaves in shades of red, orange, and yellow. In the bottom left corner, there is an illustration of school supplies: a pink backpack, a stack of three books (blue, green, and red), and a red apple.

*Несколько советов психолога
«Как прожить хотя бы один день без нервопрёпки»*

- 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 отметок!». 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 педтактики 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.



Источники: <https://uchitelya.com/nachalnaya-shkola/151306-prezentaciya-adaptaciya-pervoklassnika-k-shkole-1-klass.html>

<https://pups.su/vospitanie/adaptatsiya-k-shkole.html#i-7>

