

Трудности адаптации первоклассников в школе.



**«Быть готовым к школе –
не значит уметь читать, писать и считать.
Быть готовым к школе –
значит быть готовым всему этому научиться»
(Венгер Л.А.)**



**Адаптация – это перестройка
организма, направленная на
приспособление к новым
УСЛОВИЯМ**

Физиологическая адаптация

Академическая адаптация

Социальная адаптация

Психологическая адаптация

Признаки успешной адаптации к школе.

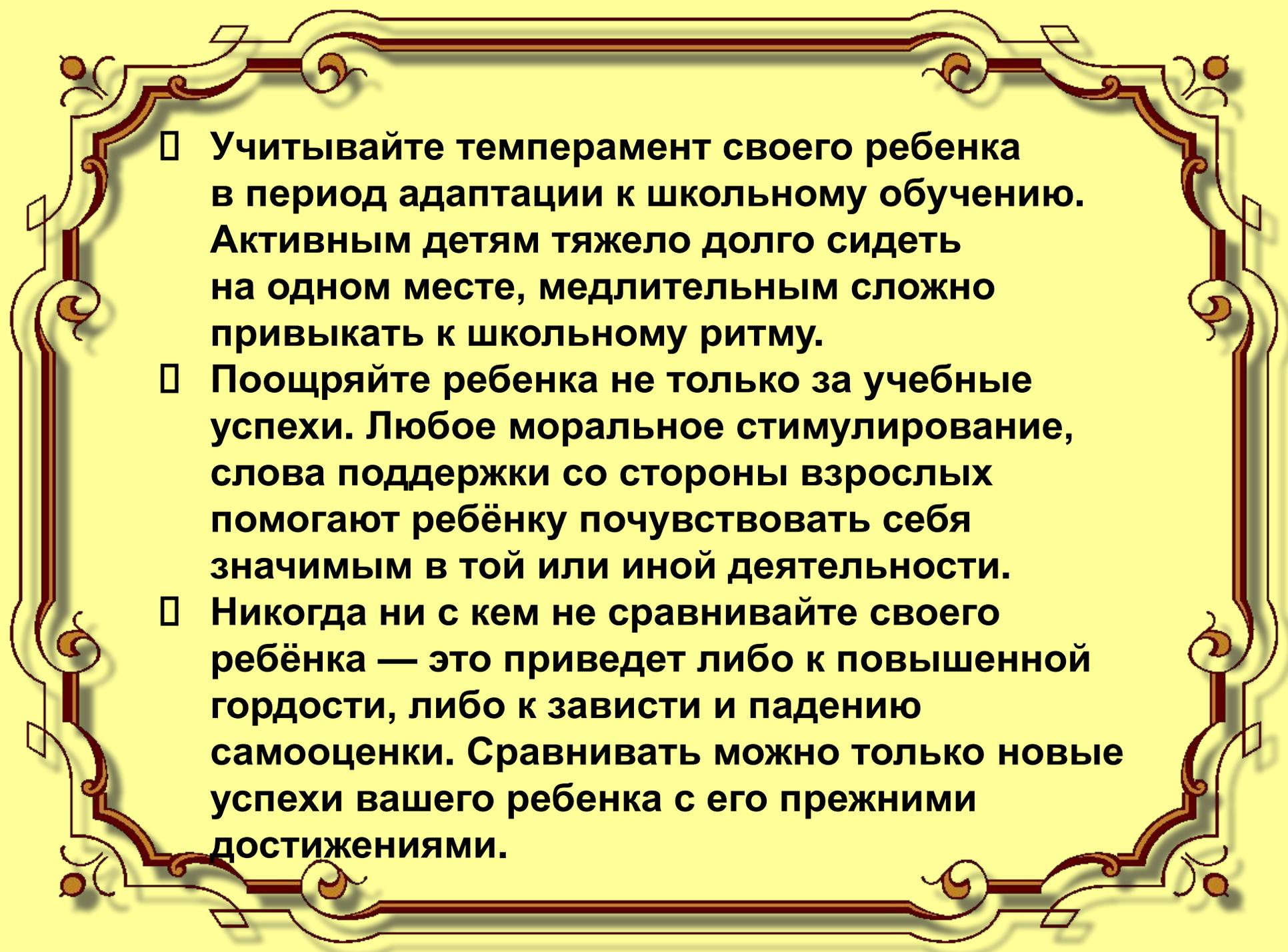
- **ребенок весел, спокоен;**
- **быстро находит друзей среди одноклассников;**
- **хорошо отзывается об учителях и ровесниках;**
- **без напряжения выполняет задания;**
- **легко принимает правила школьной жизни;**
- **новый режим дня для него комфортен (не плачет по утрам, нормально засыпает вечером и т.д.);**
- **у ребенка нет страхов по поводу сверстников и учителей;**
- **он адекватно реагирует на замечания учителя.**

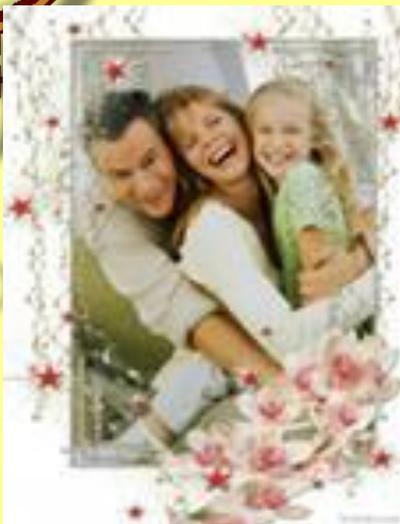
Признаки дезадаптации.

- **усталый, утомлённый внешний вид ребёнка;**
- **нежелание ребёнка делиться своими впечатлениями о проведённом дне;**
- **стремление отвлечь взрослого от школьных событий, переключить внимание на другие темы;**
- **нежелания выполнять задания;**
- **негативные характеристики в адрес школы, учителя, одноклассников;**
- **жалобы на те или иные события, связанные со школой;**
- **беспокойный сон;**
- **трудности утреннего пробуждения, вялость;**
- **постоянные жалобы на плохое самочувствие.**

Как помочь ребенку?

- В первые недели обучения первоклассника в школе важно помочь ребёнку поверить в себя, в свои силы и возможности.
- Проявляйте интерес к школе, классу, в котором учится ваш ребёнок. Очень полезно ребенка просто послушать.
- Не критикуйте своего малыша, даже если он плохо пишет, медленно считает, неаккуратен. Критика, особенно при посторонних людях, только усилит его проблемы.

- 
- Учитывайте темперамент своего ребенка в период адаптации к школьному обучению. Активным детям тяжело долго сидеть на одном месте, медлительным сложно привыкать к школьному ритму.
 - Поощряйте ребенка не только за учебные успехи. Любое моральное стимулирование, слова поддержки со стороны взрослых помогают ребёнку почувствовать себя значимым в той или иной деятельности.
 - Никогда ни с кем не сравнивайте своего ребёнка — это приведет либо к повышенной гордости, либо к зависти и падению самооценки. Сравнивать можно только новые успехи вашего ребенка с его прежними достижениями.



Не ругайте ребят утром

–солнце покажется им тусклым;

Не ругайте ребят днём

– небо покажется им хмурым;

Не ругайте ребят на ночь

– звёзды померкнут для них;

**Не ругайте! Любите их, и они ответят всем
взаимностью.**

