

**ТЕМА:**

**«Ваш ребёнок  
стал  
учеником»**

# Что такое адаптация первоклассника?

«Адаптация» - термин ввел А.Уберт (немецкий психолог), «adaptatio» - прилаживание, приспособление.

Адаптация – перестройка организма, направленная на приспособление к новым условиям. Адаптация первоклассника к школе может длиться от двух до шести месяцев. Самое трудное время для организма ребенка – первые две три недели.



# Психологические условия адаптации первоклассников к школе



- Создание благоприятного психологического климата в отношении ребенка со стороны всех членов семьи.
- Роль самооценки ребенка в адаптации к школе
- Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню.
- Неформальное общение со своим ребенком после пройденного школьного дня.
- Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы.



- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка.
- Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребенка и не только за учебные успехи.



# Физиологические условия адаптации ребёнка к школе




- Изменение режима дня ребенка в сравнении с детским садом, увеличение физической нагрузки.
- Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности ребенка между выполнением уроков.
- Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места.



- Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.
- Организация правильного питания ребенка.
- Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка, как главных качеств сохранения собственного здоровья.







«Лучший способ  
сделать детей  
хорошими — это  
сделать их  
счастливыми»

Оскар Уайльд



**К окончанию начальной  
школы ребёнок должен  
хотеть и уметь учиться.**

**Берегите своих детей,  
заботьтесь о них, учите их  
жить в этом сложном мире!  
Желаю Вам всего доброго!**

