



Адаптация как мера сохранения здоровья первоклассников

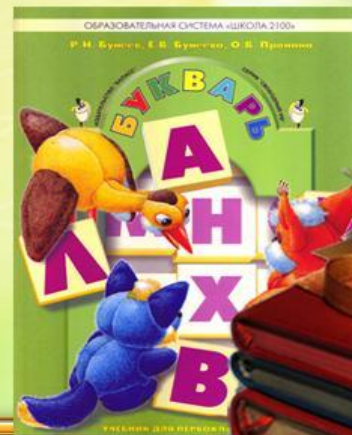
А


Д

Охотникова Т.А.

5

2018 г.





Что такое адаптация первоклассника?

*«Адаптация» - прилаживание,
приспособление.*

*Адаптация – перестройка
организма, направленная на
приспособление к новым
условиям.*

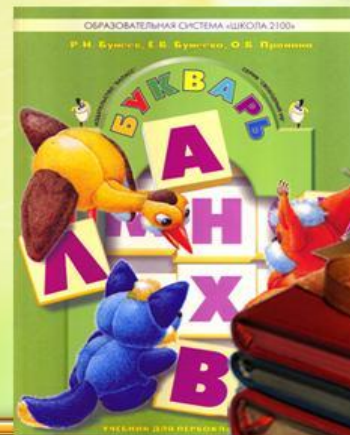


А

Д



5



Цель

адаптационного периода

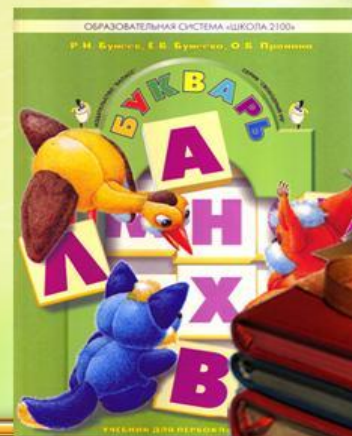
Создание психолого – педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.



А

Д

5



Виды адаптации



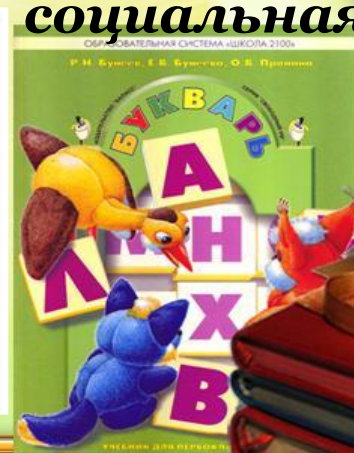
физиологическая



социальная



психологическая



Физиологическая адаптация

□ Дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.

□ Неустойчивое приспособление.

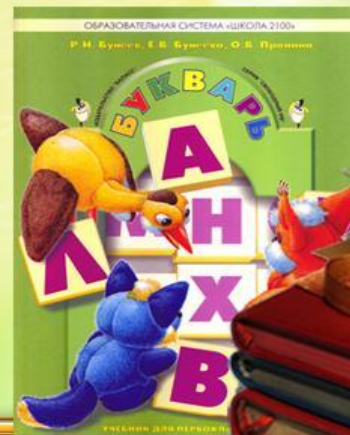
□ Период относительно устойчивого приспособления.



А

Д

5



Социальная адаптация

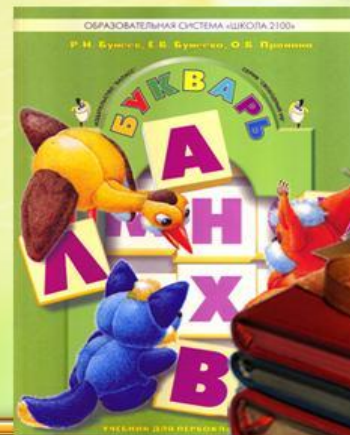
Социальная адаптация представляет собой процесс активного приспособления, в отличие от физиологической адаптации, которая происходит как бы автоматически. Изменяется социальный статус бывшего малыша - появляется новая социальная роль "ученик". Можно считать это рождением социального "Я" ребенка.



А

Д


5



Психологическая адаптация

Интеллектуальное развитие ребенка, его развившаяся способность к обобщению влекут за собой и обобщение переживаний. Таким образом, цепь неудач (в учебе, в общении) может привести к формированию устойчивого комплекса неполноценности. Такое "приобретение" в 6-7 лет самым негативным образом влияет на развитие самооценки ребенка, уровня его притязаний.





**Условно по степени адаптации
всех детей можно разделить на
три группы:**

□ Лёгкая адаптация

□ Адаптация средней тяжести

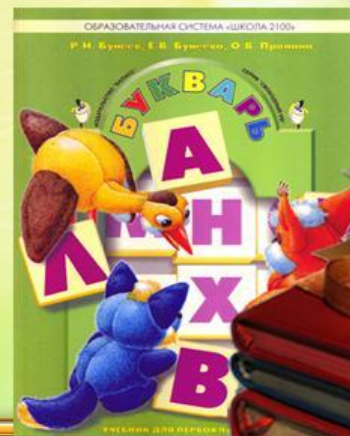
□ Тяжёлая адаптация



А

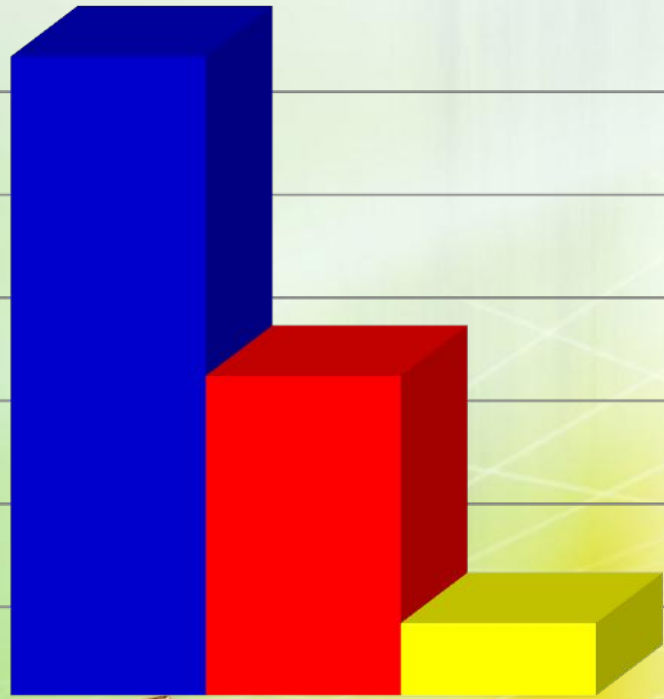
Д

5





70
60
50
40
30
20
10
0



- Лёгкая адаптация
- Адаптация средней тяжести
- Тяжёлая адаптация

5
1А и 1Б классы



Критерии благополучной адаптации

- *положительное отношение к школе адекватно воспринимает требования учителя*
- *прилежно выполняет задания без внешнего контроля*
- *проявляет самостоятельность*
- *имеет хороший статус в коллективе*
- *отсутствие выраженных отрицательных изменений показателей состояния здоровья*
- *хорошее усвоение программного материала*



А

Д

5



Причины дезадаптации

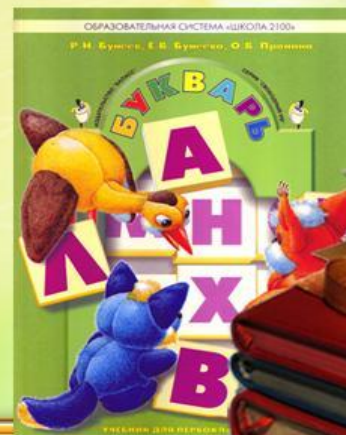
- *Состояние здоровья*
- *Социально-бытовые условия семьи*
- *Внутрисемейные отношения*
- *Режим дня*
- *Коммуникативные особенности личности*



А

Д

5



Как помочь ребенку?

- 1) *Проведение утренней гимнастики*
- 2) *Организация подвижных игр на перемене*
- 3) *Систематическое проведение физминуток*
- 4) *Смена деятельности на уроке*
- 5) *Организация разнообразных форм работы (групповая, парная, фронтальная, индивидуальная)*





6)

Использование разнообразных типов уроков (урок-сказка, экскурсия, путешествие, игра, театрализация)

7)

Соблюдение режима проветривания классной комнаты

8)

Привитие гигиенических норм поведения

9)

Релаксация (прослушивание спокойных музыкальных произведений, хоровое пение детских и фольклорных песен)

10)

Рефлексия (формирование самооценки ребенка)

11)

Выстраивание позитивных взаимоотношений (похвала, ориентируем на успех)



5



А

Д





□ Для обучающихся 1 классов занятия проводятся только в первую смену, не ранее 8 часов утра, по пятидневной учебной неделе, с соблюдением ступенчатого режима (в первой четверти – три урока по 35 минут; во второй четверти – четыре урока по 35 минут).

□ Для облегчения адаптации первоклассников должен быть организован рациональный режим дня.

А
Д

5



Спасибо за внимание!

