

# ***Адаптация ребёнка к школе***

*Подготовила: студентка 401 группы  
заочного отделения  
факультета «Психология и педагогика»  
Булатова О.В.*

# План

- ❖ *Первый раз в первый класс*
- ❖ *Проблемы в адаптации*
- ❖ *Психологическая готовность к школе*
- ❖ *Влияние учителя на адаптацию*
- ❖ *Признаки успешной адаптации*
- ❖ *Советы родителям*
- ❖ *Список источников*

# Первый раз в первый класс

Начало обучения в школе – один из самых серьезных моментов в жизни ребенка. Школа – это и совершенно новые условия жизни и деятельности ребенка, это большие физические и эмоциональные нагрузки.



# Проблемы в адаптации

- ❖ **Адаптация ребенка к школе – довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.**
- ❖ **Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций. Относительно устойчивое приспособление к школе происходит на 5-6-й неделе обучения.**

# Психологическая готовность к школе

Психологическая готовность к обучению в школе включает:

- ❖ развитие памяти, внимания, мышления, речи;
- ❖ развитие навыков общения и взаимодействия с детьми, взрослыми;
- ❖ умение слышать, слушать и выполнять инструкцию;
- ❖ вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения; развитие познавательных процессов.

# Влияние учителя на адаптацию



Первая учительница – это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел – ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку. От учителя зависит и то, какой сосед по парте "достанется" вашему ребенку. Это – немаловажный фактор успешной адаптации первоклассника.

# Признаки успешной адаптации



1. Удовлетворенность ребенка процессом обучения.

2. Насколько легко ребенок справляется с программой.

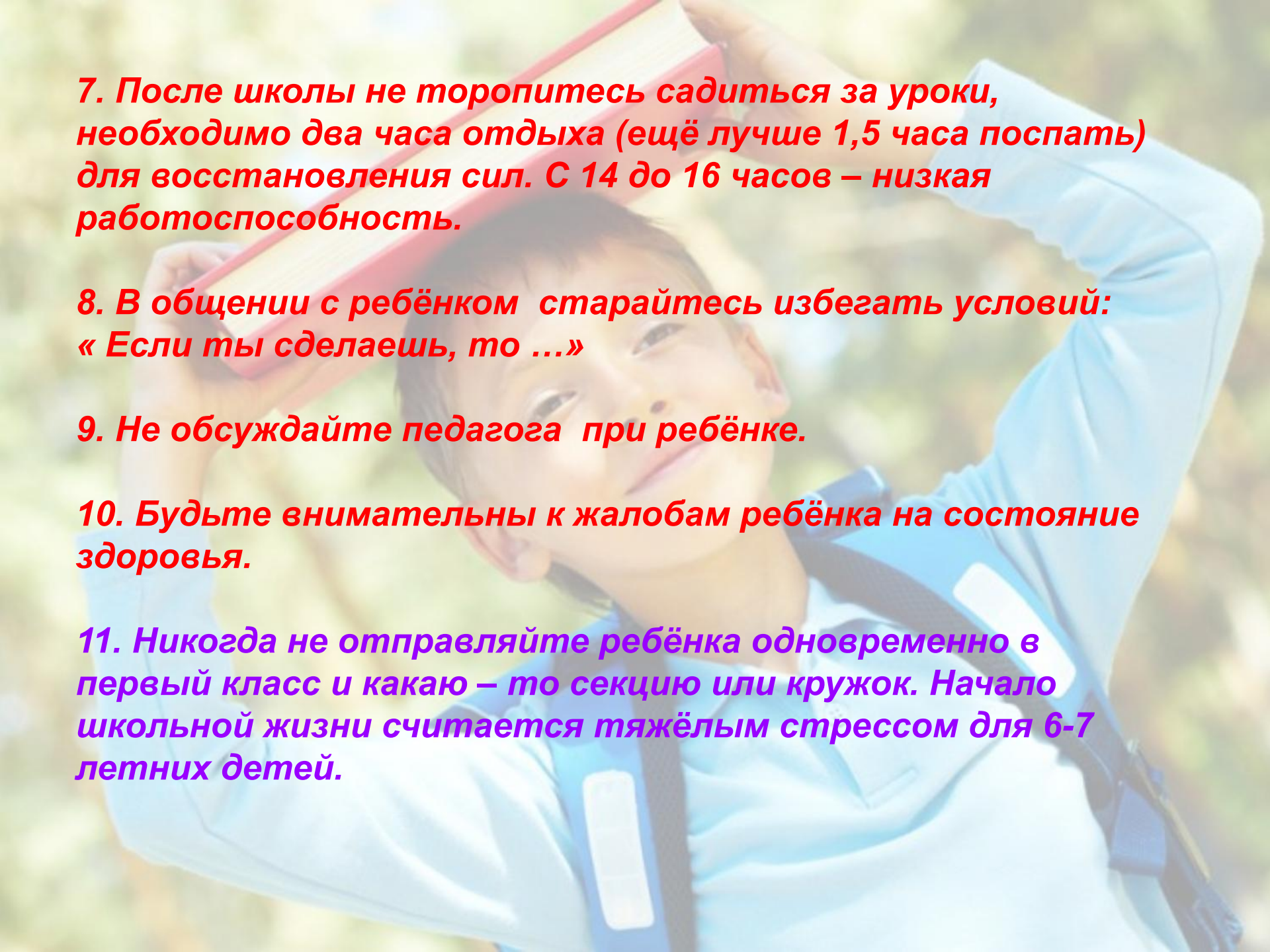
3. Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию.

4. Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями – с одноклассниками и учителем.

# Советы родителям

- 1. Будьте ребёнку спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.**
- 2. Не торопите. Умение рассчитать время – ваша задача.**
- 3. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака;**
- 4. Если увидите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам;**
- 5. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?» Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться. Если ребёнок возбуждён, если жаждет поделиться, выслушайте, не откладывайте на потом.**
- 6. Если ребёнок огорчён, не допытывайтесь, он всё расскажет сам.**





**7. После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два часа отдыха (ещё лучше 1,5 часа поспать) для восстановления сил. С 14 до 16 часов – низкая работоспособность.**

**8. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то ...»**

**9. Не обсуждайте педагога при ребёнке.**

**10. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на состояние здоровья.**

**11. Никогда не отправляйте ребёнка одновременно в первый класс и какую – то секцию или кружок. Начало школьной жизни считается тяжёлым стрессом для 6-7 летних детей.**

# *Список источников*

1. Психологический центр "АДАЛИН"  
([http://www.adalin.mospsy.ru/l\\_04\\_05.shtml](http://www.adalin.mospsy.ru/l_04_05.shtml))