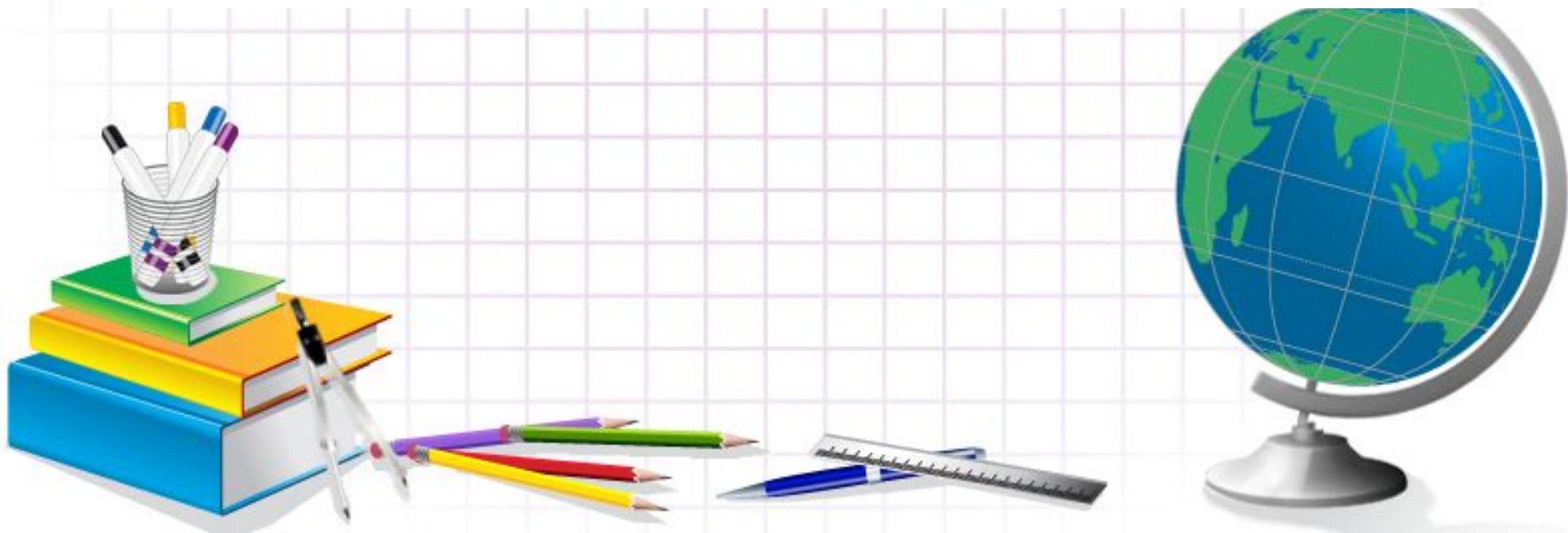


Государственное образовательное учреждение высшего образования Московской области  
Московский государственный областной университет  
Подольский отдел сопровождения замещающих семей ОЦСЗС

## Психологические основы подготовки ребенка к образовательному процессу



# Длительность периода адаптации

- Первоклассник- не менее 1,5 месяцев
- Пятиклассник- не менее 1 месяца
- Учащиеся остальных классов- 2-3 недели



# Факторы, влияющие на адаптацию

- Возраст ребенка
- Физическое и психическое здоровье
- Личностные особенности
- Психологический климат в классе
- Психологический климат в семье



# Основные проблемы

- Отсутствие режима дня
- Отсутствие усидчивости
- Рука отвыкла от письма
- Снижение концентрации и внимания
- Страх наказания



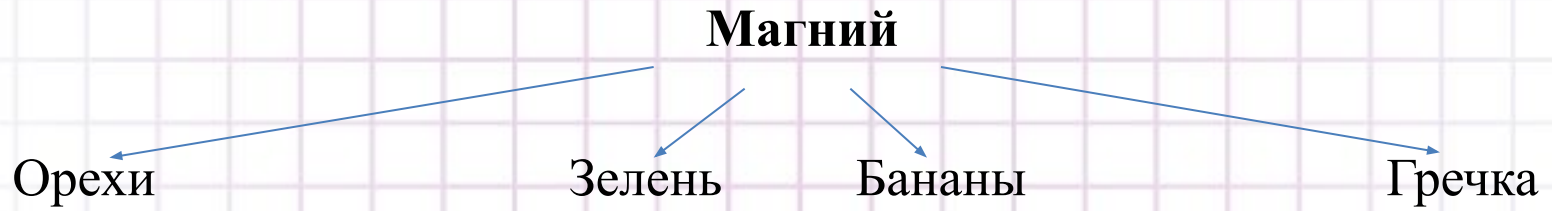
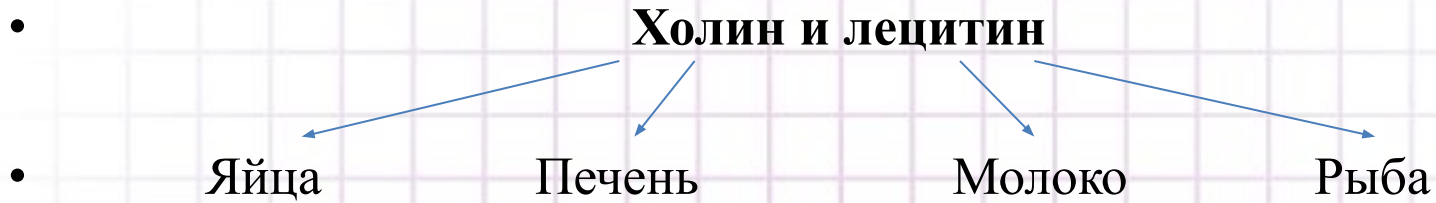
# Режим дня

- Перевести ребенка на режим, близкий к школьному
- Режим приема пищи
- Обязательные прогулки не менее 2-3 часов в день
- Отдых после уроков, смена видов деятельности
- Периоды занятий должны чередоваться с двигательной активностью





# Питание



# Создание благоприятной атмосферы в семье

- Покажите, что Вы любите ребенка
- Организация совместной деятельности
- Поддерживайте контакт с учителем
- Не требуйте от ребенка невозможного (учитывайте индивидуальные особенности ребенка)
- Хвалите ребенка за успехи, но не за оценки  
Сравнивайте ребенка с самим собой
- Создавайте ситуацию успеха



# Признаки успешной адаптации

- Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.
- Насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми.
- Ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем.
- Ребенок хорошо спит, быстро засыпает, без проблем просыпается утром.





# Методика «Краски»



# Методика «Солнце, тучка, дождик»

## «Солнце, тучка, дождик» (1 раз в четверть)

Учащимся предлагается определить их самочувствие и настроение в классе, дома, с друзьями с помощью погодных явлений.

В классе мне - ...      Дома мне - ...      С друзьями - ...



# Упражнения и игры для успешной адаптации

- **«ПАРНЫЕ КАРТИНКИ»**- стол выкладываются карточки — изображением вниз- у каждой карточки -есть аналогичная , такая же пара. Участникам необходимо попарно подобрать картинки.
- **«КОЛЛАЖ»** -ребенку предлагается коллаж из 12 картинок. За 40 секунд нужно запомнить все картинки.
- **РИСОВАНИЕ 2 РУКАМИ ОДНОВРЕМЕННО**: разные геометрические фигуры, либо цифры. Если ребенок маленький-то симметричные рисунки, держа в левой и правой руках совершенно одинаковые ручки или карандаши.
- **« ПОВТОРИ ДВИЖЕНИЕ»**. Суть игры в том, что родитель играет с ребенком, показывает на пальцах фигуру, или движение руками, к примеру «окей», либо «щепотка» , ребенок ее повторяет и показывает свою фигуру.
- **«НАЙДИ 10 ОТЛИЧИЙ»**.
- **«НАЙДИ ПАРУ»**. Нужно найти пары предметов, которые взаимосвязаны.
- **«СНЕГОВИК»**. Мышечное напряжение на слово «Снеговик» и мышечное расслабление на слово «Солнышко». Снеговик превращается в лужу.
- **«ПОЙМАЙ ВОЗДУХ»**. Носом делаем глубокий вдох, задерживаем дыхание, неслышно выдыхаем воздух ртом.



Спасибо за внимание!

