

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА НА ЭТАПЕ ПЕРЕХОДА ИЗ ДЕТСКОГО САДА В ШКОЛУ.





Адаптация к школе — перестройка познавательной, мотивационной и эмоционально-волевой сфер ребенка при переходе к систематическому организованному школьному обучению.

«Благополучное сочетание социальных внешних условий ведет к адаптированности, неблагоприятное — к дезадаптации».

Основные особенности систематического школьного обучения :

1) с поступлением в школу ребенок начинает осуществлять общественно значимую и общественно оцениваемую деятельность — учебную деятельность;

2) особенностью систематического школьного обучения является то, что оно требует обязательного выполнения ряда для всех одинаковых правил, которым подчинено все поведение ученика во время его пребывания в школе.



Адаптация к школе - один из самых сложных и ответственных этапов в жизни ребенка. Приходя в школу, ребенок испытывает три вида стресса:

социальный – построение взаимоотношений с новыми детьми, с учителем, принятие новых правил;

интеллектуальный – существенная интеллектуальная нагрузка, приобретение новых знаний;

иммунологический – в возрасте 7-9 лет (очередной возрастной кризис) происходят существенные изменения в организме ребенка.



Адаптация к школе - многоплановый процесс.

Его составляющие:

◆ физиологическая адаптация ;

◆ социально-психологическая адаптаци



Физиологическая адаптация.

ЭТАПЫ:

1) Первые 2-3 недели обучения получили название "физиологической бури". В этот период на все новые воздействия организм ребенка отвечает значительным напряжением практически всех своих систем, то есть дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.



2) Следующий этап адаптации - **неустойчивое приспособление**. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия.

3) После этого наступает **период относительно устойчивого приспособления**. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

Продолжительность всего периода адаптации варьируется от 2 до 6 месяцев в зависимости от индивидуальных особенностей ученика.



Социально-психологическая адаптация.

Поступление ребенка в школу совпадает с кризисом 6-7 лет. В этот период родителям необходимо помнить:

1. Кризис это временное явление.
2. Причина острого кризиса – несоответствие родительских отношений и требований с желаниями и возможностям ребенка.
3. Измените, свое отношение к ребенку – он уже не маленький – внимательнее относитесь к его мнениям и суждениям.
4. Тон приказа и назидания в этом возрасте малоэффективен.
5. Если часты скандалы – отдохните друг от друга.
6. Как можно больше оптимизма и юмора в общении с детьми.



Эмоционально-волевая готовность:

- радость ожидания обучения, развитие высших чувств и эмоций;
- способность
 - соподчинять мотивы,
 - управлять своим поведением;
- умение организовать рабочее место и поддерживать порядок на нем;
- положительное отношение к целям деятельности, принятие их;
- стремление преодолевать трудности;
- стремление к достижению результата своей деятельности.



Делайте!

- Разговаривайте с ребенком заботливым ободряющим тоном.
- Радуйтесь вашему сыну, дочке.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте внимательно, не перебивая.
- Будьте терпеливы.
- Поощряйте любопытство, любознательность и воображение вашего ребенка.
- Чаще хвалите ребенка.



Не делайте!

- ❑ Не перебивайте ребенка, не говорите, что вы все поняли, не отворачивайтесь, пока ребенок не закончил рассказывать.
- ❑ Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.
- ❑ Не заставляйте ребенка делать что-нибудь, если он вертится, устал, расстроен.
- ❑ Не надо устраивать для ребенка множество правил: он перестанет обращать на них внимание.
- ❑ Не сравнивайте ребенка ни с какими другими детьми.



Рекомендации родителям:

- Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра и не дергайте по пустякам. Если он не сразу встает, лучше завести будильник на пять минут раньше и не начинать утро с замечаний.
- Постарайтесь правильно рассчитать время, необходимое для того, чтобы собраться в школу. Если малыш не успел собраться, в следующий раз оставьте на сборы чуть больше времени.



- Желательно покормить ребенка завтраком. Но, если он по какой-то причине отказывается есть, не принуждайте его. Старайтесь готовить его любимые блюда, отсутствие аппетита может быть связано с эмоциональной перегрузкой. Не забудьте собрать ему завтрак с собой.
- Имейте в виду, что есть периоды, в которые учиться сложнее: малыш быстро утомляется, у него снижается работоспособность. Для первоклашки это первые 4-6 недель, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул и середина третьей четверти.
- Посвятите своему ребенку хотя бы полчаса в день, чтобы он почувствовал, что вы его любите и дорожите им.
- Помните, что первоклассники - это еще маленькие дети. Для них все так же важны игры.

