



***«ПРОБЛЕМЫ  
АДАПТАЦИИ  
ПЕРВОКЛАССНИКОВ  
В ШКОЛЕ»***

---

**Адаптация** — привыкание,  
«вписывание» человека в  
какую-то среду.

Противоположностью ей  
является **дезадаптация**.

# Возрастные особенности первоклассников.

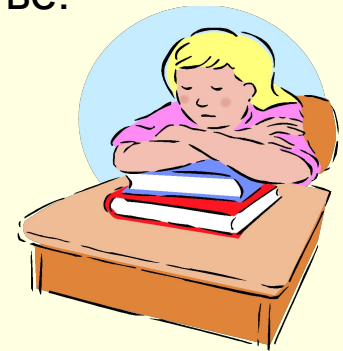


1 СЕНТЯБРЯ

- Переход из дошкольного, в младший школьный возраст нередко сопровождается кризисом 7 лет.
- **Для кризиса 7 лет характерны:** манерничанье, капризы, паясничание.
- Нормы и правила школьной жизни порой идут вразрез с желаниями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться.
- Дети наряду с радостью, восторгом или удивлением по поводу происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность, напряжение.
- Свое новое положение ребенок не всегда осознает, но обязательно переживает его: он гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение.
- Формируется самооценка личности.
- Первоклассник уже понимает, что оценка его поступков определяется прежде всего тем, как его поступки выглядят в глазах окружающих людей.
- Дети возбудимы, легко отвлекаются, т.к. лобные доли больших полушарий не сформированы, они сформируются к 13 годам.
- Особую роль в жизни школьника играет учитель, который выступает как центр его жизни.
- Период приспособления к требованиям школы, происходит у 1-классников по-разному. У одних он длится 1 месяц, у других 1 четверть, у 3-их растягивается на 1-ый учебный год.

# Особенности современного первоклассника :

- У детей **большие различия** паспортного и физиологического развития. Сегодня нет ни одного класса, где был бы ровный контингент учащихся.
- У детей **обширная информированность** практически по любым вопросам. Но она совершенно бессистемна.
- У современных детей **сильнее ощущение своего «Я»** и более свободное независимое поведение. Высокий уровень самооценки.
- Наличие **недоверчивости** к словам и поступкам взрослых. Нет веры во всё сказанное ими. Авторитет – не тот!
- У современных детей более **слабое здоровье**.
- Они в большинстве своём **перестали играть** в коллективные «дворовые» игры. Их заменили телевизоры, компьютеры, телефоны. И как следствие - дети приходят в школу не обладая навыками общения со сверстниками, плохо понимают, как себя вести, какие существуют нормы поведения в обществе.



# Трудности, которые могут возникнуть у первоклассников.

- В первые дни, недели и даже месяцы посещения школы, снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышается температура.
- Первоклассники отвлекаются, быстро утомляются, возбудимы, эмоциональны, впечатлительны.
- Поведение нередко отличается неорганизованностью, несобранностью, недисциплинированностью.



# Когда уместна тревога?

## Обычно и в пределах нормы

- Снижается первоначально непосредственный интерес к школе, занятиям.
- Начинает время от времени ныть, что учиться надоело (особенно в конце недели и четверти), но активно интересуется всем остальным.
- Радуетя, когда не надо делать домашнее задание.
- Время от времени хочет остаться дома, пропустить уроки.
- Иногда выражает недовольство учителем или опасения по его поводу.

## Опасно

- Полное отсутствие интереса к учёбе,
- Делает уроки только «из-под палки»
- Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней (кашель, насморк, рвота, понос), которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома, либо, что гораздо реже, простой симуляцией этих симптомов.
- Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию
- Ничего не интересно, безразличен ко всему, даже играм, если они требуют хоть какого-то напряжения.
- Вялость и безынициативность, когда дело касается школы и уроков

***Беспокоиться нужно тогда***, когда нежелание учиться является ***устойчивым***, выражается ***активно***, отражает ***основное отношение ребёнка к школе***.

## Показатели адаптационных затруднений:

- Недостаточная реализация личностного потенциала;
- Слабая интегрированность ребёнка в детском коллективе – низкий статус в группе, отсутствие авторитета, неполное принятие роли ученика;
- Трудности в общении;
- Острое переживание неудач;
- Неадекватная самооценка;
- Несамостоятельность, поиск причин во вне.



# «ЦЕПОЧКА РОДИТЕЛЬСКИХ СОВЕТОВ»

1

**ВЕРА В УСПЕХ**

**Желание  
учиться**

3

**ЛЮБОВЬ РОДИТЕЛЕЙ**



2

**ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ  
УСТАНОВКИ**

4

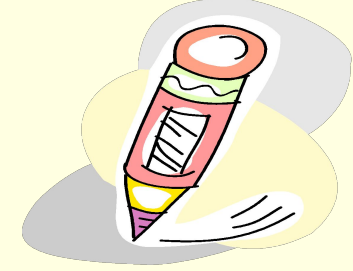
**ПРИУЧЕНИЕ К РЕЖИМУ**

5

**ВЫПОЛНЕНИЕ  
УСТАНОВЛЕННЫХ  
ПРАВИЛ**



# Памятка родителям первоклассника



**1. Одинаково не правы как те родители, которые предоставляют первоклашке полную самостоятельность, так и те, которые устанавливают тотальный контроль за всей его деятельностью.**

«Уроки задают тебе, ты их и делай», - заявляет усталая мама, приходя с работы поздним вечером. Услышав подобную фразу, ребенок ощущает ваше глубокое равнодушие к своим нуждам.

«Ну, что нам сегодня задано?» - спрашивает бабушка, распаковывая портфель и листая страницы учебника. В такой ситуации первоклашка скоро придет к выводу, что учеба больше нужна взрослым, и они сами все сделают, нечего даже напрягаться.

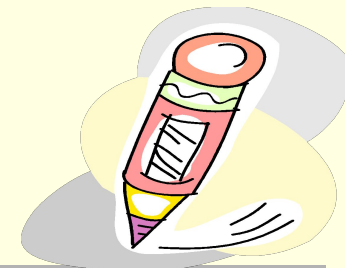
Лучший вариант – сидеть рядом с ребенком, наблюдать за его работой, быть готовым помочь, но не вмешиваться без его просьбы. После выполнения задания спокойно спросите ребенка, доволен ли он своей работой, что получилось хорошо, а что – не очень.

**2. За уроки нужно садиться через час-полтора после возвращения из школы,** когда ребенок уже слегка отдохнул, но еще не успел перевозбудиться от домашних игр и развлечений.

**3. Между выполнением уроков следует делать перерывы.** 15-20 минут занятий – 5 минут отдыха.

**4. Чередуйте устные и письменные задания.** Начинайте приготовление уроков с самых трудоемких или тех, что даются ученику тяжелее остальных.

# Памятка родителям первоклассника



5. **Очень важно приучить ребенка к самоконтролю.** После выполнения задания попросите сына или дочь проверить написанное. Если он сам нашел и исправил ошибку – обязательно похвалите! Лишь когда самопроверка войдет в привычку, можно прекратить напоминать.
6. **Ошибки ребенка не должны вас раздражать, они должны удивлять.** Дайте ребенку почувствовать вашу уверенность в его успехе. Не ругайте за ошибки, не восклицайте: «Мы столько раз писали это слово, а ты опять пишешь неправильно!» Лучше удивитесь: «Ой! Как же это получилось?»
7. **Встречая ребенка из школы, постарайтесь усилить в нем положительные впечатления и не акцентировать внимание на негативных.** Поставьте вопрос так: «Что сегодня было хорошего? Что было самое интересное?»
8. **После выполнения уроков похвалите ребенка:** «Ты сегодня так быстро и хорошо все сделал!» Радуйтесь его успехам и новым знаниям: «Неужели ты уже знаешь, как решать такие сложные задачи?»
9. **Ключ к успеху – понимание трудностей ребенка и спокойная родительская уверенность в его возможностях.** С такой поддержкой ребенок будет чувствовать себя в безопасности и легче справится с любыми сложностями.
10. **Перед сном шепните ребенку на ушко: «Я так счастлива, что ты у меня есть!»**

# Общая ориентация детей

## в окружающем мире /простые методика в помощь родителям/

### Вопросы:

1. Как тебя зовут?
2. Сколько тебе лет?
3. Как зовут твоих родителей?
4. Как называется город, в котором ты живешь?
5. Как называется улица, на которой ты живешь?
6. Какой у тебя номер дома и квартиры?
7. Каких животных ты знаешь? Какие из них дикие и какие домашние?
8. В какое время года появляются и в какое время года опадают листья с деревьев?
9. Как называется то время, когда ты просыпаешься, обедаешь и готовишься ко сну?
10. Назови предметы одежды и столовые приборы, которыми ты пользуешься.

***10 баллов - ваш ребенок полностью психологически готов к обучению в школе. Количество баллов менее 10 говорит о слишком малом запасе бытовых знаний, необходимом для успешного начала учебной деятельности.***

# Диагностика готовности

## **Пространственные и временные понятия**

### **Ориентация в пространстве:**

1. Попросите ребенка показать вам правую руку, взять левой рукой правое ухо.
2. Дайте ребенку задание:
  - «Положи книгу на стол».
  - «Положи тетрадь под книгу, на книгу ручку».
  - «Где находится тетрадь по отношению к столу?»
  - «Где находится книга по отношению к ручке?»

### **Временные представления:**

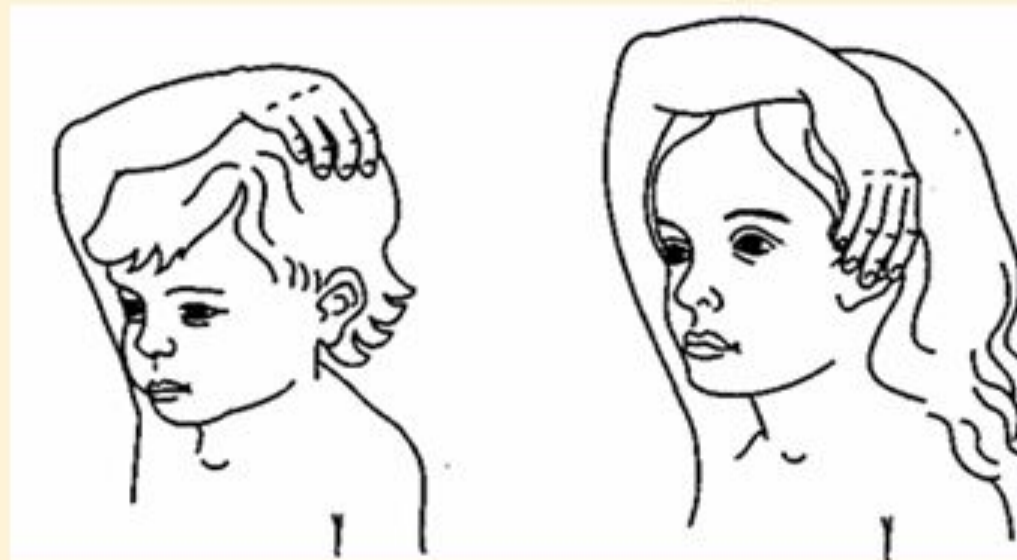
1. Какое сейчас время года?
2. А что будет потом?
3. А до него что было?
4. Назови сегодняшний день недели.
5. Сколько дней в неделе? Месяцев в году?
6. Назови дни недели. Назови месяцы.
7. Перечисли время суток.

## Как развить мелкую мускулатуру руки ребёнка?

- Разминать пальцами тесто, глину, пластилин, мять поролоновые шарики, губку.
- Катать по очереди каждым пальцем мелкие бусинки, камешки, шарики.
- Хлопать в ладоши тихо, громко, в разном темпе.
- Нанизывать бусинки, пуговицы на нитки.
- Завязывать узлы на толстой и тонкой веревках и шнурках.
- Штриховать, рисовать, раскрашивать карандашом, мелом, красками, ручкой и т.д.
- Резать ножницами.
- Конструировать из бумаги (оригами), шить, вышивать, вязать.
- Делать пальчиковую гимнастику.
- Рисовать узоры по клеточкам в тетради.
- Заниматься на домашнем стадионе и снарядах, где требуется захват пальцами (кольца, перекладина и другие).

**Физиологическая готовность**  
**к школе**

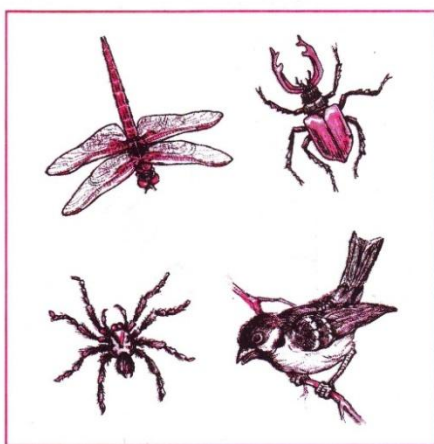
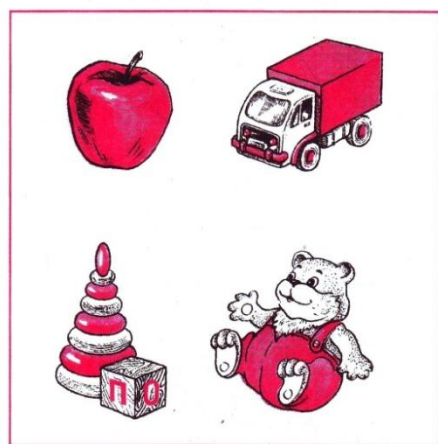
**Филиппинский тест**



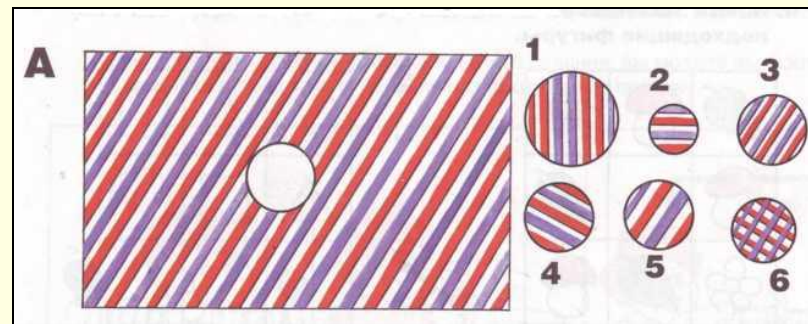
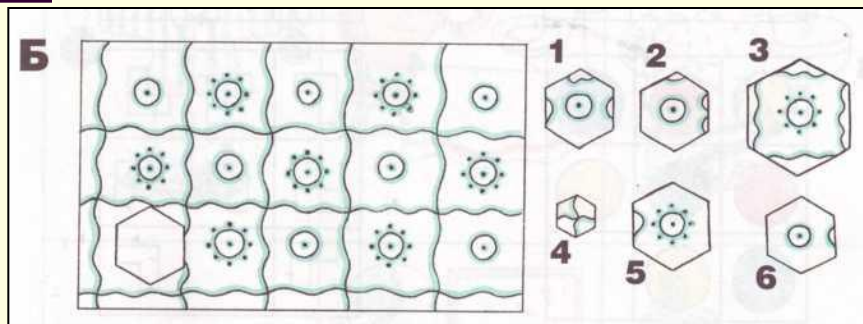
# Диагностика готовности Мышление

Спросите, какой предмет из четырех – лишний.

Попросите ребенка оставшиеся назвать одним словом.



Подбери коврику нужную заплатку:





ЖЕЛАЮ УДАЧИ В ВОСПИТАНИИ ДЕТЕЙ!

