

*Адаптация
первоклассников
к школе*



*«Быть готовым к школе уже сегодня
не значит уметь писать, читать, считать.
Быть готовым к школе – значит
быть готовым всему этому научиться.»*



Леонид Абрамович Венгер
(российский психолог, исследователь
умственного развития дошкольников)

«Важнейшей задачей современной системы образования является формирование универсальных учебных действий, обеспечивающих школьникам умение учиться, способность к саморазвитию и самосовершенствованию. Всё это достигается путём сознательного, активного присвоения учащимися социального опыта».



Первый класс школы – один из наиболее важных и трудных периодов в жизни ребёнка.

Начало школьной жизни меняет весь образ бытия ребёнка.

Теперь ребёнок должен каждый день ходить в школу, соблюдать режим дня, трудиться, следовать правилам школьной жизни и выполнять требования учителя.

Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её новым требованиям, существует у всех первоклассников.



Что же такое «адаптация»?

- Адаптация – это естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям.



Физиологические условия адаптации

- **«физиологическая буря» или «острая адаптация»** - первые 2-3 недели. Это самое тяжелое время для ребёнка;
- **неустойчивое приспособление.** В этот период организм ребёнка находит оптимальные варианты реакции на новые условия;
- **относительно – устойчивое приспособление.** В этот период организм находит подходящие варианты реакции на новые условия.

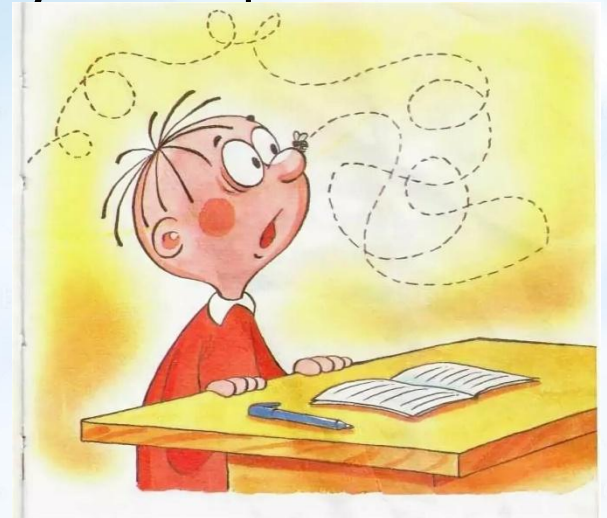
В эти периоды у ребёнка можно наблюдать признаки утомления: снижение артериального давления, головную боль, усталость. В возрасте 7-9 лет (очередной возрастной кризис) происходят существенные изменения в организме ребёнка: быстрая прибавка в весе, изменения в работе сердечно-сосудистой, нервной, дыхательной и других систем. Практически здоровые дети подвержены риску частых заболеваний.

Социально – психологические условия адаптации

- развитие высших психических функций (памяти, внимания, мышления, речи, мелкой моторики);
- развитие коммуникативной сферы (навыки общения и взаимодействия с детьми, взрослыми);
- саморегуляция и произвольность (умение слышать, слушать и выполнять данную ребёнку простую инструкцию, выполнять задания по образцу, готовой схеме);
- умение вести себя в соответствии с общепринятой нормой поведения.

Условия безболезненной адаптации ребёнка к школе

- помощь, поддержка и забота родителей;
- комфортная для ребёнка обстановка в семье;
- активное участие родителей в процессе обучения;
- внимательное отношение к здоровью своего ребёнка;
- соблюдение режима дня;
- избегание критики в присутствии ребёнка школьной программы, взаимоотношений с окружающими.

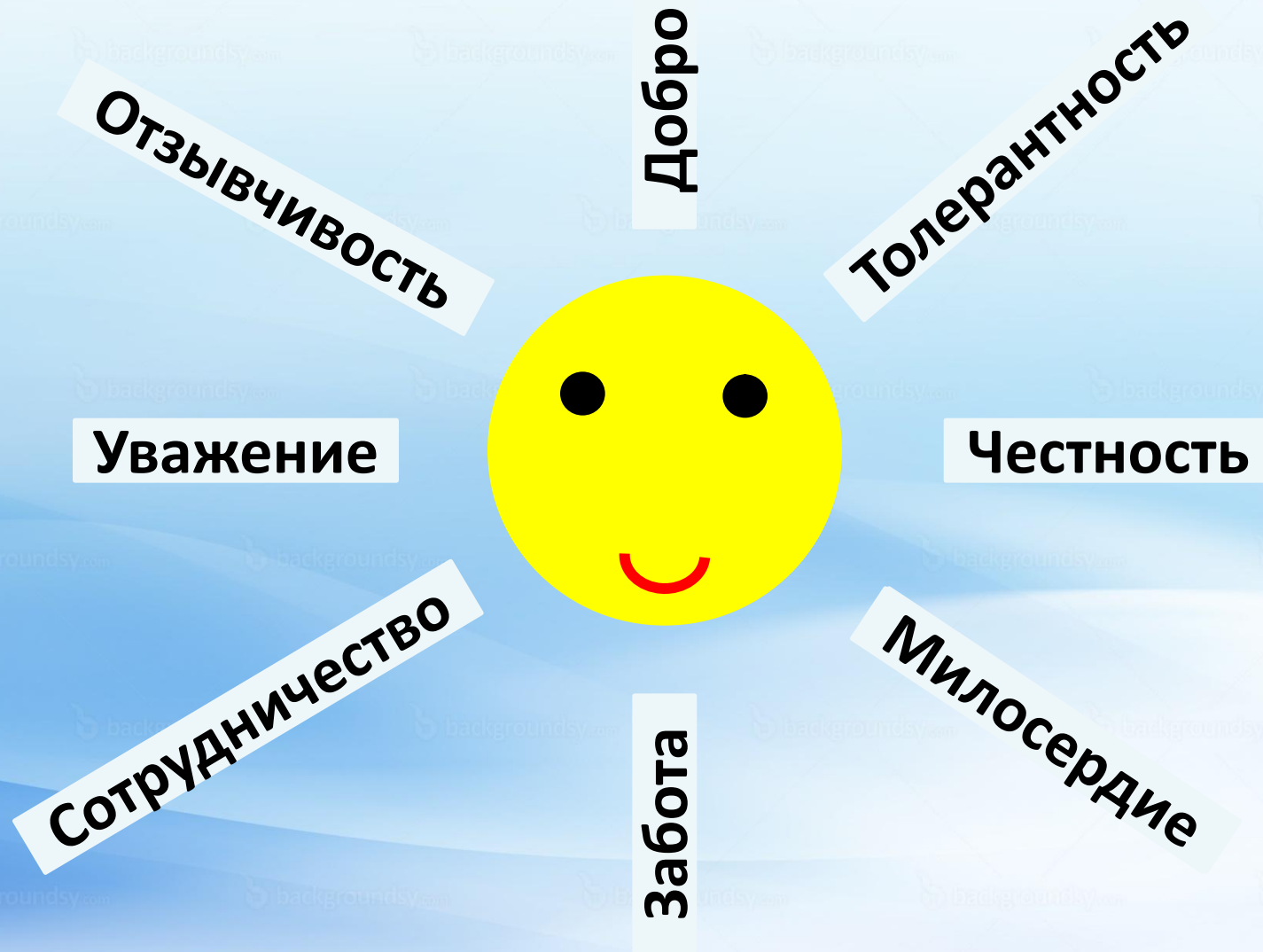


Важно помнить, что школа – это не только место получения знаний, но, прежде всего, место, где ребёнок живёт полноценной жизнью: строит взаимоотношения со сверстниками и учителями, получает опыт поведения в различных ситуациях, приобретает новых друзей и многое другое.

Важно эмоционально поддержать ребёнка в этих вопросах, сохранять доверительные отношения, помочь ребёнку подружиться со школой.



Система взаимоотношений детей в классе



Самым важным признаком того, что ребёнок полностью освоился в школьной среде, является:

- удовлетворённость межличностными отношениями с одноклассниками и учителем;
- процессом обучения;
- желанием самостоятельно выполнять учебные задания;
- **отсутствие неуверенности.**

Рекомендации родителям

- составьте вместе с ребёнком распорядок дня, следите за его соблюдением;
- выберите безопасный маршрут в школу и обратно домой;
- обсудите с ребёнком школьные правила;
- поддержите в ребёнке его стремление стать школьником;
- никогда не сравнивайте ребёнка с другими детьми;
- спокойно и уверенно преодолевайте возникающие трудности;
- поддержите первоклассника в его желании добиться успеха;
- при необходимости обращайтесь за советом к учителю;
- спланируйте внеурочную занятость ребёнка.

**Ребенок – самая большая ценность в нашей
жизни.**

Ребенок-это любовь, ставшая зримой.

Давайте стремиться понять и узнать его.

Давайте придерживаться наиболее прогрессивных методов
воспитания.

Давайте просто любить....

