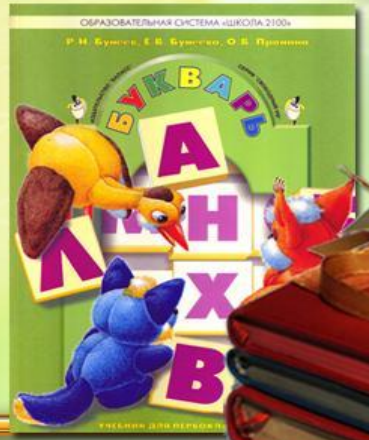
# Адаптация как мера сохранения здоровья первоклассников

Охотникова Т.А.

2018 г.

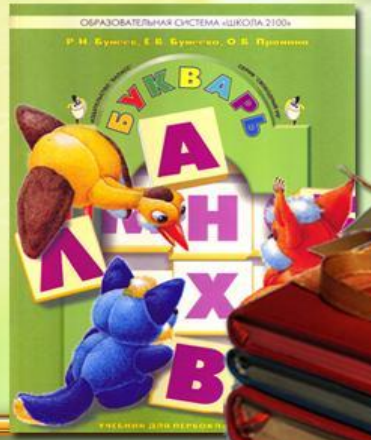



pedsovet.su

# Что такое адаптация первоклассника?

*«Адаптация» - прилаживание, приспособление.*

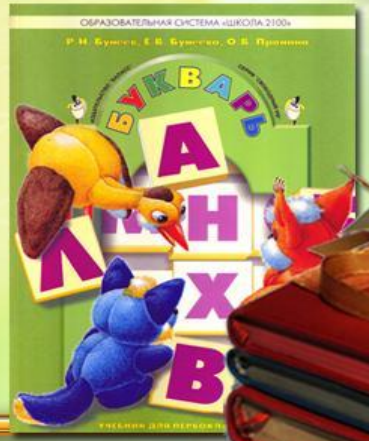
*Адаптация – перестройка организма, направленная на приспособление к новым условиям.*




pedsovet.su

# Цель адаптационного периода

***Создание психолого – педагогических условий, обеспечивающих благоприятное течение адаптации первоклассников к школьному обучению.***

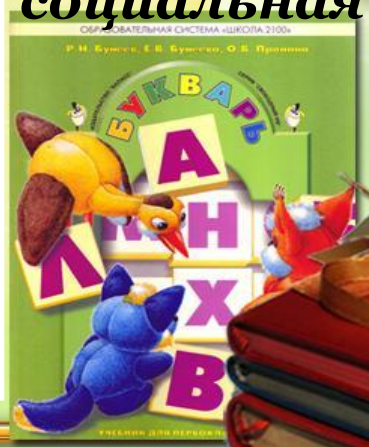


pedsovet.su

# Виды адаптации

***физиологическая***

***социальная***



***психологическая***

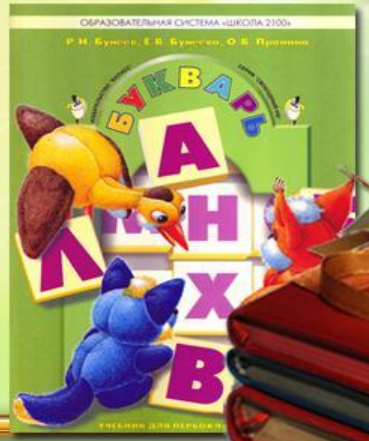
pedsovet.su

# Физиологическая адаптация

- *Дети тратят значительную часть ресурсов своего организма. Это объясняет тот факт, что в сентябре многие первоклассники болеют.*

- *Неустойчивое приспособление.*

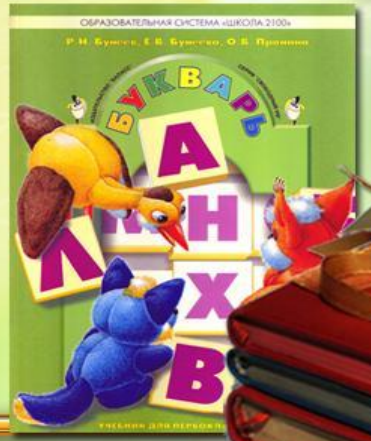
- *Период относительно устойчивого приспособления.*




pedsovet.su

# Социальная адаптация

***Социальная адаптация представляет собой процесс активного приспособления, в отличии от физиологической адаптации, которая происходит как бы автоматически. Изменяется социальный статус бывшего малыша - появляется новая социальная роль "ученик". Можно считать это рождением социального "Я" ребенка.***




pedsovet.su

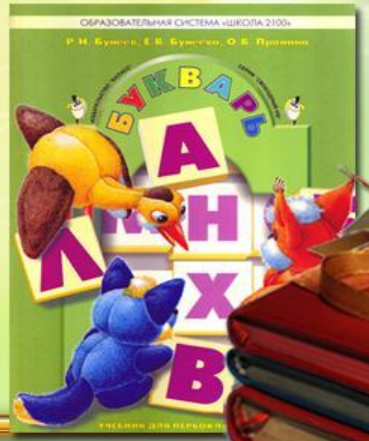
# Психологическая адаптация

***Интеллектуальное развитие ребенка, его развившаяся способность к обобщению влекут за собой и обобщение переживаний. Таким образом, цепь неудач (в учебе, в общении) может привести к формированию устойчивого комплекса неполноценности. Такое "приобретение" в 6-7 лет самым негативным образом влияет на развитие самооценки ребенка, уровня его притязаний.***

pedsovet.su

**Условно по степени адаптации всех детей можно разделить на три группы:**

- *Лёгкая адаптация*
- *Адаптация средней тяжести*
- *Тяжёлая адаптация*




pedsovet.su

# 1 А и 1 Б классы

pedsovet.su

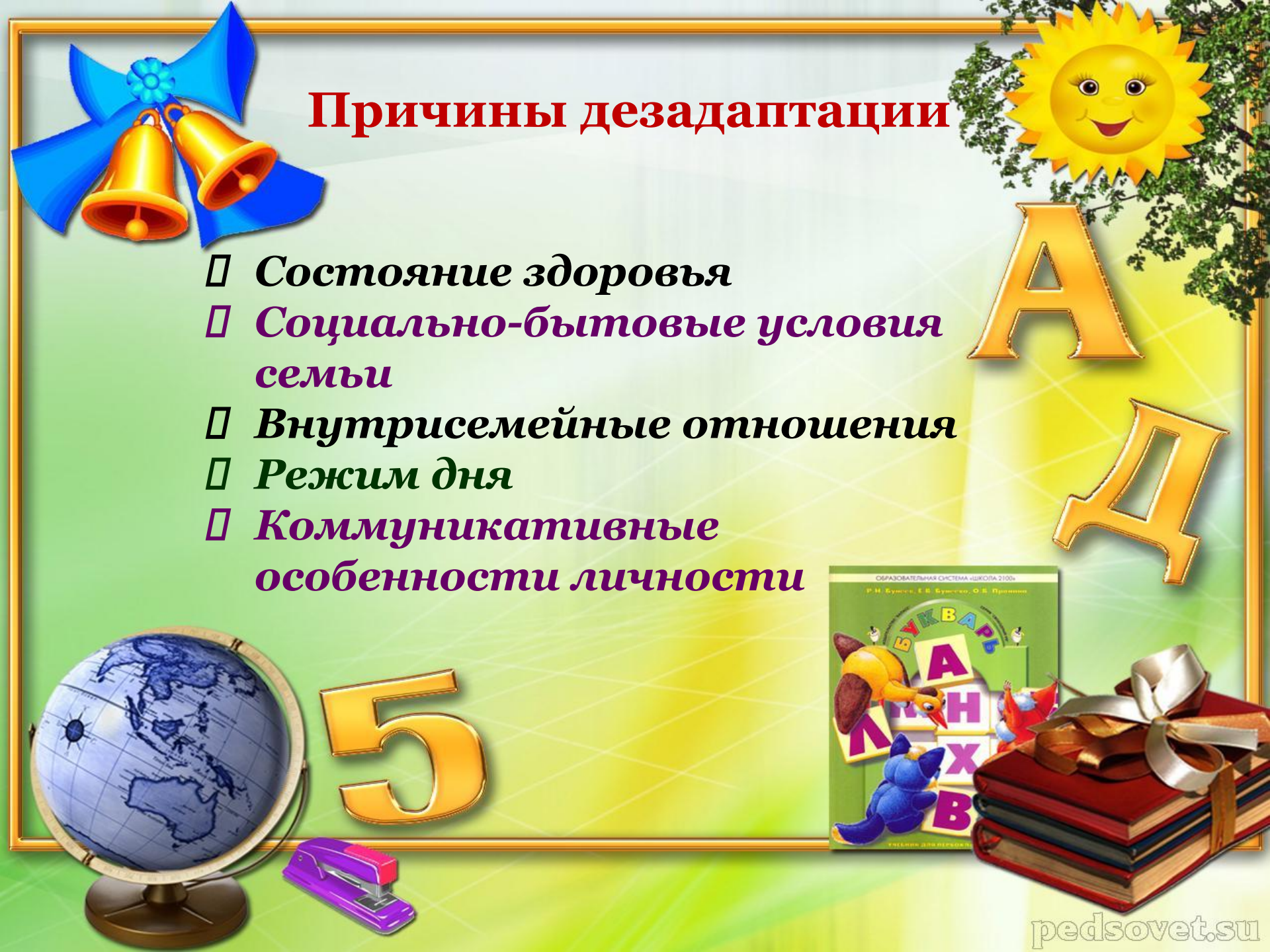
# Критерии благополучной адаптации

- положительное отношение к школе адекватно воспринимает требования учителя
- прилежно выполняет задания без внешнего контроля
- проявляет самостоятельность
- имеет хороший статус в коллективе
- отсутствие выраженных отрицательных изменений показателей состояния здоровья
- хорошее усвоение программного материала

pedsovet.su

# Причины дезадаптации

- *Состояние здоровья*
- *Социально-бытовые условия семьи*
- *Внутрисемейные отношения*
- *Режим дня*
- *Коммуникативные особенности личности*




pedsovet.su

# Как помочь ребенку?

1) *Проведение утренней гимнастики*

2) *Организация подвижных игр на перемене*

3) *Систематическое проведение физминуток*

4) *Смена деятельности на уроке*

5) *Организация разнообразных форм работы (групповая, парная, фронтальная, индивидуальная)*

pedsovet.su

6) *Использование разнообразных типов уроков (урок-сказка, экскурсия, путешествие, игра, театрализация)*

7) *Соблюдение режима проветривания классной комнаты*

8) *Привитие гигиенических норм поведения*

9) *Релаксация (прослушивание спокойных музыкальных произведений, хоровое пение детских и фольклорных песен)*

10) *Рефлексия ( формирование самооценки ребенка )*

11) *Выстраивание позитивных взаимоотношений (похвала, ориентируем на успех)*

pedsovet.su

- *Для обучающихся 1 классов занятия проводятся только в первую смену, не ранее 8 часов утра, по пятидневной учебной неделе, с соблюдением ступенчатого режима (в первой четверти – три урока по 35 минут; во второй четверти – четыре урока по 35 минут).*
- *Для облегчения адаптации первоклассников должен быть организован рациональный режим дня.*

pedsovet.su

# Спасибо за внимание!

pedsovet.su