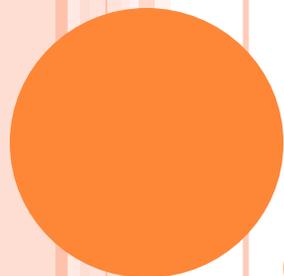


**ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ  
ПЕРВОКЛАССНИКОВ  
К ШКОЛЕ.**



Первый учебный год является непростым испытанием, как для ребенка, так и для родителей. Для ребенка это связано с переходом на новый **социальный уровень, сменой привычной среды, деятельности, а так же с кризисом 6-7 лет**





Согласно периодизации психического развития, предложенной Л.С.Выготским, центральным психологическим новообразованием дошкольного периода развития является **воображение**.

Многие авторы справедливо указывают на воображение как на основу человеческого творчества, связывают развитие воображения с общим психическим развитием ребенка, считают, что развитие **воображения** является **непременным** условием психологической подготовки детей к школе.

Таким образом, проблема «кризиса семи лет», или, другими словами, проблема психологической готовности к школьному обучению получает свою конкретизацию как проблема смены ведущих типов деятельности в данном возрастном периоде. Применительно к интересующему нас возрасту эта проблема начинает звучать как проблема перехода от сюжетно-ролевой игры к учебной деятельности.



# Для родителей это тоже трудности:

**во-первых**, именно в этот период требуется максимальное участие в жизни ребенка;

**во-вторых**, с началом обучения ребенка в школе становятся видны прошлые недоработки в воспитании и обучении;

**в-третьих**, при наличии благих намерений, но отсутствии психологически грамотного подхода, сами родители нередко становятся виновниками школьных стрессов у детей.



**Адаптация к школе** — это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему. Его составляющими являются **физиологическая** адаптация и **социально-психологическая адаптация** (к учителям и их требованиям, к одноклассникам).



## Физиологическая адаптация

Привыкая к новым условиям и требованиям, организм ребенка проходит через несколько этапов: первые 2-3 недели обучения 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. Далее — неустойчивое приспособление. Организм ребенка находит приемлемые, близкие к оптимальным варианты реакций на новые условия. После этого наступает период относительно устойчивого приспособления. Организм реагирует на нагрузки с меньшим напряжением.

## **Социально-психологическая адаптация**

Наблюдение за первоклассниками показало, что их социально-психологическая адаптация к школе проходит по-разному.

Условно по степени адаптации всех детей можно разделить на три группы.





**Первая группа** детей адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро осваиваются в новом коллективе, находят друзей, у них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, приветливы, хорошо общаются со сверстниками, с желанием и без видимого напряжения выполняют школьные обязанности.





**Вторая группа** детей проходит более длительную адаптацию, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, одноклассниками — они могут играть на уроках или выяснять отношения с товарищем, не реагируют на замечания учителя или их реакция — слезы, обиды. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы. Лишь к концу первого полу-годия реакции этих учеников становятся адекватными требованиям школы и учителя.





**Третья группа** — дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями: отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Часто они не осваивают учебную программу, для них характерны трудности в обучении письму, чтению, счёту и т.п. Именно на таких детей жалуются учителя, одноклассники, родители: они нередко "третируют детей", "мешают работать на уроке", их реакции непредсказуемы. Проблемы, накапливаясь, становятся комплексными.



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



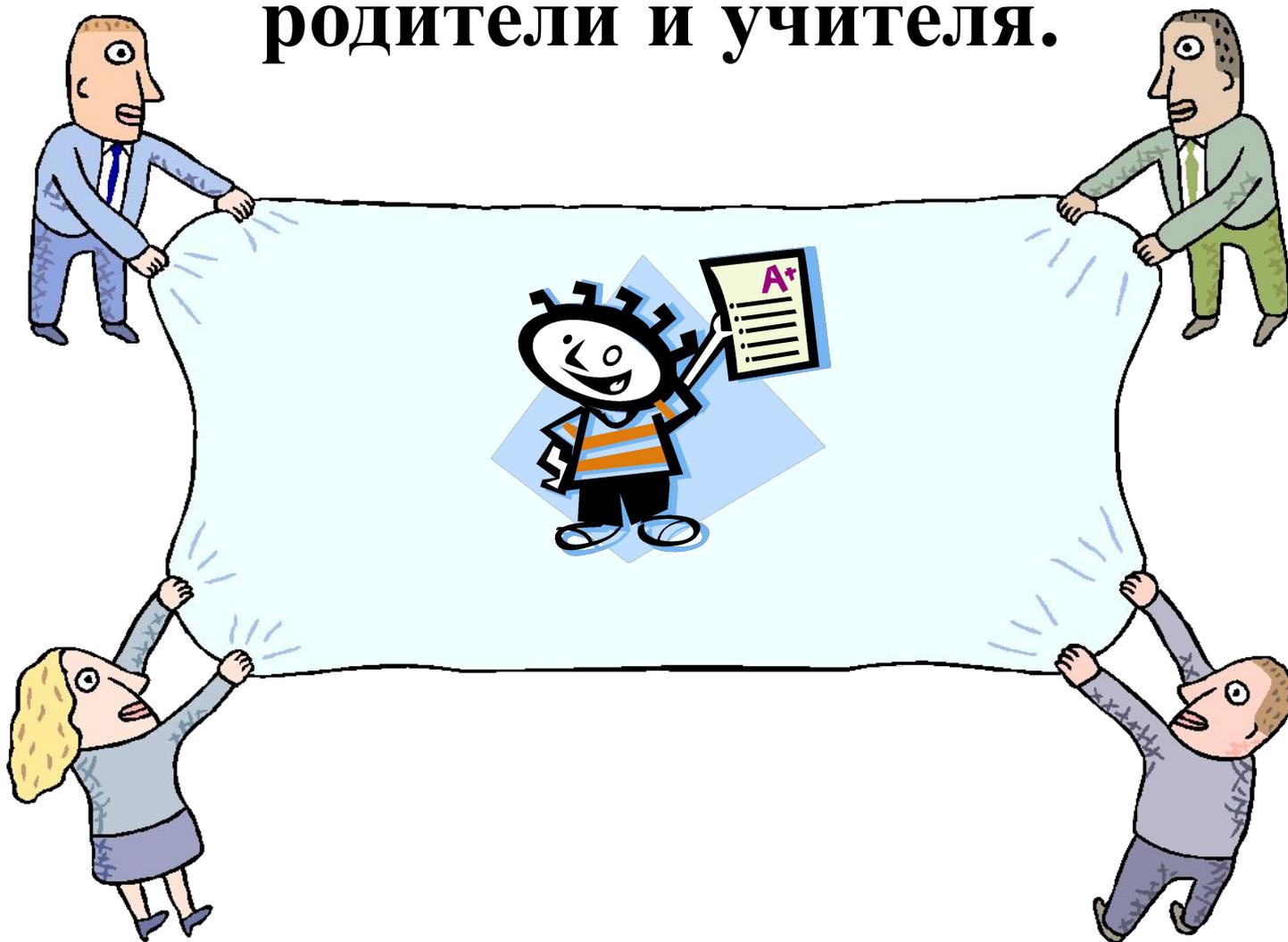


## **Основные показатели благоприятной социально-психологической адаптации ребенка:**

- формирование адекватного поведения;
- установление контактов с обучающимися и учителем;
- овладение навыками учебной деятельности.



# Восемь страшных ошибок воспитания, которые совершают родители и учителя.



**Ошибка №1.**

**Ошибка №2. Принуждение**

**Ошибка №3. Устыжение  
Наказание**

**Ошибка №4. Угрозы**

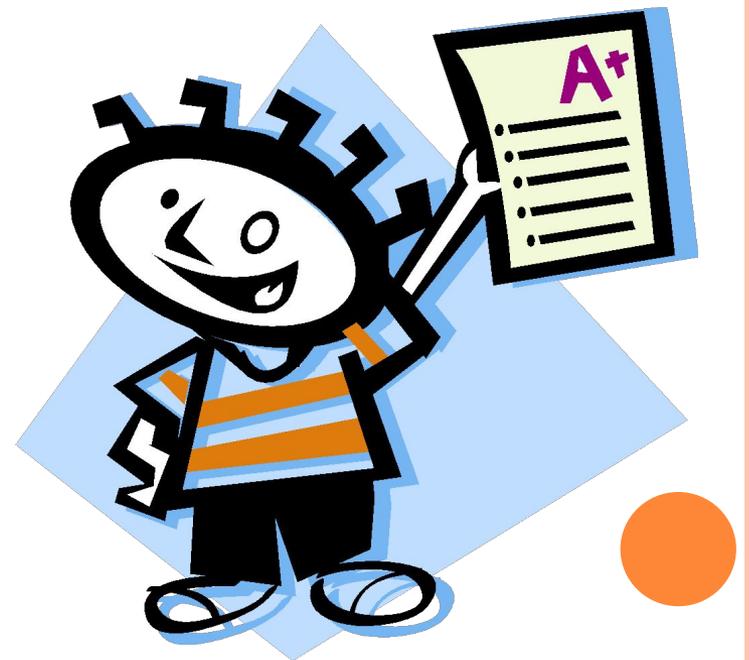
**Ошибка №5.**

**Ошибка №6. Критика  
Унижения,**

**Ошибка №7. Ругательство**

**Ошибка №8. Похвала**

**Игнорирование**



## Рекомендации учителям по адаптации первоклассников:

1. Обеспечить оптимальный процесс физиологической адаптации, т.е. помнить, что длительное напряжение, утомление и переутомление могут стоить ребёнку здоровья. Т.е.:
  - обеспечить своевременную смену видов деятельности;
  - не давать задания, требующие длительного сосредоточения взгляда на одном предмете, монотонных движений;
  - отводить больше внимания и времени на практические действия с предметами, работе с наглядностью;
  - использовать щадящий режим, который включает в себя прогулки, физические упражнения для поднятия мышечного тонуса.
2. Следует позаботиться об отборе и использовании на уроках специальных упражнений, помогающих детям быстрее войти в непривычный для них мир школьной жизни, освоить новую социальную позицию школьника.
3. Систематически проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими трудности в адаптации.
4. Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении (если такие есть в классе): леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы и т.п.
5. Необходимо помнить, что процесс адаптации ребенка во многом зависит от обстановки в классе, от того, насколько интересно, комфортно, безопасно чувствует себя ребенок во время уроков, в ситуациях взаимодействия с учителем и одноклассниками.
6. Используя игровые психологические методики, учитель может создать в классе атмосферу доброжелательности и конструктивного взаимодействия, позволяющую детям ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с другом, подружиться.
7. Включить детей, занимающих низкое статусное положение в группе сверстников, в общественно значимую деятельность, повышая их авторитет и самооценку.
8. Помогать детям организовать свою деятельность, повторять последовательность действий из урока в урок. Просить повторить задание самых невнимательных учеников, но не в качестве наказания.
9. Поощряйте детей задавать вопросы, если им что-то непонятно. Снисходительно относитесь к тому, что первоклашки склонны спросить одно и то же несколько раз.
10. Организуйте личное общение с каждым учеником своего класса, будьте в курсе их радостей и переживаний.
11. *Помнить, что шестилетка – это маленький человек в зоне перехода, весь устремлённый в будущее, который имеет право на счастье и уважение своего сложного внутреннего мира со стороны взрослых.*

## **Советы родителям первоклассника в период адаптации к школе.**

Уважаемые родители, ваш ребенок делает первые шаги в обучении в школе, что и радует и одновременно волнует вас и ваши семьи.

Надеюсь, что данная информация будет для вас интересной, а, главное, полезной в понимании важности первых дней пребывания ребенка в школе.

Верю, что это поможет вам самим обрести уверенность, а, значит, и передаст уверенность в своих силах вашим детям. С уважением Н.С.

Период адаптации ребенка в школе очень важен для первоклассника и его родителей.

Он может длиться от 2-3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, характера взаимоотношений с окружающими, а также степени подготовленности ребенка к школьной жизни.

Немаловажным фактором является и поддержка взрослых – мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

