

Как помочь ребенку в процессе адаптации к школе

- Любите ребенка таким, какой он есть. Гордитесь им, оценивайте его поступки. Никогда не сравнивайте ребенка и его достижения с другими детьми.
- Старайтесь терпеливо отвечать на его вопросы.
- Старайтесь каждый день найти время поговорить с ребенком о его школьных делах.
- Не «давите» на него, не добивайтесь успеха любой ценой (насилие, принуждение), это разрушит его личность. Признавайте права ребенка на ошибки.
- Помните: каждому ребенку важно иметь копилку счастливых воспоминаний, старайтесь сделать его вхождение в школьную жизнь приятным и интересным.
- Поддерживайте его самооценку, ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- Хотя бы иногда ставьте себя на место своего ребенка, Вам будет понятно, что справедливо и несправедливо по отношению к ребенку с его позиции.



Педагог-психолог

Орлова Елена Сергеевна

 с. Новоселово, ул. Октябрьская, д. 1А, пом.2

 +7 (39147) 99-0-73

 <http://центрприморский525.рф>



Родителям первоклассников



Адаптация к школе - это процесс физического и психологического привыкания ребенка к новым социальным условиям в рамках учебного учреждения и переход к систематическому школьному обучению.

Первый год обучения - один из наиболее сложных и ответственных моментов в жизни детей.

Процесс адаптации первоклассников к школе может длиться от двух недель до нескольких месяцев, а возможно и весь первый класс.

Если в семье поддерживается комфортный и дружелюбный климат, выслушивают ребенка, учитывают его мнение и поддерживают – адаптация первоклассника пройдет легче и быстрее.



Трудности адаптации ребенка к школе

- Неуспеваемость по предметам.
- Избегание деятельности, уход в себя. Ребенок полностью погружается в свои мысли на уроках: отвечает невпопад, отказывается работать, не слышит учителя. На переменах не проявляет активности.
- Игнорирование правил поведения. Плохое поведение ребенка - это действенный способ привлечь на себя внимание.
- Лень. Во время психологической адаптации это явление может проявляться особенно остро. Лень не только влияет на успехи ребенка, но и снижает интерес к школьной жизни в целом.

5 правил для успешной адаптации:

- Чаще хвалите ребенка, подчеркивайте его успехи, помогайте справиться с неудачами.
- Организуйте первокласснику распорядок дня.
- Следите за нагрузкой, не допускайте переутомлений.
- Помогите первокласснику организовать рабочее место.
- Помогите ребенку в выполнении домашнего задания (при этом определите границы помощи и постепенно уменьшайте ее).



Признаки успешной адаптации первоклассника:

- Ребенку нравится в школе, он идет туда с удовольствием, рассказывает о своих успехах и неудачах.
- Не слишком устает: ребенок активен, жизнерадостен, любопытен, редко болеет.
- Самостоятельно собирается в школу (одевается, собирает учебники, тетради, сменную обувь).
- Ребенок воспринимает требования учителя, легко усваивает новый учебный материал.

Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями с одноклассниками и учителем. В этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес.

