

Семейное Ресурсное Объединение «Взаимодействие»

02.09.2023 год



*«В ПЕРВЫЙ РАЗ-
В ПЕРВЫЙ КЛАСС!»*

*АДАПТАЦИЯ
ПЕРВОКЛАССНИКОВ
К ШКОЛЕ*

СПЕЦИАЛИСТЫ ГКОУ СКОШИ №31 ГОРОД МОСКВА

**АДАПТАЦИЯ –
ПРИСПОСОБЛЕНИЕ ОРГАНИЗМА К
НОВЫМ УСЛОВИЯМ.
ОТ АДАПТАЦИИ ЗАВИСИТ УСПЕШНОСТЬ
ОВЛАДЕНИЯ УЧЕБНОЙ
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬЮ,
КОМФОРТНОСТЬ ПРЕБЫВАНИЯ В
ШКОЛЕ, ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА, ЕГО
ОТНОШЕНИЕ К ШКОЛЕ И УЧЕНИЮ.**



АДАПТАЦИЯ



Адаптация



Физиологическая
(состояние
здоровья)

Психологическая

Социальная
(взаимоотношения
с окружающими,
отношение к
самому себе)

АДАПТАЦИЯ

УРОВНИ АДАПТАЦИИ



- **Высокий уровень адаптации.**
 - первоклассник положительно относится к школе;
 - требования воспринимает адекватно;
 - учебный материал усваивает легко, глубоко и полно;
 - решает усложненные задачи;
 - прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя;
 - выполняет поручения без лишнего контроля;
 - проявляет большой интерес к самостоятельной работе;
 - готовится ко всем урокам;
 - занимает в классе благоприятное статусное положение.



АДАПТАЦИЯ



- **Средний уровень адаптации.**
 - первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний;
 - понимает учебный материал, если учитель излагает его подробно и наглядно;
 - усваивает основное содержание учебных программ;
 - самостоятельно решает типовые задачи;
 - бывает сосредоточен только тогда, когда занят чем-то для него интересным;
 - общественные поручения выполняет добросовестно;
 - дружит со многими одноклассниками.

АДАПТАЦИЯ



- **Низкий уровень адаптации.**
 - первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе, нередко жалобы на нездоровье;
 - доминирует подавленное настроение;
 - наблюдаются нарушения дисциплины;
 - объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно, самостоятельная работа с учебником затруднена;
 - при выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса;
 - к урокам готовится нерегулярно, ему необходим постоянный контроль, систематические напоминания и побуждения со стороны учителя и родителей;
 - сохраняет работоспособность и внимание при удлинённых паузах для отдыха;
 - близких друзей не имеет, знает по именам и фамилиям лишь часть одноклассников.

ГРУППЫ ДЕТЕЙ ПО СТЕПЕНИ АДАПТИРОВАННОСТИ

- ❑ **I группа** – адаптация в первые два месяца
- ❑ **II группа** – адаптация в течение первого полугодия
- ❑ **III группа** – адаптация в течение первого года обучения



ДОШКОЛЬНИКИ



Беспечность,
беззаботность,
погруженность в игру,
наивность



ПЕРВОКЛАССНИКИ



Соблюдение режима дня,
подчинение нормам и
правилам школьной
жизни



ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



- Нормы и правила школьной жизни порой идут вразрез с желаниями ребенка.
- 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.
- 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.
- Особую роль в жизни школьника играет учитель, который выступает как центр его жизни.

ОСОБЕННОСТИ СОВРЕМЕННОГО ПЕРВОКЛАССНИКА :

- У детей **большие различия** паспортного и физиологического развития.
- 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. И как следствие - дети приходят в школу не обладая навыками общения со сверстниками, плохо понимают, как себя вести, какие существуют нормы поведения в обществе.



Адаптация позволяет оптимально «вписаться» в школьную среду:

- Согласование своих «хочу» и «надо».
- Умение выполнять задание самостоятельно.
- Умение следовать школьным правилам.
- Умение налаживать и поддерживать дружеские связи с детьми.
- Понимание того обстоятельства, что учеба в школе – это их «работа», что ученик – это социально значимая роль.





Трудности адаптации
первоклассников в
школе.

Причины дезадаптации

- Стили воспитания ребенка в семье.
- Несформированность внутренней позиции школьника.
- Отсутствие мотивации или ее слабое развитие.
- Слабая подготовка к школе.
- Усталость, переутомление.
- Слишком высокая тревожность.
- Коммуникативные особенности.



НАЧАЛО ОБУЧЕНИЯ В ШКОЛЕ НЕ РЕДКО СОВПАДАЕТ С ВОЗРАСТНЫМ КРИЗИСОМ

ПРИЗНАКИ ВОЗРАСТНОГО КРИЗИСА 7 ЛЕТ

- Повышенная утомляемость.
- Раздражительность.
- Перепады настроения.
- Изменения в работе сердечно-сосудистой, нервной и др. систем.
- Изменения в характере (упрямство, непокорность).
- Изменения в самооценке.



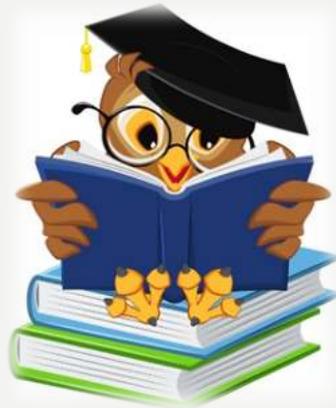


Родителям

Как поддержать и развить

внутреннюю позицию школьника

- Формирование положительного отношения к школе.
- Не обижаться, не упрекать ребенка в том, что он больше ценит мнение учителя, чем родительское.
- Не формируйте у ребенка сверх завышенных ожиданий о себе как об ученике.



**Советы
родителям
первоклассников**

Как поддержать и развить школьную мотивацию

- Поддерживать ребенка; говорить с ним о важности обучения.
- Создание общей атмосферы в семье, которая настраивает ученика на положительные эмоции по отношению к учебе в школе.
- Очень действен прием, когда родитель сравнивает успехи ученика не с успехами других, а с его прежними результатами.
- Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.



Способы преодоления тревожности



- Не сравнивайте ребенка с окружающими.
- Доверяйте ребенку.
- Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.
- Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
- Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
- Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких причин того, что разрешали раньше.
- Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.
- Используйте наказание лишь в крайних случаях.
- Не унижайте ребенка, наказывая его.
- Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых людей.

**Например, нельзя говорить ребенку:
«Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!»**

Не рекомендуемые фразы для общения:

- Я тысячу раз говорил тебе, что...
- Сколько раз надо повторять...
- О чём ты только думаешь...
- Неужели тебе трудно запомнить, что...
- Ты становишься...
- Ты такой же как,...
- Отстань, некогда мне...
- Почему Лена(Настя, Вася и т.д.) такая,

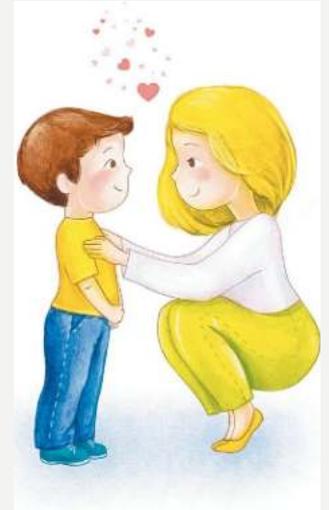


Рекомендуемые фразы для общения:

- Ты у меня умный, красивый (и т.д.).
- Как хорошо, что у меня есть ты.
- Ты у меня молодец.
- Я тебя очень люблю.
- Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.



Как прожить хотя бы один день без нервов и обид



- Будьте ребенка спокойно: проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.
- Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».
- Не торопите, умение рассчитать время -ваша задача, и если это вам плохо удастся, то вины ребенка в этом нет.
- Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо».
- Пожелайте ему удачи. У него впереди трудный день.

Как прожить хотя бы один день без нервов и обид



- Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займет много времени.
- Выслушав замечание учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка.
- После школы не торопите садиться за уроки, необходимо время для восстановления сил.

Как прожить хотя бы один день без нервов и обид

- Во время выполнения заданий не сидите «над душой», дайте возможность ребенку работать самому, но, уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («не волнуйся, все получится», «я тебе помогу»), похвала (даже если не очень получается) необходимы.
- В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...».
- Найдите (попытайтесь найти) в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.



Как прожить хотя бы один день без нервов и обид

- Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.
- Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «Ты уже большой» 7-8 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, и спокойно уснуть.
- Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п





**«Веселая и успешная
школьная жизнь» –**

**МИССИЯ:
ВЫПОЛНИМА**

