

# **Психологическая адаптация учеников 8-х классов к обучению в лицее**

**Психолог лицея  
Фомичёва Людмила  
Фёдоровна**

# Адаптация – приспособление, вхождение в процесс учебы на новом месте



## Адаптация

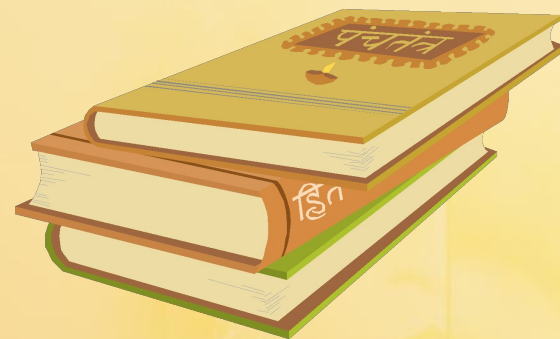
### Личностная

- ✓ Отсутствие страхов перед учителем или предметом
- ✓ Хорошие отношения с одноклассниками
- ✓ Желание учиться
- ✓ Вера в свои силы и способности

### Познавательная

- ✓ Умение самостоятельно выполнять домашние задания
- ✓ Соблюдение режима учебы и отдыха

## Признаки успешной адаптации

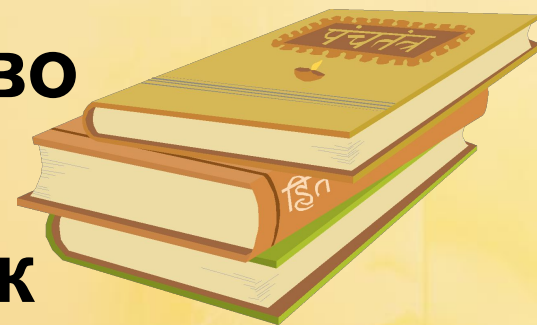


1. Удовлетворенность ученика процессом обучения
2. Ученик успешно справляется с программой
3. Ученик самостоятельно выполняет домашние задания, просит помощи лишь после попыток выполнить задание самому

## Признаки дезадаптации

1. Усталый, утомленный вид
2. Нежелание делиться своими впечатлениями о проведенном дне
3. Стремление отвлечь взрослых от разговоров об учебе, жизни в лицее
4. Нежелание выполнять домашние задания
5. Негативные характеристики в адрес лицея, учителей, одноклассников
6. Беспокойный сон
7. Трудности утреннего пробуждения, вялость
8. Жалобы на плохое самочувствие

# Личностная адаптация во многом зависит от отношения родителей к учебе



- Поощряйте упорство и проявление характера в достижении цели
- Хвалите ребенка за своевременно и качественно выполненное домашнее задание
- Демонстрируйте его достижения перед другими членами семьи, братьями и сестрами
- Замечайте не только промахи, но и малейшие успехи и достижения
- Больше времени уделяйте выслушиванию ребенка
- Не наказывайте за неудавшуюся интеллектуальную деятельность
- Не сравнивайте умения или способности ребенка с другими
- Не применяйте физические наказания
- Не наказывайте «учебой»

**Уровень тревожности по данным  
вступительного тестирования  
по всем 8-ым классам**



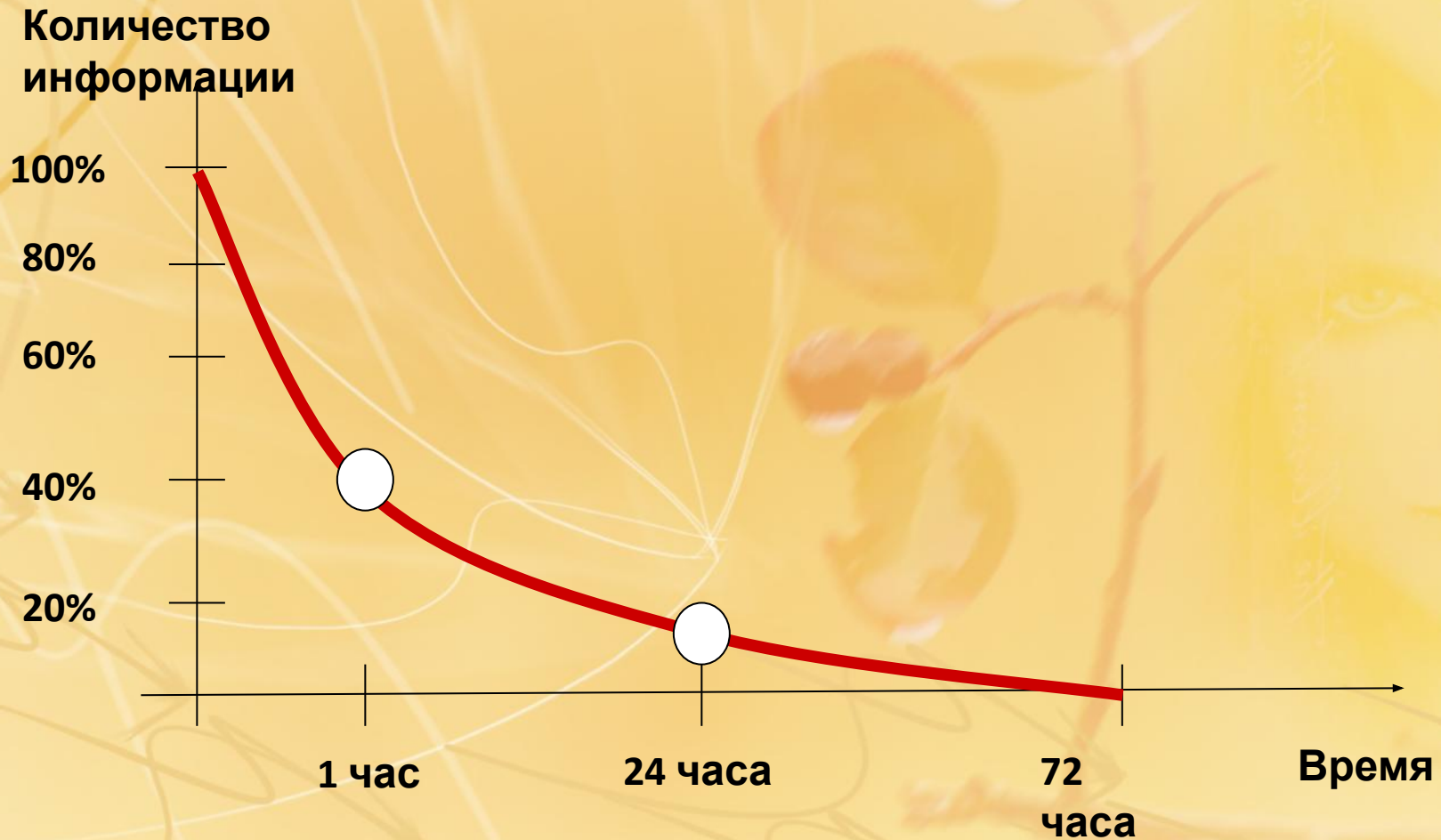
# Познавательная адаптация во многом зависит от умения ученика учиться



## *Умеет ли Ваш ребенок?*

- Ориентироваться в объеме заданий, которые ему предстоит выполнить
- Спланировать очередность (порядок) действий: что он будет делать сначала, что потом и т.д.
- Распределить время (представить, сколько приблизительно времени займет то или иное задание)
- Представить себе алгоритм действий, которые помогут ему в случае затруднения при выполнении задания
- Соблюдать гигиену труда и отдыха (чередовать нагрузки и отдых, спать не менее 8 часов и пр.)

# Особенности памяти





## График работы

Консультации проводятся в корпусе № 2 каб. 318

День приема родителей среда с 16.00. до 20.00.

Записаться на прием можно в журнале на вахте