

# Семья на пороге школьной жизни ребенка.

*Как преодолеть трудности  
адаптации первоклассника к  
школе.*

*Авторы: Кулаева Е.В. психолог.*

*Скворцова Л.А. педиатр*



# План собрания:

- Три переломных момента в школе.
- Особенности обучения в первом классе.
- Признаки успешной адаптации.
- Внешкольные мероприятия первоклассников (отдых).
- Медицинские аспекты течения адаптационного периода.
- Литература для ознакомления.

Переломные  
моменты  
в школьном  
обучении

Поступление  
ребенка  
в первый  
класс

Переход из  
начальной школы  
в среднюю  
(в пятый класс)

Переход из  
средней школы  
в старшую  
( в десятый  
класс)

## Особенности обучения в 1 классе:

- Основной вид деятельности в д\с – игровая, а в школе – учебная.
- Другой (новый) режим дня.
- Новый круг общения – одноклассники.
- Знакомство с первой учительницей.
- Повышение физических и умственных нагрузок.
- Появление личностной и школьной тревожности.

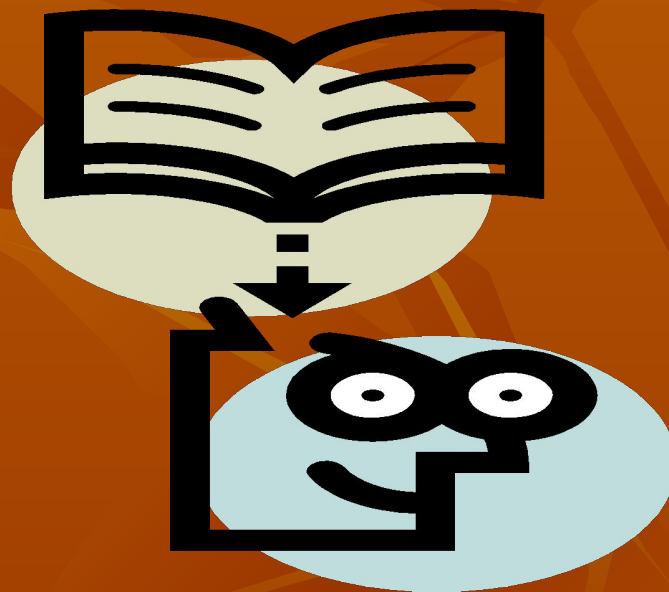
# 1 признак успешной адаптации:

- Удовлетворенность первоклассника процессом обучения



## 2 признак успешной адаптации:

- легко ли ребенок справляется с программой обучения в школе.



## 3 признак успешной адаптации:

- самостоятельность ребенка при выполнении им учебных заданий





# 4 признак успешной адаптации:

- Удовлетворен ли ребенок межличностными отношениями — с одноклассниками и учителем.



# Внешкольные мероприятия первоклассников

- 7 —11 лет — время бурного развития сферы интересов и увлечений.
- Занятия в студиях, кружках приучает к организованности, учат грамотно распоряжаться своим временем.
- Переутомление ведет к снижению успеваемости
- Соблюдение режима дня.

# На что обратить внимание:

1. Характер сна ребенка
2. Настроение первоклассника
3. Аппетит
4. Заболеваемость ребенка.

# Рекомендации врача:

- Соблюдение режима дня ( в т.ч. Выходные и каникулы)
- Прогулки на свежем воздухе, режим проветривания.
- Занятия физкультурой, игры.
- Соблюдение режима питания
- Ограничение «общения» с компьютером и телевизором.

**Вывод:**

**В благоприятном  
течении периода адаптации  
важную роль играет  
соблюдение правил  
здорового образа жизни.**

# Литература:

- Коренеева Е.Н. Ох уж эти первоклашки!
- Боно Э. Учите вашего ребенка мыслить.
- Безруких М., Ефимова С., Круглов Б.  
Почему учиться трудно?
- Хилтунен Е. Когда ребенок учит самого себя.
- Чудинова Е.В. Младшие школьники в учебной деятельности.

**Городской центр  
психолого-медико-социального  
сопровождения**

**Ул. Б. Октябрьская, д. 122.**

**Т. 21-71-93.**