

# Первые дни ребенка в школе

Проблемы адаптации

# Адаптация

- *Не только приспособление к успешному функционированию в данной среде, но и способность к дальнейшему психологическому и социальному развитию*

# Периоды адаптации (2-6 месяцев)

- 2-3 недели «Острая адаптация»
- Неустойчивое приспособление
- Относительно-устойчивое приспособление

# Основные направления работы школы с детьми в период адаптации

- Психолого-педагогическая диагностика, направленная на выявление особенностей статуса школьника
- Развивающая психологическая и педагогическая работа
- Консультативная работа с педагогами и родителями (по конкретным запросам родителей)

# Основные направления работы школы с детьми в период адаптации

- Методическая работа, направленная на совершенствование методики и модификацию содержания обучения
- Психокоррекционная работа, ориентированная на оказание помощи детям, испытывающим трудности в школьной адаптации

# Основные направления работы школы с детьми в период адаптации

- Создание социальных и педагогических школьных условий, способствующих успешной адаптации



# Симптомы адаптации

- Нарушения здоровья:
- Головные боли
- Усталость
- Нарушения сна
- Снижение аппетита
- Снижение или повышение артериального давления
- 60% детей к концу 1 четверти худеют



# Симптомы адаптации

- Изменения в поведении:
- Беспричинные слезы
- Капризы, истерики
- В школе подавляет эмоции, а дома позволяет им «прорваться» наружу.





# 8 правил для родителей



## 1. Режим дня

- В 6-7 лет сон должен составлять 10-11 часов
- Время укладывания 21.00
- Дневной сон



# 8 правил для родителей

## 2. Движение

*С началом школьной жизни у детей в два раза сокращается двигательная активность.*



- Игры на свежем воздухе
- Прогулки 3-4 часа (перед выполнением домашнего задания и перед сном)



# 8 правил для родителей



## 3. Хорошие отношения с учительницей

- «Железное правило» в начальной школе:  
«Учитель всегда прав»
- Не критикуйте действия учителя в присутствии ребенка
- Все проблемы обсуждайте с педагогом тет-а-тет

# 8 правил для родителей

## 4. Повремените с дополнительными занятиями

- Начинать занятия не менее чем через месяц
- В первый месяц не отдавайте ребенка в группу продленного дня



# 8 правил для родителей

## 5. Будьте уверены в том, что у ребенка все получится

- Уверенность родителей передается ребенку
- Чаще говорите: «Ты у меня молодец!  
Возможно будет трудно, но ты справишься!  
Мы рядом, мы поможем!»
- Позитивный настрой оптимизирует ресурсы детского организма

# 8 правил для родителей

## 6. Позвольте ребенку играть!





# 8 правил для родителей

## 7. Избегайте конфликтов!

- Первокласснику итак трудно, поэтому отложите «воспитание»



# 8 правил для родителей

## 8. *Успокойтесь сами!*

- Будете спокойны вы – будет спокойным и ребенок!

■ Ставьте себя на место ребенка, и тогда будет понятно как вести себя с ним.





A decorative border surrounds the central text, featuring a repeating pattern of colorful numbers (1-9) and symbols like a gear and a star, all rendered in a 3D, embossed style with yellow, green, and purple colors.

**Успехов в воспитании наших  
детей!**

