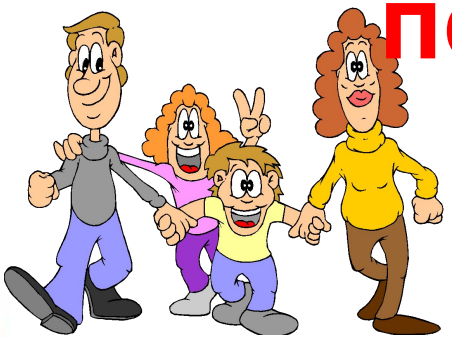
Родительское собрание:

«Трудности адаптационного периода первоклассников»



Что такое адаптация?

Адаптация-это приспособление организма к изменившимся условиям

физиологическая

психологическая

- Разный уровень подготовки детей;

- Дети не умеют строить отношения в коллективе;

- Дети отвлекаются, быстро утомляются,
-возбудимы,
впечатлительны, порой чрезмерно конфликтны;

- Неорганизованность, несобранность детей.

http://aida.ucoz

Правильно готовимся

1. Правильный режим
2. На домашнюю работу- 1-1.5 часов. Перерывы в процессе выполнения уроков.
3. Следим за осанкой
4. Рабочее место должно быть удобным для учебной деятельности

Правильно готовимся

5. Укрепление мышц руки (вырезание ножницами деталей разных размеров и изготовление из них аппликаций, оригами, раскрашивание и упражнения на штрихование, рисование в любом виде — кисточкой, мелом, карандашами, рисование на гречке, игры с мелкими деталями — пазлы, мозаика, конструктор, шнуровка, плетение косичек, вышивание, вязание, бисероплетение, лепка из пластилина..)
6. Витамины.
7. Спорт

Правильно отдыхаем

1. Прогулка-2-3.5 часов
2. Полуторачасовой дневной сон
3. Ужинать нужно за 2 часа до сна

Приучайте к самостоятельности

1. Не делайте уроки за ребёнка
2. Приучите ребенка содержать в порядке свои вещи
3. Начинайте «забывать», что ваш ребенок маленький
4. При проверке выполненного не спешите сразу все исправить

Приучайте к самостоятельности

5. Научите ребенка самостоятельно собирать портфель
6. Научите пользоваться расписанием уроков и правильно выкладывать необходимые учебники и принадлежности на столе
7. Помогите ребенку овладеть информацией, которая позволит ему не теряться

Психологическая готовность к школе

интеллектуальная

личностная
(волевая)

Основные показатели благоприятной психологической адаптации ребенка

- - формирование адекватного поведения
- - установление контакта с учащимися
- - овладение навыками учебной деятельности

за сотрудничество!