

Успешная адаптация к школе – основа психологического здоровья первоклассника



Презентация
выполнена
учителем начальных
классов МАОУ
«Бабкинская средняя
школа» Зуевой С.В.

2021



Начало школьной жизни – серьёзное испытание для большинства детей, приходящих в первый класс. Они должны привыкать к новому коллективу, к новым требованиям, к повседневным обязанностям. Особенно сложно «перестроиться» тем детям, которые ещё эмоционально не готовы к роли школьника – для них период адаптации к школе может быть травмирующим.

В 1 классе МАОУ «Бабкинская средняя школа» в рамках внеурочной деятельности реализуется коррекционно-развивающая программа, **целью которой является снижение уровня школьной тревожности и страхов у первоклассников в период адаптации к школе.**



Задачи:

- развитие эмоциональной саморегуляции;
- формирование адекватной самооценки учащихся;
- создание благоприятного психологического климата в коллективе;
- развитие навыков конструктивных коммуникаций.

Занятия строятся в доступной и интересной для детей форме. С ребятами занимается ёжик Тимка. Вместе с ними он преодолевает проблемы, радуется успехам, учится быть уверенным в себе.

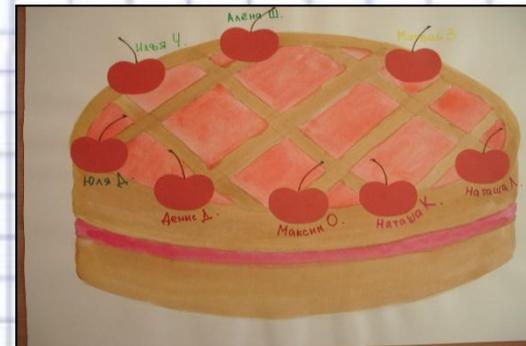




С течением времени сложилась определённая схема проведения подобных занятий. Можно выделить несколько основных частей.

Часть 1. Вводная.

Цель – установить эмоциональный контакт между детьми, создать позитивное настроение. В начале занятия проводятся игры с именами, ребята дарят воображаемые подарки и сюрпризы, просто подмигивают друг другу.





Часть 2. Работа со страхами. Эта часть состоит из нескольких этапов.

Этап 1. Рисование страха. Дети изображают страх с помощью образов, слов, красок..., придумывают ему имя, цвет, форму.

Этап 2. Знакомство с приёмами борьбы со страхом.

Этап 3. Борьба со страхом.





Часть 3. Завершающая.

**Цель – усилить «Я» ребёнка:
повысить самооценку,
уверенность в себе и своих
силах, закрепить
положительные эмоции. В
конце занятия ребята
аплодируют друг другу,
говорят комплименты,
добрые слова, пожелания...
Часто заканчивается
занятие весёлым танцем.**





Хороших результатов по программе невозможно добиться без тесного сотрудничества с родителями. На собраниях родители знакомятся с результатами диагностик, готовятся выступления по темам: «Осторожно, страхи!», «Настроение – это важно!».





Спасибо за внимание!