

**Адаптация
первокласснико
в**

Адаптация – привыкание, «вливание» человека в какую-то среду.

Дезадаптация - проблемы и трудности, возникающие у детей с обучением в школе. Эти проблемы могут быть связаны с затруднениями в учебе, конфликтами с одноклассниками, физическим дискомфортом или недомоганием, тревожностью и страхами.



Этапы адаптации:

Первый этап – ориентировочный, когда в ответ на весь комплекс воздействий, связанных с началом систематического обучения, отвечают бурной реакцией и значительным напряжением практически все системы организма.

Эта «физиологическая буря» длится довольно долго (2-3 недели).



Второй этап – неустойчивое приспособление, когда организм ищет и находит какие-то оптимальные варианты реакций на эти воздействия. “Буря” начинает стихать.

Третий этап – период относительно устойчивого приспособления, когда организм находит наиболее подходящие варианты реагирования на нагрузку, требующие меньшего напряжения всех сил.

Когда уместна тревога?

- Снижается первоначально непосредственный интерес к школе, занятиям.
- Начинает время от времени ныть, что учиться надоело (особенно в конце недели и четверти), но активно интересуется всем остальным.
- Радуетя, когда не надо делать домашнее задание.
- Время от времени хочет остаться дома, пропустить уроки.
- Иногда выражает недовольство учителем или опасения по его поводу.

Опасно

- Полное отсутствие интереса к учёбе.
- Делает уроки только «из-под палки»
- Нежелание ходить в школу и вообще учиться выражается постоянно и открыто в формах активного протеста, либо симптомами болезней (кашель, насморк, рвота, понос), которые кончаются сразу после того, как разрешат остаться дома, либо, что гораздо реже, простой симуляцией этих симптомов.
- Очень не любит или боится учителя, испытывает по отношению к нему страх, бессилие или агрессию
- Ничего не интересно, безразличен ко всему, даже играм, если они требуют хоть какого-то напряжения.
- Вялость и безынициативность, когда дело касается школы и уроков

Беспокоиться нужно тогда, когда нежелание учиться является устойчивым, выражается активно, отражает основное отношение ребёнка к школе.

Показатели адаптационных затруднений:

- Недостаточная реализация личностного потенциала;
- Слабая интегрированность ребёнка в детском коллективе – низкий статус в группе, отсутствие авторитета, неполное принятие роли ученика;
- Трудности в общении;
- Острое переживание неудач;
- Неадекватная самооценка;
- Несамостоятельность, поиск причин во вне.



Советы родителям:

- Старайтесь чтобы ребёнок дольше оставался «почемучкой». «Любознательность создаёт учёных». Объясняйте ребёнку, что бесполезных знаний нет: всякое знание приносит пользу, только одно – сегодня, другое – завтра.
- Начинайте всё делать вместе с ребёнком.
- Ставьте ребёнка в ситуацию размышления.
- Научите ребёнка анализировать свою работу.
- Развивайте внимание и память ребёнка
- Создавайте ситуацию успеха. Она удовлетворяет потребность ребёнка в самоуважении и повышении престижа.
- Не сравнивайте своего ребенка другими детьми. Оценивая результаты его деятельности, не переносите их на личность самого ребёнка.



БЛАГОДАРЮ ЗА
ВНИМАНИЕ!