

АДАПТАЦИЯ РЕБЁНКА К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ



Психолог:
Иванова
Дарья Александровна

Задачи школьного психолога

- Профилактика дезадаптации и повышение мотивации к обучению
- Помощь в разрешении конфликтов
- Раскрытие способностей и возможностей детей в обучении и общении
- Профорientация

АДАПТАЦИЯ

- приспособление (привыкание) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям.

Проблема

Готов ли ребенок
к новому этапу своей жизни:
к обучению в школе?

Составляющие адаптации

- **Физиологическая**
- **Социально-психологическая**



Физиологическая адаптация

- «Физиологическая буря».
- Неустойчивое приспособление.
- Относительно устойчивое приспособление.

Признаки физиологической дезадаптации

- К концу первой четверти дети худеют.
- Снижение артериального давления (признак утомления).
- Повышение артериального давления (признак переутомления).
- Жалобы на головную боль, усталость и др. недомогания.
- Снижение способности к саморегуляции поведения.
- Повышенная эмоциональная лабильность.
- Обострение хронических заболеваний.
- Частые простудные заболевания.

Снижение факторов физиологической дезадаптации

- отказаться от посещения группы продленного дня (большого количества кружков, секций);
- обеспечить дневной сон;
- ежедневные прогулки на свежем воздухе;
- продолжительность ночного сна примерно 11 часов;
- постоянная психологическая поддержка окружающих.

Социально-психологическая адаптация

- У ребёнка есть выраженный интерес к учению, получению знаний.
- Ребенок готов принять на себя роль ученика.
- Ребёнок может обобщить свои переживания, способен оценить будущий поступок.
- Ребенок умеет строить межличностные связи со взрослыми и со сверстниками.



Признаки успешной адаптации

- **Первокласснику в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах.**
- **Первоклассник не слишком устает.**
- **Первоклассник достаточно самостоятелен.**
- **У него появились друзья-одноклассники.**
- **На вопрос: "А может быть, лучше вернуться в детский сад?" он решительно отвечает: "Нет!"**

Признаки дезадаптации

- Посещает школу без желания.
- Сниженное настроение, плаксивость, неадекватное беспокойство, тревоги, страхи.
- Конфликты с учителями.
- Конфликтность со сверстниками.
- Пассивность в учебе, низкая успеваемость .
- Обострение хронических заболеваний.
- Частые простуды.
- Плохой сон и аппетит.

ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ



ХРОНИЧЕСКАЯ НЕУСПЕШНОСТЬ

- **Недостаточная подготовленность ребёнка к школе.**
- **Тревожность.**
- **Завышенные ожидания родителей.**

ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ

- **Уход от деятельности.**
- **Демонстративность.**
- **Вербализм.**



«Ребёнок ленится»

- сниженная потребность познавательных мотивов.
- мотивация избегания неудач, неуспеха ("и не буду делать, у меня не получится, я не умею").
- общая замедленность темпа деятельности, связанная с особенностями темперамента.
- высокая тревога как глобальная проблема неуверенности в себе, тоже иногда расценивается родителями как лень.
- лень в собственном смысле, когда ребенок делает только то, что ему приятно. Это избалованность.

Что делать?

- восстановить у ребенка положительное отношение к жизни;
- никогда не сравнивать ребенка с другими детьми;
- обеспечить любящее, открытое, доверительное общение;
- обеспечить двигательную активность ребёнка;
- организовать рациональный режим дня.

Памятка от ребенка:

- Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, то я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
- Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравниться с вами.
- Не бойтесь быть твердыми со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
- Не делайте для меня и за меня то, что я в состоянии сделать для себя сам.

Памятка от ребенка:

- Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».
- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Будучи запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
- Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить - это поколеблет мою веру в вас.
- Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойство. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!**