

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКА К ПРОЦЕССУ ОБУЧЕНИЯ.

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Значение этого периода вхождения в непривычную для детей жизненную ситуацию проявляется в том, что **от благополучности его протекания зависит не только успешность овладения учебной деятельностью, но и комфортность пребывания в школе, здоровье ребенка, его отношение к школе и учению.**

Основные показатели благоприятной адаптации ребенка (как понять, что процесс адаптации протекает нормально):

- сохранение физического, психического и социального здоровья детей;
- установление контакта с учащимися, с учителем;
- формирование адекватного поведения;
- овладение навыками учебной деятельности.

Индикатором трудности процесса адаптации к школе являются: (как понять, что процесс адаптации протекает неблагоприятно)

- негативные изменения в поведении ребенка: это может быть чрезмерное возбуждение, даже агрессивность или, наоборот, заторможенность, депрессивность. Может возникнуть чувство страха, нежелание идти в школу и т.д.
- При неблагоприятном течении адаптации у детей замедляется рост, падает масса тела. Острая заболеваемость первоклассников в этот период может в 2 раза превышать величину этого показателя у более старших школьников.

Длительность процесс адаптации первоклассников:

Исследования специалистов показали, что социально-психологическая адаптация детей к школе проходит по-разному. Большинство детей (56%) адаптируются в течение первых двух месяцев обучения (6-8 недель), вторая группа (30%) имеет более длительный период адаптации, третья группа (14%) - дети, у которых период начала обучения в школе связан со значительными трудностями.

Факторы, влияющие на протекание процесса адаптации:

- адекватная оценка своего положения ребенком
- правильные методы воспитания в семье
- наличие/отсутствие в семье конфликтных ситуаций

- статус в группе сверстников

Психологические особенности возраста:

«Кризис 7 лет» - рождение социального «Я» ребенка:

- если в этот период ребенка преследует цепь неудач – формируется комплекс неполноценности, достаточно устойчивый
- если ребенок испытывает чувство успеха – формируется комплекс собственной значимости.

Ведущей деятельностью в младшем школьном возрасте становится учеба:

- новая социальная роль – ученик. Нужно объяснять школьные правила.

Формируется «внутренняя позиция школьника», которая помогает ребенку выполнять новые обязанности, переносить неприятности.

В этот период родителям важно:

- укреплять эту позицию;
- серьезно относиться к школьной жизни ребенка;
- уделять внимание его успехам и неудачам,
- терпение;
- обязательное поощрение стараний и усилий;
- эмоционально поддерживать своего первоклассника, что помогает ребенку почувствовать значимость своей деятельности, способствует повышению его самооценки и уверенности в себе.

Самый значимый человек в этот период – учитель.

- Не должно быть ревности, обсуждений учителя и его действий.

Важно: развитие мелкой моторики рук.

Важно: соблюдение режима дня и отдыха ребенка.