

Скоро в школу

Матина О.М.
Педагог-психолог



Первые трудности или адаптация к школе.

Начало школьного обучения – сложный и важный этап в жизни любого ребёнка.

Адаптация ребёнка к школе — это сложный путь физического и психологического приспособления к незнакомой обстановке, привыкания к школьной жизни, освоения учебной деятельности. В среднем привыкание ребёнка к школе имеет продолжительность от 3 месяцев до полутора лет.

Условия социально - психологической адаптации ребёнка к школе.

Меняется социальная позиция ребёнка: из дошкольника он превращается в ученика. Смена игровой деятельности на учебную.

Меняется статус: «Я уже ученик!», готовность к выполнению стоящих перед ним задач помогают ребёнку принять требования учителя, касающиеся его поведения, отношений со сверстниками, подчиниться новому режиму дня, распорядку занятий, иерархии дел и т. п.

На уроках нужно спокойно и внимательно слушать учителя 40–45 минут, а для первоклассника это физически тяжело.

Многие первоклассники в какой-то степени испытывают трудности в период привыкания к школьной действительности. Это проявляется в повышенной утомляемости, плохом аппетите, головных болях.



Рекомендации по адаптации:

- Помогите ребёнку формировать положительную самооценку.
- Создайте психологически благоприятную атмосферу в семье.
- Избегайте конфликтов, ссор, стрессов.
- Принимайте во внимание индивидуальные особенности ребёнка: темперамент, характер.
- Чаще хвалите ребёнка, отмечайте его достижения.
- Учите ребёнка налаживать взаимоотношения со сверстниками.
- Проводите с ребёнком больше времени.
- Учите ребёнка быть самостоятельным.
- Поддерживайте контакт с учителем, не позволяйте себе высказываться о нём неуважительно в присутствии ребёнка.

Спокойное, любящее, доброжелательное отношение родителей поможет ребёнку справиться с непростым периодом привыкания к школе. Если первоклассник хорошо себя чувствует, с интересом учится, имеет друзей в классе и хорошие отношения с учителем – значит, адаптация к школе пройдена успешно!