

ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ,
КОТОРЫМИ МОЖЕТ И ДОЛЖЕН ПОЛЬЗОВАТЬСЯ
РОДИТЕЛЬ (ЗАКОННЫЙ ПРЕДСТАВИТЕЛЬ)
В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ

Психо-физические показатели трудностей адаптации:

- Утомление к концу урока, к концу 3-4 урока (снижение внимания, усидчивости, работоспособности).
- Слезы без видимой причины.
- Внезапная агрессивность, упрямство.
- Зевание, сонливость (после 1-3 уроков).
- Бледно-зеленый цвет лица (снижение защитных сил).
- Постоянное изменение осанки (усталость опорно-двигательного аппарата).
- Ухудшение письма.
- Резкое снижение скорости реакции в конце дня по отношению к началу (вялость).
- Недоброжелательное отношение к школе, к учителю, к одноклассникам и др.

Мы, взрослые, должны учитывать этот трудный этап в жизни детей, должны постоянно, но ненавязчиво поддерживать ребенка, указать ему правильный путь выбора поведения.

РЕКОМЕНДАЦИИ:

- Безусловно, принимать ребенка.
- Активно слушать его переживания и потребности.
- Бывать (читать, играть, заниматься) вместе.
- Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
- Помогать, когда просит.
- Поддерживать успехи.
- Делиться своими чувствами (значит доверять).
- Конструктивно разрешать конфликты.
- Использовать в повседневном общении приветливые фразы:
Мне хорошо с тобой...
Я рада тебя видеть...
Хорошо, что ты пришел...
Я по тебе соскучилась...
Мне нравится как ты...
Давай сделаем вместе...
Ты, конечно, справишься...
Ты мой хороший...
Как хорошо, что ты у нас есть...
- Обнимать не менее 4-х, а лучше 8 раз в день.
- А еще чаще чувствовать РАДОСТЬ вместе с ребенком. Радость нечто большее, нежели положительная установка на себя и на мир. Радостный ребенок имеет больше оснований чувствовать себя свободным, чем тревожный и угрюмый.

ПРИЕМЫ И МЕТОДЫ,
КОТОРЫМИ МОЖЕТ И ДОЛЖЕН ПОЛЬЗОВАТЬСЯ УЧИТЕЛЬ
В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ

- ✚ Хорошо знать стрессовые сигналы, свидетельствующие переутомление: боль в мышцах, головная боль, внезапная агрессивность или вялость, нарушение сна.
- ✚ Не жалеть времени в первые две-три недели на установление психологического контакта с классом: четко отслеживать режимные моменты, связанные с правилами поведения на уроке: задания давать такие, которые сразу же можно проверить.
- ✚ Активно использовать наглядность в подаче материала - желательно всю первую четверть.
- ✚ Для налаживания контакта можно использовать приемы игры в подаче материала (но не в самые первые дни, и не часто).
- ✚ Чаще использовать прием оценки правильно - неправильно в этот период, когда не выставляется пятибалльная оценка, т. о. ребенок яснее усвоит ведущие критерии оценки каждого учителя.
- ✚ Применять прием самооценки выполненных заданий с комментарием самого учителя - после того, как ученик сам оценит свою работу, что стимулирует развитие самоанализа.
- ✚ **Не забывать о праве ребенка на ошибку.**

УРОВНИ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

- Освоение новой территории.
- Знакомство с новыми правилами и обязанностями, усвоение их.
- Формирование Образа учителя.
- Становление дружеских отношений в создающемся коллективе класса.
- Утверждение обучающихся в новом для него социальном статусе ученика (или освоение новой социальной роли).

СТРЕССОВЫЕ СИГНАЛЫ

ПЕРВИЧНЫЙ ПЕРИОД

Боли в мышцах,
раздражительность,
изжога,
потение,
расстройство желудка,
нарушение сна (изредка).

ЗАТЯЖНОЙ ПЕРИОД

Головная боль,
бессонница,
изменение аппетита,
изменение привычек.