

**Рекомендации психолога  
по успешной адаптации обучающихся первых классов  
для учителей**



1. Относитесь к детям доброжелательно и дружелюбно, старайтесь организовывать для первоклассников ситуации успеха.
2. Осуществляйте развивающую работу на основе индивидуального подхода, учитывающего «зону ближайшего развития» ученика.
3. Способствуйте развитию каждого ребенка как личности, умеющей сознательно управлять своим поведением.
4. При планировании уроков старайтесь определять не только учебную, но и психологическую задачу (развитие произвольности памяти, внимания, логического мышления и т. д.), что поможет более точно использовать приемы отслеживания положительных результатов детей.
5. Проведите занятия в игровой форме, вызывающей у учащихся живой интерес.
6. Больше внимание на занятиях уделяйте развитию у детей способности к самостоятельной оценке своей работы.
7. Стремитесь ставить перед ребенком конкретные цели, направленные на овладение отдельными элементами поведения, которые легко можно контролировать.
8. Конкретную цель нужно ставить непосредственно перед тем, как она должна быть выполнена и на очень короткий срок (на данную переменную, на первые 10 минут урока).
9. По мере овладения детьми новой формой поведения намеченное время постепенно увеличить.

10. Обязательно используйте ежедневный контроль за выполнением намеченных целей.

**Советы по профилактике дезадаптации первоклассников:**

1. Чаще называйте ребенка по имени.
2. Чаще хвалите в присутствии других детей.
3. Используйте только методы положительного стимулирования.
4. Старайтесь не сравнивать результаты детей. Используйте только относительные оценки «шкалы роста» самого ребенка.
5. Обязательно обсуждайте с детьми их проблемы, чтобы они чувствовали, что аналогичные ситуации встречаются и у других детей.
7. Старайтесь уважительно относиться к потребностям ребенка.

## **РЕКОМЕНДАЦИИ УЧИТЕЛЯМ ПО АДАПТАЦИИ УЧАЩИХСЯ 1-х КЛАССОВ**

### **К ШКОЛЕ И УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

- 1.** Обеспечить оптимальный процесс физиологической адаптации, т.е. помнить, что длительное напряжение, утомление и переутомление могут стоить ребенку здоровья, т.е.
  - обеспечить своевременную смену видов деятельности;
  - не давать задания, требующие длительного сосредоточения взгляда на одном предмете, монотонных движений;
  - отводить большее место практическим действиям с предметами, работе с наглядностью.
- 2.** Систематически проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими трудности в адаптации.
- 3.** Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении: леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы, агрессивность и т. п.
- 4.** Включать детей, занимающих низкое статусное положение в группе сверстников, в общественно значимую деятельность, повышая их авторитет и самооценку.
- 5.** Использовать активно-положительный стиль педагогического общения с детьми и обеспечить максимально возможную преимственность в методах работы учителя и воспитателя.
- 6.** Использовать активные формы работы для формирования коллектива и создания благоприятного социально - психологического климата в классе.
- 7.** Знание психологических особенностей детей 6-го года жизни (включая изменения, происходящие в период кризиса 7 лет) - залог наиболее эффективного взаимодействия с учащимися.
- 8.** Помогите детям организовать свою деятельность, повторяйте последовательность действий из урока в урок.
- 9.** Просите повторить задание самых невнимательных учеников, но не в качестве наказания.
- 10.** Поощряйте детей задавать вопросы, если что-то непонятно. Снисходительно относитесь к тому, что первоклашки склонны спросить одно и тоже несколько раз.
- 11.** Используйте игровые приемы, специальные развивающие игры. Чаще всего в 6 лет игра всё ещё остается ведущим видом деятельности.
- 12.** Организуйте личное общение с каждым учеником своего класса; будьте в курсе их радостей и переживаний.
- 13.** Постоянно подвергайте анализу свою деятельность, ведите поиски новых эффективных методов, приемов обучения, используйте метод сотрудничества и приемы дифференцированного обучения.