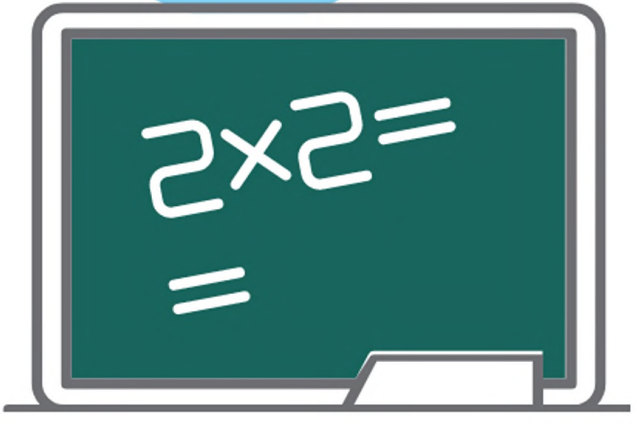
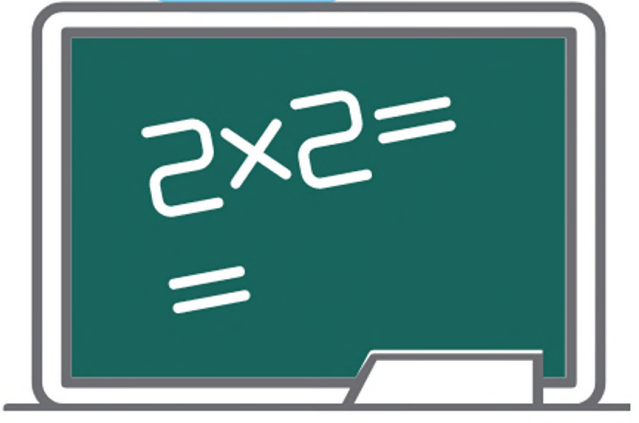
МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

Когда ребенок поступает в школу, в его жизни начинают происходить серьезные изменения. Он сталкивается с новым образом жизни, с новыми задачами, меняется его социальное положение в семье, коллективе.



Адаптация к школе - это процесс физического и психологического привыкания ребенка к новым социальным условиям в рамках учебного учреждения и переход к систематическому школьному обучению. Длительность периода зависит от многих факторов и в среднем занимает от 6-8 недель до 6 месяцев.



Как облегчить переход ребенка от дошкольного периода к школьному обучению:

1) Объясните малышу, что представляет школа, почему она важна, как соблюдать правила.

2) Оптимизируйте режим дня первоклассника, не перегружайте его секциями.

3) Заменяйте игровую деятельность учебной постепенно. Оставьте время и место для любимых детских игр.

4) Поддерерживайте ребенка и интересуйтесь его школьной жизнью.

5) Создайте дома условия для отдыха. Обстановка должна быть благожелательной.

6) Обучите обращению с эмоциями, говорите о нежелательности замалчивания проблем.

7) Поощряйте общение с одноклассниками.