**В помощь родителям первоклассников: Адаптация детей к школе!**

Адаптация — это механизм социализации личности, включение ее в систему новых отношений и общественных связей. При поступлении первоклассника в школу он попадает в абсолютно иные условия существования и новый круг общения. Психологический анализ особенностей адаптации первоклассников к школе выявил следующие проблемы.

* В отличие от детского садика, где дошкольники считались самыми старшими детками в коллективе, первоклассники являются младшими учениками.
* В детском саду у ребенка был щадящий режим дня, тогда как в школе четкий распорядок и строгая дисциплина.
* Первокласснику необходимо перейти от игровой к учебной познавательной деятельности.
* Дети попадают в более строгую систему требований к ним.
* Вокруг первоклассника появляется много новых людей, как среди взрослых, так и среди детей, с которыми необходимо устанавливать связи.

Адаптация первоклассника может длиться от двух недель до полугода. Продолжительность периода адаптации зависит от таких факторов:

* индивидуальных особенностей ребенка;
* [уровня готовности к школе](https://pedsovet.su/publ/164-1-0-4534);
* степени развития социальных навыков.

Выделяют 3 уровня адаптации:

* **Высокий уровень** характеризуется быстрым привыканием ребенка к школе (в течение 2-6 недель). Он имеет положительную мотивацию к школе, быстро и легко усваивает программный материал. Может решать задания повышенной сложности. Обладает навыками самообразовательной деятельности. Ответственно относится к выполнению поручений учителя. Имеет друзей в классе. Нет проблем со здоровьем.
* **Средний уровень** — ребенок довольно долго привыкает к школе (2-3 месяца), но не испытывает отрицательных переживаний от ее посещения. Бывают незначительные перепады настроения, усталость. Понимает наглядное пояснение учителя, усваивает основной материал учебных программ. Решает типовые задания, усидчив и внимателен. Добросовестно выполняет указания учителя, но под его контролем. Поддерживает дружеские отношения со многими одноклассниками.
* **Низкий уровень** — ребенок испытывает значительные трудности в привыкании к школе, относится к ней отрицательно. Может нарушать дисциплину. Учебный материал усваивает фрагментарно, не проявляет интереса к занятиям. Часто имеет подавленное настроение, жалуется на самочувствие. Мало общается с одноклассниками, не всех знает по имени.

Каждый ребенок, попадая первый раз в школу, волнуется, переживает и ждет поддержки от взрослых — родителей и учителя. Главная задача, которая должна быть решена в этот период— сохранение, поддержка  и развитие индивидуальности ребенка.

Если у вашего ребенка появились трудности в принятии школьного процесса – буду рада помочь вам.

Педагог – психолог Головешкина М.Н.