



**Список речей, необхідних
для 1 класу:**

- ✓ Позитивне налаштування.
- ✓ Пізнавальний інтерес.
- ✓ Гарний настрій дитини.
- ✓ Спокій батьків.

- ✓ Усмішка для першої вчительки.
- ✓ Цукерка для сусіда по парті.

Як зрозуміти, що дитина успішно адаптувалася?

1. Процес навчання викликає у першокласника позитивні емоції, він упевнений в собі, не відчуває страху та тривоги.
2. Дитина в повному обсязі справляється зі шкільною програмою.
3. Учень проявляє самостійність при виконанні завдань і звертається за допомогою до дорослих лише після того, як самостійно спробував його виконати.
4. Першокласник задоволений своїми стосунками з однокласниками і вчителем.



**Барська ЗОШ І-ІІІ ступенів
№1**

Психологічна служба школи



**Адаптація
першокласника**

*Як допомогти своєму
першачку*

Бар 2020

✚ Звикання до школи - тривалий індивідуальний процес.

✚ Згідно зі статистикою, тільки 50% дітей адаптується до нових умов і вимог протягом півроку. Другий половині потрібно більше часу.

✚ Від чого залежить тривалість адаптації? Перш за все, від того, чи була дитина психологічно готова до школи, а також від її стану здоров'я та рівня розвитку.

Адаптація – це пристосування дитини до умов і вимог школи, які для неї є новими порівняно з умовами дитячого навчального закладу і сім'ї в дошкільному дитинстві.



Як можуть допомогти батьки?

1. Пояснити дитині, що означає «бути школярем» та для чого це потрібно. Розповідати про школу, про існуючі в ній правила, щоб дитина була обізнана і, відповідно, відчувала себе впевнено, не боялася і не сумнівалася у своїх здібностях.



2. Спланувати режим дня та дотримуватись його.

3. Навчити першокласника чітко задавати вчителю питання.

4. Розвивати навички емоційного контролю, вміння підкорятися правилам.

5. Пояснити, що означає «акуратно», «старанно», формувати самооцінку.

6. Розвивати комунікабельні здібності.

7. Підтримувати бажання вчитися.

8. Вислуховувати уважно дитину, радити, як діяти в тій чи іншій ситуації.

9. Активно взаємодіяти з учителем і шкільним психологом.

