



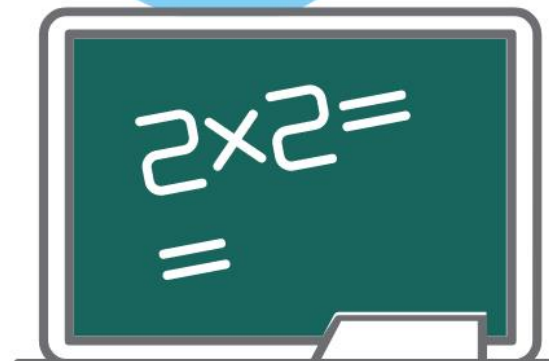
МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ СВЕРДЛОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
ГБПОУ «СВЕРДЛОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ МЕДИЦИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ»  
ЦЕНТР ОХРАНЫ ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ



# АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

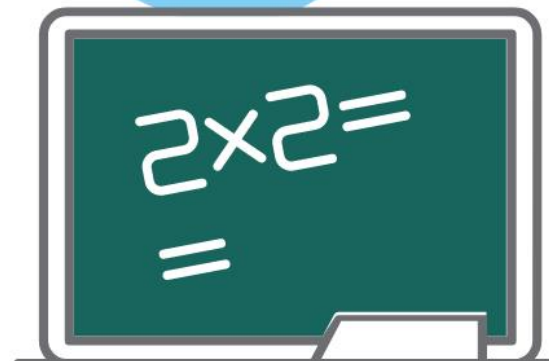


Когда ребенок поступает в школу, в его жизни начинают происходить серьезные изменения. Он сталкивается с новым образом жизни, с новыми задачами, меняется его социальное положение в семье, коллективе.





**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) Поддерживайте 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.

