

Муниципальное казенное учреждение для детей,
нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной
помощи
«Центр диагностики и консультирования»

Об особенностях адаптации учащихся к образовательной деятельности после летних каникул

Инга Александровна Зябко,
начальник отдела по организации работы
территориальных психолого-медико-
педагогических комиссий 3,4

г. Сургут, 2022

ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

Начальная
школа

- до 2-х месяцев

Среднее звено

- 3-4 недели

Старшекласс-
ники

- 2-3 недели

Адаптация

- *Лат. ADAPTO - «Приспосаблию»*

Ресурсное
состояние

- *Приятные воспоминания*

Настройка
ПОЗИТИВНОГО
настроения

- *Плейлист летних треков*
- *Новый планер*
- *Внешний образ*
- *Встреча с друзьями*



Мягкая адаптация к школе



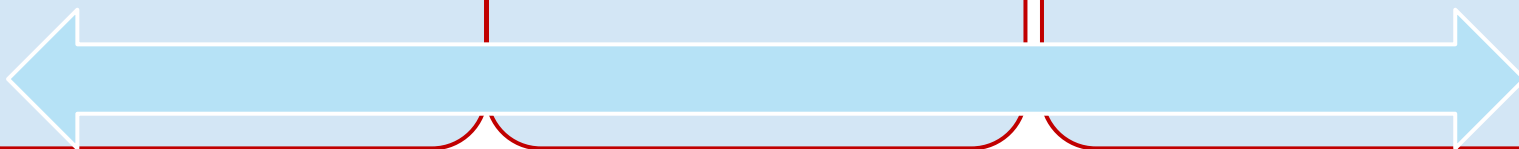
*Новые права и
обязанности*



*Комфорт
рабочего места*



Новая канцелярия



Мягкая адаптация к школе

Что не получалось?



Не требуйте многого

Мягкая адаптация к школе

Опыт успеха



Безопасная атмосфера

Мягкая адаптация к школе

Обсудить страхи

Организовать режим
дня



Признаки сложной адаптации

Дезадаптация:

- повышенная утомляемость;
- рассеянное внимание;
- изможденное состояние;
- проблемы с общением;
- проблемы с дисциплиной;
- повышенная тревожность;
- прокрастинация.



Первая помощь ребенку при дезадаптации

Действия родителей

- проявляйте доброжелательность;
- старайтесь рассчитывать время;
- давайте позитивные установки;
- встречайте с позитивом;
- организовывайте разговор с учителем без ребенка;
- давайте ребенку отдохнуть;
- устраивайте перерывы;
- воспитывайте самостоятельность;
- не допускайте манипулирования;
- помните о личном контакте;
- предъявляйте единые требования;
- следите за здоровьем ребенка;
- используйте тактильный контакт.



Спокойствие перед экзаменами

- *Стрессоустойчивость*
- *Точка покоя*
- *Место силы*
- *Вера в успех*
- *Поддержка*
- *Преодоление страхов*
- *Забота*



Успехов в новом учебном году!

