**Адаптация у первоклассников с ограниченными**

**возможностями здоровья.**

*Рекомендации родителям и педагогам по сопровождению процесса адаптации.*

Адаптация - естественное состояние человека, проявляющееся в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям. Адаптация к школе понимается как приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму жизнедеятельности и т.д. Ребенок, который вписывается в школьную систему требований, норм и социальных отношений, чаще всего и называется адаптированным (Битянова М.Р.).

Процесс адаптации у детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) более протяженный. Он может продолжаться до полугода, а в некоторых случаях может быть и более длительным. Это, как правило, связано с тем, что у детей более медленно формируются новые навыки, необходимые как для адаптации и социализации, так и для обучения.

Можно выделить основные причины, вызывающие у младших школьников трудности адаптации к школе: несформированность «внутренней позиции школьника», слабое развитие произвольности, недостаточное развитие у ребенка внутренней учебной мотивации, подчинение новым для него правилам школьной жизни, общение с учителем, принятие учебной задачи, недостаточно развитие способности к взаимодействию с другими детьми, состояние здоровья и уровень физиологического развития, соматическая ослабленность детей, гиперактивность, нарушение эмоционально-волевой сферы.

***Рекомендации родителям:***

1. Развивайте внутреннюю мотивацию детей.

Для этого желательно:

* предоставить ему свободу выбора;
* максимально снять внешний контроль;
* сделать возможным, чтобы интерес и радость были основными переживаниями школьника в процессе обучения;
* учитывать запросы, интересы и устремления детей;
* самый мощный стимул в обучении «Получилось!!!». Отсутствие этого стимула, означает отсутствие смысла учебы. Нужно научить ребенка разбираться в том, что ему непонятно, начиная с малого;
* поддерживать веру в себя, ведь уверенность в себе и собственных силах способствует усилению внутренней мотивации.
1. Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не за его достижения.
2. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что  он хуже других.
3. Отвечайте по возможности честно и терпеливо на  любые вопросы ребенка.
4. Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
5. Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
6. Не добивайтесь успеха силой.
7. Признавайте право ребенка на ошибки. Относитесь с пониманием к тому, что у ребенка что-то не получается сразу, если родители верят в успех, спокойно и ровно относятся к своему ребенку, то тем самым они помогают ему справиться со всеми трудностями. Чаще хвалите своих детей. Помните, ребенок относится к себе так,  как относятся к нему взрослые.
8. Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

Проблема адаптации первоклассника к обучению в школе является одной из самых важных для педагогики и психологии образования, так как от того, как ребенок адаптируется к школе, насколько успешно пройдут его первые месяцы и первый год в образовательном учреждении, зависит не только успешность его обучения, отношение к обучению, учителю и сверстникам, но и способность к дальнейшему психическому, личностному и социальному развитию.

При подготовке статьи были использованы материалы образовательного портала России «Инфоурок».