

2. Предотвращение перегрузки.

Адаптация детей с ОВЗ во многом зависит от состояния здоровья. Поэтому в течение первых 3–6 месяцев обучения в школе особенно важно следить за самочувствием ребенка.

3. Контролировать учебную и психологическую нагрузку лучше всего сообща: в связке педагог — психолог — родитель. Это важно для обеспечения умственной активности, концентрации внимания, более высокой работоспособности на уроке, а также положительного отношения к учебным занятиям.

Если внешкольное время ребенка будет наполнено прогулками и подвижными играми, если родители будут следить за соблюдением норм сна и режима дня, ребенок избежит перенапряжения и сможет успешнее регулировать эмоции.

Успех в адаптации ребенка с ОВЗ к школе зависит от командной работы педагогов, специалистов школы и родителей — от их положительного взаимодействия и эмоционального отношения к детям на протяжении всего периода обучения.

Поэтому, если ваш ребенок собирается в школу, это очень серьезный и ответственный момент и без вашей родительской поддержки и помощи никак не обойтись, даже если он «лучше всех», даже если он уверен в себе, а вы уверены в нем».



Авторы-составители:
Гратволь Л.Ю., Туева Л.А.,
педагоги-психологи
МАУ ЦППМиСП «Развитие»

Муниципальное автономное учреждение
«Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи «Развитие»
Серовского муниципального округа

Адаптация детей с ОВЗ к школьному обучению



**Рекомендации
для родителей**

Адаптация детей с ОВЗ к школе — это длительный процесс (до 2–3 месяцев и более), включающий привыкание к режиму, социуму и учебной нагрузке.

Успех зависит от использования адаптированной программы (АООП), индивидуального подхода, создания комфортной среды, режима дня, поддержки педагогов и эмоционального принятия родителями.

Ключевые аспекты адаптации детей с ОВЗ:

Особенности процесса: Адаптация у детей с ОВЗ часто проходит сложнее и дольше, чем у нормотипичных сверстников, сопровождая физиологические и психологические изменения.

Симптомы дезадаптации: Индикаторами трудностей могут быть заторможенность, депрессивные состояния или, наоборот, гиперактивность, усталость, проблемы с поведением и общением.

Этапы адаптации: Процесс проходит через ориентировочный этап, стадию неустойчивого приспособления (поиск методов) и устойчивое приспособление, когда школьник привыкает к требованиям.

Рекомендации для успешной адаптации:

Организация среды:

Создание личного пространства для ребенка, соблюдение четкого режима дня (сон, прогулки, обучение).

Учебная адаптация:

Использование адаптированных учебных материалов, упрощение заданий, акцент на основных идеях, возможность выбора задания, предоставление большего времени на выполнение.

Социализация:

Поощрение общения со сверстниками, включение в групповые игры, работа психолога и тьютора для налаживания контактов.

Эмоциональная поддержка:

Похвала даже за небольшие успехи, снижение тревожности, создание положительного настроения на посещение школы.



Как помочь детям с ОВЗ быстрее адаптироваться к школе:

1. *Восполнение пробелов в подготовке.*

До начала обучения желательно провести экспресс-диагностику готовности к школе. Если ребенок не посещал детский сад, возможно, у него нет достаточных математических представлений, необходимого речевого запаса, представлений об окружающем мире. Индивидуальные занятия с учителем и дефектологом, а также с родителями под руководством специалистов могут восполнить эти дефициты: ребенок станет чувствовать себя более уверенно на уроках, будет лучше воспринимать материал, учиться с интересом.