Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребёнка. Начало школьного обучения кардинальным образом меняет весь его образ жизни: надо систематически и напряжённо трудиться, соблюдать режим дня, подчиняться разнообразным нормам и правилам школьной жизни, выполнять требования учителя и т.д. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, восторга или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. Период адаптации к школе, связанный с приспособлением к её основным требованиям, существует у всех первоклассников. Приспособление к новым условиям – огромное испытание для физических, интеллектуальных и эмоциональных возможностей ребенка. Для первоклассника очень важно почувствовать себя принятым в школьную семью, а также реализовать своё желание быть успешным и понятым. Поэтому на этом этапе необходимо, создать доброжелательную атмосферу в классе, дать возможность детям почувствовать себя членами нового сообщества – учениками 1/4 класса.

Адаптация — процесс довольно длительный и трудный. И трудности испытывает не только первоклассник, но и родитель, и учитель. И если мы разберёмся в них, если научимся чувствовать друг друга, мы облегчим этот процесс всем, прежде всего нашим детям. Трудность или лёгкость адаптации зависит от особенности нервной системы; темперамента; черт характера; адаптационных способностей; адекватного опыта.