

Адаптация ребенка к школе — довольно длительный процесс, связанный со значительным напряжением всех систем организма.

Не день, не неделя требуется для того, чтобы малыш освоился в школе по-настоящему. Организм ребенка приспосабливается к изменениям, новым факторам, мобилизуя систему адаптационных реакций.



Основными показателями благоприятной психологической адаптации ребенка являются: формирование адекватного поведения, установление контактов с учащимися, учителем, овладение навыками учебной деятельности

Материал подготовлен педагогом – психологом ГБОУ «Республиканский центр образования» педагогом – психологом Цыденовой Ю.Д.

**МБОУ
«Курумканская СОШ
№1»**

**Рекомендации
родителям по
адаптации
первоклассника к школе**





Совместные усилия учителей, родителей, школьного психолога способны снизить риск возникновения у ребенка школьной дезадаптации и трудностей в обучении

1. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
2. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
3. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
4. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

5. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить.

6. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

7. Учение - это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

8. Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать ребенку физическую разрядку.



Несколько коротких правил

- Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
 - Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
 - Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
 - Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.
 - Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
 - Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
 - Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
 - Не добивайтесь успеха силой.
- Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.