

# Что поможет ребенку адаптироваться в школе?



- Организация рабочего места дома
- Соблюдение режима дня
- Ваша похвала и одобрение
- Отказ от сравнения ребенка с другими детьми
- Рассказ о Вашей школьной жизни
- Не торопите. Умение рассчитать время – ваша задача, и если это плохо удастся, это не вина ребенка.
- Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придется много работать.
- Помните, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим – «Ты уже большой» 7 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения.
- Завтра новый день, и вы можете сделать все, чтобы он был спокойным, добрым и радостным.



# Рекомендации для родителей, первоклассников



Поддерживайте ребёнка в стремлении стать школьником. Ваша заинтересованность в его делах, серьезное отношение к его достижениям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения деятельности.

- ❖ Обсудите с ребёнком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
- ❖ Ваш ребёнок придёт в школу, чтобы учиться. Когда он учится, у него может что-то не сразу получаться. Это естественно. Каждый человек имеет право на ошибку.
  - ❖ Составьте с бедующим первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
  - ❖ Не пропускайте трудности, возникшие у ребёнка на первом этапе обучения. Если, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними в первом классе.
  - ❖ Поддерживайте в первокласснике его желание добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите то, за что его можно похвалить. Похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Хорошо») способны заметно повысить интеллектуальный уровень человека.
  - ❖ Если вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, его учебных делах, не стесняйтесь обратиться за консультацией к учителю или школьному психологу.
  - ❖ С поступлением в школу в жизни вашего ребёнка появится человек более авторитетный, чем вы — это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
  - ❖ Учение - это нелегкий и ответственный труд.  
Поступление в школу существенно изменят жизнь ребёнка, но не должно лишать ее многообразие, радости, игры. У первоклассника должно оставаться время для игровых занятий.

# 10 советов

## родителям будущих первоклассников

**Совет 1.** Помните, что Вы выбираете школу не для себя, а для Вашего ребенка, поэтому попробуйте учесть все факторы, которые могут осложнить его обучение.

**Совет 2.** Обязательно познакомьтесь со школой, условиями обучения, педагогами.

**Совет 3.** Выясните, по какой программе будет учиться Ваш ребенок, какая будет у него нагрузка (сколько уроков в день, есть ли обязательные дополнительные занятия).

**Совет 4.** Узнайте, когда начинаются занятия, и рассчитайте, сколько времени необходимо на дорогу в школу. Добавьте еще час на утренние процедуры и завтрак – не придется ли вставать слишком рано?

**Совет 5.** Постарайтесь познакомиться и побеседовать с учительницей Вашего ребенка. Подумайте, сможет ли она учесть его особенности (и захочет ли).

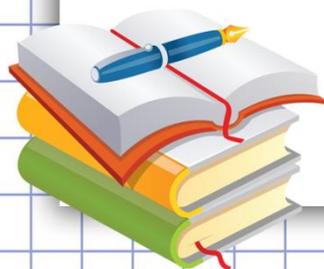
**Совет 6.** Уточните, в какое время ребенок будет возвращаться домой из школы. Это необходимо, если Вы планируете какие-либо дополнительные занятия (музыкальная школа, кружки, секции).

**Совет 7.** Подготовьте место для занятий ребенка дома. Проследите, чтобы мебель соответствовала росту ребенка. Это место должно быть хорошо освещено (желательно естественным светом), должно быть удобным и не содержать ничего лишнего.

**Совет 8.** Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами.

**Совет 9.** Помните, что адаптация к школе не простой процесс и происходит совсем не быстро. Первые месяцы могут быть очень сложными. Хорошо, если в этот период привыкания к школе кто-то из взрослых будет рядом с ребенком.

**Совет 10.** Не относитесь к первым неудачам ребенка как к краху всех Ваших надежд. Помните: ему очень нужна Ваша вера в него умная помощь и поддержка.



### НАЧАЛО ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ

#### ЧТО НУЖНО ЗНАТЬ

- ❖ Не ограничивайте свое общение с ребёнком только школьными темами.
- ❖ О дополнительных занятиях поговорите с педагогом; старайтесь не обсуждать проблемы ребёнка в его присутствии.
- ❖ Попросите педагога спрашивать ребёнка, только когда он сам вызывается, чтобы не показывать его ошибки.

#### ЧЕГО ДЕЛАТЬ НЕ СЛЕДУЕТ

- ❖ В случае неудачи не укоряйте и не ругайте ребёнка, а постарайтесь снять с него чувство напряжения и вины. Поддерживайте уверенность ребенка в своих силах.
- ❖ Если ребёнок пришёл из школы расстроенным и огорченным, не требуйте от него немедленного рассказа о школьных делах. Дождитесь, пока ребёнок захочет сам рассказать об этом.
- ❖ Никогда не ругайте ребёнка в присутствии одноклассников и не подчеркивайте успехи других детей

