

Ребенок успешно адаптировался, если:

- ✓ Первокласснику в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах;
- ✓ У первоклассника появились друзья;
- ✓ В течение дня первоклассник не сильно устаёт – ребенок активный, любознательный, жизнерадостный, не часто простужается;
- ✓ Первоклассник достаточно самостоятелен, не испытывает трудностей при переодевании на физкультуру, умеет завязывать шнурки и застегивать пуговицы (если нет то у Вас ещё есть время научить его этому), легко ориентируется в школьном здании;
- ✓ Первокласснику нравится учитель и другие учителя, которые ведут дополнительные предметы.

Когда можно говорить о школьной дезадаптации?

Это когда всё наоборот: сниженное настроение, пассивность, плаксивость, неадекватное беспокойство, тревоги, страхи. Сюда же относятся низкая успеваемость, драки со сверстниками и конфликты с учителями, плохой сон, частые простуды, обострение хронических заболеваний.

*С уважением, педагог-психолог МБДОУ № 20
детского сада «Красная шапочка»
Берёза А. В.*



Скоро в школу!

Дорогие родители, помните!

В школе в отличие от детского сада всё по-другому: здесь - новая система требований, для того чтобы приспособиться к ней, нужны силы и время.

В период адаптации, который продлится от 2-3 недель до полугода, ребенку важна поддержка родных - мамы, папы, бабушек и дедушек.

Советы родителям будущих первоклассников:

- Будьте ребёнком спокойно, проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ласковый голос;
- Не торопите. Умение рассчитать время - ваша задача, и если это плохо удаётся, это не вина ребёнка;
- Не прощайтесь "предупреждая": "Смотри, не балуйся! Чтобы сегодня не было плохих отметок!" Лучше пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов – помните, что у него впереди трудный день;

- Если Вы видите, что ребёнок чем-то огорчён и молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам;
- Выслушав замечания учителя, не торопитесь наказывать ребенка, постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем происходил без ребёнка. Кстати, всегда не лишнее выслушать обе стороны и не торопиться с выводами;
- Не стесняйтесь подойти к учителю и задать волнующий Вас вопрос;
- Не допускайте, что бы страдал авторитет учителя;
- Не садитесь за уроки сразу после школы. Дайте ребенку отдохнуть, не стремитесь сделать все уроки за один присест. Делайте перерывы по 10-15 минут, лучше, если они будут подвижными;
- Учтите, даже «совсем большие дети», нуждаются в вашей ласке, поглаживание перед сном, чтение любимой книги;
- Просто **любите** своего ребенка и у Вас все получится!

