

Памятка для родителей «Адаптация первоклассника к школе»

Поступление в школу – один из главных этапов в жизни детей. Полностью меняется образ жизни ребенка. Поэтому, необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям.

Период адаптации первоклассников к школе может длиться от 2 до 6 месяцев и до 1 года.

Практически все дети испытывают трудности в адаптации. Часто ребенку необходима помощь учителя, психолога, а также поддержка родителей, бабушек, дедушек, старших братьев, сестер.



Признаки успешной адаптации:

- удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов;
- хорошее настроение ребенка, когда его отводят в школу и забирают из школы;
- успешное усвоение учебной программы;
- самостоятельность ребенка при выполнении им учебных заданий;
- удовлетворенность отношениями с одноклассниками и учителем.

Советы родителям первоклассников

1. Поддерживайте в ребенке стремление стать школьником.

Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

3. Запаситесь терпением.

С пониманием относитесь к тому, что у вашего ребенка что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным.

Помните, что высказывания типа: «Ну сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздражения с обеих сторон, ничего не вызовут.

4. Соблюдайте режим дня.

Ребенок должен иметь полноценный сон и питание, прогулки, посильную физическую нагрузку, а также отдых и свободное время.

5. Не пропускайте трудности.

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

6. Хвалите ребенка.

Основное поощрение для ребенка – похвала. Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, сравнивайте только предыдущие достижения.

7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.

Завышенные ожидания родителей являются источником повышенной тревожности и для ребенка и для самих родителей.

8. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, т.к. быстрее наступает утомление. Это первые 4-6 недель, конец второй четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.

Педагог-психолог Екатерина Куракина