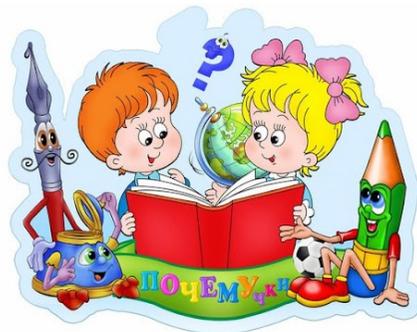


Избегайте в общении с ребенком такие фразы как:

- ◆ Я тысячу раз говорил тебе, что...
- ◆ Сколько раз надо повторять...
- ◆ О чём ты только думаешь...
- ◆ Неужели тебе трудно запомнить, что...
- ◆ Ты становишься...
- ◆ Ты такой же как,...
- ◆ Отстань, некогда мне...
- ◆ Почему Лена (Настя, Вася и т.д.) такая, а ты — нет...

Лучше сказать:

- ⇒ Ты у меня умный, красивый (и т.д.).
- ⇒ Как хорошо, что у меня есть ты.
- ⇒ Ты у меня молодец.
- ⇒ Я тебя очень люблю.
- ⇒ Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- ⇒ Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- ⇒ Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.
- ⇒ Я в тебя верю, у тебя обязательно получится



Признаки успешной адаптации :

- Ребенку нравится ходить в школу, с удовольствием рассказывает о том, что делали в школе, при этом понимает, что его цель учиться, а не завтракать или посещать экскурсии
- Ребенку нравится учительница, и большинство учителей, преподающих в классе,
- Ребенок достаточно самостоятелен: без проблем переодевается на физкультуру, хорошо ориентируется в школе (знает, где находится столовая, спортивный зал, библиотека и т.п.), при необходимости сумеет обратиться за помощью;
- Ребенок не слишком устает
- У ребенка появились друзья и вы знаете их лично.
- На вопрос: «А может быть, лучше вернуться в детский сад?» он решительно отвечает: «Нет!»

МОУ ЦО «Открытие»

Педагог- психолог
МОУ ЦО «Открытие»
Димова Ольга Владимировна

Муниципальное
общеобразовательное учреждение
Центр образования имени Героя
Советского Союза А.П. Маресьева
«Открытие»
(МОУ ЦО «Открытие»)



Первый раз в
первый класс...

Рекомендации
для родителей

Как помочь ребенку адаптироваться в школе

Что такое адаптация?

Адаптация — это процесс привыкания к новым условиям обучения

Поступление в школу — это начало нового этапа в жизни ребенка, вхождение его в мир знаний, новых прав и обязанностей, сложных и разнообразных взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.



Ребенок — это любовь, ставшая зримой



Советы родителям по оказанию помощи в период адаптации:

НИЧЕГО НОВОГО ... РЕЖИМ!

Первое — сон. Нужно рано вставать, а, следовательно, и ложиться не поздно, иначе накапливается хроническое недосыпание. Ведь дневной сон, такой привычный в детском саду, как правило, отменяется.



УЧЕНИЕ И ДВИЖЕНИЕ:

Ребенку просто необходимо достаточно много двигаться, а в школе для этого мало условий. Позаботьтесь, чтобы у вашего ребенка было время и возможности для сброса энергии (спортивная секция, бассейн)

УЧЕНИЕ И ГУЛЯНИЕ:

Свежий воздух жизненно необходим. Включите в расписание дня вашего малыша время для игр на воздухе, прогулок

НАСТРОЕНИЕ:

Позаботьтесь, чтобы в школу ребенок приходил в хорошем настроении: не выясняйте отношения утром, не пытайтесь «воспитать его по быстрому», перед работой. Поддерживайте позитивное отношение к школе, радуйтесь тому, что он уже настолько взрослый, что «ходит в школу».

«НЕЛЬЗЯ» И «НАДО»

Объясняйте ребенку важность обучения, гордитесь его успехами, поощряйте терпеливость и чувство

долга. Для этого именно вы должны быть для своего ребенка образцом для подражания.

Кстати, замечу, что дети, которым дома привили элементарные навыки самообслуживания, быстрее других привыкают управляться и со своими учебными обязанностями.

СОБРАННОСТЬ, ОТВЕТСТВЕННОСТЬ, САМОКОНТРОЛЬ

Избегайте излишней опеки. Научите ребенка собирать портфель—дальше это уже его ответственность и долг. Помогите делать домашнее задание, но не выполняйте вместо него. Выяснить домашнее задание, сделать поделку, выучить стихотворение и т.п.—все это его обязанности, которые ему по силам. Ваша задача—организовать, помочь, проконтролировать и гордиться результатом

И помните: самое главное — верить, что у сына или дочки все сложится хорошо!!!



Учение — не только свет, по народной пословице, — оно также и свобода. Ничто так не освобождает человека, как знание... *И. Тургенев.*