

# АДАПТАЦИЯ РЕБЕНКА К ШКОЛЕ

Новый, важный этап жизни ребёнка - поступление в школу. Это торжественное событие иногда омрачается тревогой, страхом неизвестности.

# Что же такое АДАПТАЦИЯ?

Адаптация – привыкание, «вливание» человека в какую-либо среду.

У части детей адаптация к школе проходит тяжело. При этом значительные нарушения в состоянии здоровья нарастают от начала к концу учебного года.



**Для успешной адаптации  
первоклассников очень  
важна мотивация учения**



# Как же помочь своему ребенку адаптироваться к школе?

1. Прежде всего, верьте в своего ребенка.
2. Не допускайте никаких негативных установок в отношении ребенка.
3. Любовь родителей ребёнок должен чувствовать постоянно. Проявления любви: касания, объятия, улыбки, взгляды, слова: «Как хорошо, что ты у меня есть».

4. Заранее расскажите ребёнку о том, как будет проходить обучение в школе как можно более подробно, сходите в школу вместе с ребёнком. Это поможет ему справиться с тревогой и избавит от страха неизвестности.

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

**6. В первый месяц учения важно чётко и однозначно рассказать и показать ребёнку, что входит в круг его новых обязанностей.**

**Это хорошо известные правила: не шуметь на уроках, не разговаривать с соседом, не заниматься посторонними делами, поднимать руку, сидеть прямо, не наклоняться низко при письме.**

Для успешной адаптации ребенка к школьным нагрузкам необходимо соблюдать:

1. Режим дня;
2. Сон;
3. Прогулки на свежем воздухе;
4. Для успешного обучения очень важно, насколько хорошо дети понимают смысл слов «нельзя» и «надо»;

5. Если есть возможность, то хорошо родителям взять отпуск в сентябре - октябре, чтобы уделить ребёнку больше времени. Именно в самом начале школьной жизни совет и поддержка родителей так важны для Вашего ребенка.



**6. Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь.**

**Помните: для ребенка что-то не уметь и что-то не знать - это нормальное положение вещей.**

**Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, хвалите его за успехи и достижения.**

**7. Проявляйте к своему ребенку максимум внимания, переживайте за каждую неудачу и радуйтесь даже самым маленьким его успехам.**



**БЛАГОДАРИМ  
ЗА ВНИМАНИЕ!**