

МОИ РЕБЕНОК

-

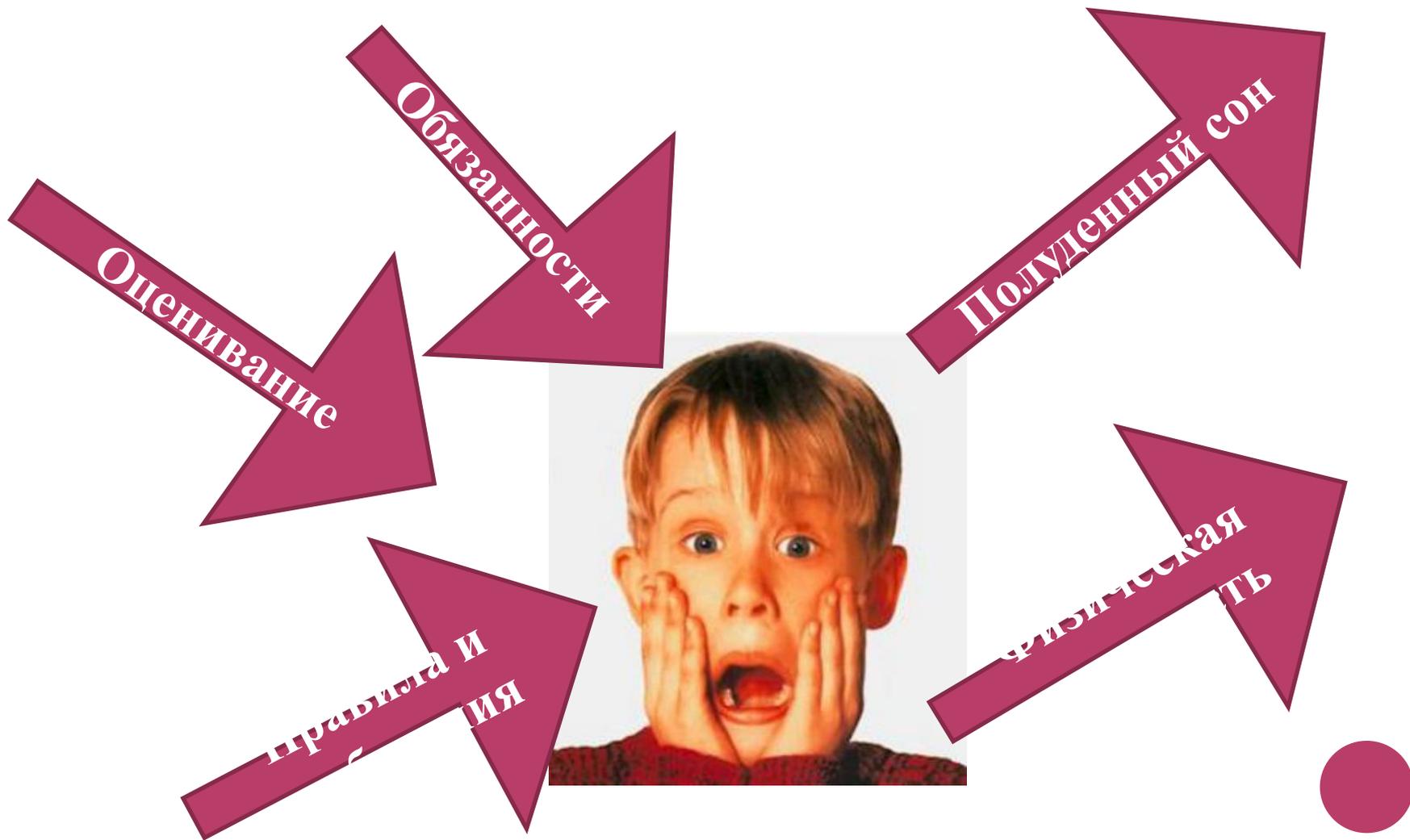
ПЕРВОКЛАСС

НИК

Светлана Николаевна Щелакова

**Педагог-психолог
высшей квалификационной категории
МБОУ Крюковской СОШ**

ИЗ ДЕТСКОГО САДА В ШКОЛУ



КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ?

- Будьте ребёнку спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос;
- Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет;
- Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «**Смотри, не балуйся!**», «**Чтобы сегодня не было жалоб!**». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов;



КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ?

- Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня;
- Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам;
- Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка;



КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ?

- После школы не торопитесь садиться за занятия. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха;
- Не забывайте о физической активности;
- В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то..»;
- Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу пед.тактики решайте без него;



КАК ПОМОЧЬ АДАПТИРОВАТЬСЯ К ШКОЛЕ?

- Помните, что всестороннее развитие ребенка – это хорошо, однако у ребенка должно быть время, когда он **ничем не занят** (ни уроками, ни кружками, ни компьютером). Дайте ребенку поскучать;
- Учтите, что даже «**большие дети**» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

