Адаптация первоклассника в школе
Советы родителям

1. Организуйте уголок школьника, поддерживайте в нём порядок.
2. Перед началом выполнения домашнего задания (в будущем) выключите радио, телевизор. Не мешайте детям излишними замечаниями, громкими разговорами.
3. Не сидите с ребёнком за уроками, но ежедневно проверяйте их. Учите задания выполнять быстро, чётко, не отвлекаясь.
4. Научите ребёнка обстоятельно готовиться к завтрашнему дню:

- собрать школьные принадлежности;
- подготовить обувь, одежду.

5. Рационально организуйте режим дня:

- уроки готовить в установленное время, в проветренном помещении;
- отдыхать на свежем воздухе;
- вовремя ложиться спать.
- телевизор (компьютер) смотреть не более 1-го часа.

6. К делам детей относитесь внимательно, доброжелательно, но вместе с тем, будьте требовательны к результатам его деятельности.

7. С самого начала учения вселяйте в детей веру и оптимизм: “Неудачи временны. То, что не получилось сегодня, получится завтра.”

Добро пожаловать в школу!

Несколько советов

1. Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.
2. Не торопитесь. Умение рассчитать время – Ваша задача. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.
3. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было отметок!». Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.
4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте
5. немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
6. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.
7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
8. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Но помните, что занятия вечерами бесполезны.
9. Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий – 10 минут перерыв.
10. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.
11. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то..».
12. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.
13. Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу «педтактики» решайте без него.
14. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.
15. Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

С уважением, педагог-психолог
МБОУ «Новоандреевская школа им. В.А.Осипова»
Кот О.В.