

6. Если учитель делает замечания вашему ребенку, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

7. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...»

8. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда будете принадлежать только ребёнку.

9. Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу педагогики решайте без него.

10. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.

11. Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.

Успехов Вам и Вашим детям!



Родителям первоклассников

Педагог-психолог:
Татьяна Викторовна Послед
+375 (29)8755405

Вилейка, 2021

АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Адаптация – это приспособление ребенка к новой системе социальных условий, новым отношениям, требованиям, видам деятельности, режиму дня.

При этом важна **психологическая готовность** ребенка к школе:

1. Личностная готовность к школе.

Вы, родители, должны способствовать формированию у детей следующих качеств: умение ребенка войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться (разумная необходимость), чувство товарищества.

Такие качества обеспечат ему безболезненную адаптацию к новым социальным условиям.

2. Волевая готовность.

Это условие характеризуется отношением ребенка к трудностям и способам их преодоления. Здесь главное значение имеет воспитание мотивов достижения целей, умение принять трудности и стремление разрешить их.



3. Интеллектуальная готовность.

Это наличие определенного кругозора, запаса конкретных знаний о живой и неживой природе, общественной жизни. В этом возрасте логическая форма мышления доступна, но не характерна. Важная роль отведена наглядно-действенному и наглядно-образному мышлению.



Основными показателями психологической адаптации первоклассника к школе являются:

1. Формирование адекватного поведения.
2. Установление контактов с учащимися, учителем.
3. Овладение навыками учебной деятельности.



Состояние здоровья – один из основных факторов, влияющих на длительность и успешность процесса адаптации. Легче всего адаптация протекает у здоровых детей, тяжелее всего у детей с хроническими



заболеваниями, расстройствами нервно-психической сферы.



Несколько советов психолога

«Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки»

1. Будьте ребёнку 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 немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
5. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

