

«Как адаптироваться ребенку в школе».

Памятка для родителей выпускников ДОО

Как только ребенок начинает ходить в школу, в его жизни наступает довольно тяжелый период. Даже если малыш обучен грамоте и письму, с удовольствием посещал детский сад и отличается самостоятельностью и дисциплинированностью, то все равно родителям не стоит расслабляться. Как только начинаются школьные занятия, в жизни малыша наступает кризис семилетнего возраста и задача родителей состоит в том, чтобы помочь ребенку пережить этот этап.

Существует несколько причин, по которым первоклассник трудно адаптируется к школе:

1. Резкое изменение образа жизни и режима дня.
2. Появление в кругу ребенка новых, совершенно незнакомых лиц.
3. Непривычный уровень дисциплины.
- 4 Существует вероятность конфликта с учителями и одноклассниками.

Чтобы помочь ребенку адаптироваться к школе, родителям необходимо соблюдать некоторые правила:

Внимательно расспрашивать ребенка о том, как прошел день и занятия;

Часто общаться с учителем;

Не ругать ребенка, если у него не все получается;

Не запрещать гулять, общаться с друзьями, участвовать в активных играх;

Не стоит отдавать ребенка в дополнительные секции.

Будьте заботливыми, внимательными, терпеливыми к маленькому ученику и у него все получится!



Теперь я ПЕРВОКЛАССНИК!

Памятка для родителей

«Как помочь ребенку при адаптации к школе»

1. **Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением**
2. **Примерно за 2 недели до начала учебного года следует изменить режим дня ребенка максимально приблизить его к тому, который будет у него, когда он начнет учиться**
3. **Ни в коем случае не прощайтесь "предупреждая": "Смотри, не балуйся! Чтобы сегодня не было плохих отметок!" Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов**
4. **После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два часа отдыха (ещё лучше 1,5 часа поспать) для восстановления сил**
5. **Не заставляйте делать уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут перерыва, лучше, если он будет подвижны**
6. **Встречайте ребенка со школы вопросом «Что нового сегодня ты узнал в школе? Что интересного было?»**
7. **Почаще формируйте ситуации успеха (хвалите даже за не-**

