**Родителям об адаптации первоклассников.**

Начало обучения в школе – один из наиболее сложных и ответственных

моментов в жизни детей. Большая часть детей идут в школу с большим желанием и

удовольствием, но половина из них теряет интерес к учёбе уже к концу 1 класса.

Это статистика! Поступление ребенка в школу коренным образом меняет его положение. Основным занятием становится учеба. Все поступки, отношения с социальным окружением выстраиваются в соответствии с новыми обязанностями .

Это очень напряжённый период для первоклассника. Школа с первых дней ставит перед учениками целый ряд задач, не связанных непосредственно с их опытом, требует максимальной мобилизации интеллектуальных и физических сил.

Первокласснику не всегда удается быстро привыкнуть к новому образу жизни. Новый режим дня, необходимость сидеть на уроках спокойно, сохраняя правильную рабочую позу (так называемая статическая нагрузка), все это доставляет ребенку некоторый дискомфорт.

Ребенка, пришедшего впервые в школу, встретит новый коллектив детей и взрослых. Ему нужно установить контакты со сверстниками и педагогами, научиться выполнять требования школьной дисциплины, новые обязанности, связанные с учебной работой.

 И, конечно же, в это непростое для ребенка время ему просто необходима помощь родителей.

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку, и, с их помощью, готовить ребенка к взрослой жизни.

1. Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.

2. Попросили — дай, пытаются отнять — старайся защищаться.

 3. Не дерись без причины.

 4. Зовут играть — иди, не зовут — спроси разрешения играть вместе, это нестыдно.

 5. Играй честно, не подводи своих товарищей.

6. Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.

7. Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.

 8. Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отметок не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

 9. Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

10. Старайся быть аккуратным.

 11. Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.

12. Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты — неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Первокласснику необходима моральная и эмоциональная поддержка. Вот несколько советов родителям:

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!». 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.

6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

7. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами бесполезны.

8. Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий — 10 минут перерыв.

 9. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь — наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

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

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

 12. Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу пед. тактики решайте без него.

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

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

 Надеюсь, что информация об особенностях протекания адаптации к школьному обучению у детей оказалась интересной и полезной для Вас и Вы сможете, учитывая эти сведения, облегчить привыкание своего ребенка к школе, помочь ему в трудную минуту.