*Начало учебы в школе является переломным моментом в жизни каждого ребенка. И от того, насколько хорошо он адаптируется к новым условиям, зависит то, как комфортно ему будет следующие одиннадцать лет. Ведь от психологического настроя во многом зависят успехи в учебе и отношения со сверстниками. Рекомендации родителям первоклассников по адаптации к школе помогут ребенку легче пережить этот непростой период перехода к новой жизни.*

**Правильная мотивация — залог успешной учебы**

Родители играют важную роль в процессе адаптации к школе. Они могут создать определенную психологическую установку, формируя таким образом отношение к учебному процессу. Период привыкания к новому образу жизни может быть разным. Он может занять от двух недель или полугода.

Многое зависит от психологических особенностей ребенка, уровня его подготовленности, типа школьного заведения и сложности образовательный программы.

Рекомендации родителям первоклассников по адаптации начинаются с создания у ребенка правильной мотивации. Именно от нее зависит, с каким желанием он будет идти в школу по утрам. Любые попытки новоиспеченного ученика познать что-то новое, независимо от результатов, должны встречать внимание и поддержку со стороны мамы и папы. Если ребенок будет ощущать психологическую опору со стороны семьи, у него будет отсутствовать страх перед новым и неизведанным, а это крайне важно для успешной адаптации.

**Адаптация первоклассников: советы родителям**

* Поддерживайте становление ребенка учеником. Если вы будете

заинтересованы в его делах, показывая серьезное отношение к достижениям, это поможет первокласснику обрести уверенность, которая поможет быстрее привыкнуть к новым условиям.

* Составьте распорядок дня, которому необходимо следовать вместе.
* Объясните ребенку правила и нормы, которым нужно следовать в

учебном заведении, помогите осознать важность их соблюдения.

* Поддерживайте ребенка во всех трудностях, с которыми он

столкнется в школе. Дайте ему осознать, что каждый может

ошибаться, но это не значит, что нужно сдаваться.

* Не игнорируйте проблемы, которые возникают в начале школьной

жизни. Например, если у малыша проблемы с речью, начните посещать логопеда, чтобы избавиться от них до конца первого класса.

* Если поведение ребенка дает вам повод для беспокойства, поговорите

об этом с учителем или психологом. Профессиональные рекомендации родителям первоклассников в период адаптации помогут легче пережить непростой этап.

* Помните, что [похвала — это стимул к новым победам](https://pedsovet.su/publ/47-1-0-4151). Старайтесь

в любой работе находить повод для похвалы.

* С началом школьной жизни, у первоклассника появляется новый

авторитет — учитель. Уважайте мнение ребенка о нем, не допускайте при нем никакой критики школы или учителя.

* Несмотря на то, что учеба полностью меняет ритм жизни, сделайте

так, чтобы у ребенка оставалось время для игр и отдыха. Правильная организация времени поможет больше успеть.

Помните, что каждый ребенок индивидуален. В таком важном вопросе, как адаптация первоклассников, советы родителям начинаются именно с этого. Не нужно сравнивать успехи своего малыша с другими и тем более приводить ему в пример кого-то. Такое поведение приведет лишь к снижению уверенности в себе и страхам перед учебой.

**Анкета для родителей по адаптации первоклассника к школе**

Насколько успешно привыкает ребенок к новым условиям, поможет понять небольшое тестирование. Эта анкета для родителей по адаптации первоклассников выявит, есть ли у ребенка проблемы со школой и нужна ли ему помощь.

Анкета

1. Охотно ли идет ребенок в школу?
* неохотно (ДА);
* без особой охоты (ВДА);
* охотно, с радостью (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Вполне ли приспособился к школьному режиму? Принимает как

должное новый распорядок?

* пока нет (ДА);
* не совсем (ВДА);
* основном, да (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Переживает ли свои учебные успехи и неуспехи?
* скорее нет, чем да (ДА);
* не вполне (ВДА);
* в основном да (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?
* иногда (ВДА);
* довольно часто (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?
* в основном отрицательные впечатления (ДА);
* положительных и отрицательных примерно поровну (ВДА);
* в основном положительные впечатления (А).
1. Сколько времени в среднем тратит ребенок на выполнение

домашних заданий? (Укажите конкретную цифру).

1. Нуждается ли ваш ребенок в Вашей помощи при выполнении

домашних заданий?

* довольно часто (ДА);
* иногда (ВДА);
* не нуждается в помощи (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Как ребенок преодолевает трудности в работе?
* перед трудностями сразу пасует (ДА);
* обращается за помощью (ВДА);
* старается преодолевать сам, но может отступить (ВДА);
* настойчив в преодолении трудностей (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Способен ли ребенок сам проверить свою работу, найти и исправить

ошибки?

* сам этого сделать не может (ДА);
* иногда может (ВДА);
* может, если его побудить к этому (А);
* как правило, может (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Часто ли ребенок жалуется на товарищей по классу, обижается на

них?

* довольно часто (ДА);
* бывает, но редко (ВДА);
* такого практически не бывает (А);
* затрудняюсь ответить.
1. Справляется ли ребенок с учебной нагрузкой без перенапряжения?
* нет (ДА);
* скорее нет, чем да (ВДА);
* скорее да, чем нет (А);
* затрудняюсь ответить.

Подсчитайте количество выбранных вариантов в скобках. Наибольшая цифра характеризует уровень адаптации:

* А  — адаптация;
* ВДА —  возможна дезадаптация;
* ДА — дезадаптация.

**Памятка родителям первоклассников по адаптации**

Если вы хотите сформировать у ребенка положительное отношение к школе и учебному процессу, учитывайте определенные советы родителям первоклассников в период адаптации. Они помогут пройти непростой жизненный период наиболее безболезненно.

* Будите малыша спокойно и ласково, пусть его день начинается с вашей улыбки.
* Не торопитесь, помните, что правильно рассчитать время — это ваша обязанность, не нужно подгонять ребенка.
* Обязательно дайте позавтракать первокласснику, даже если в школе предусмотрено питание.
* Никогда не прощайтесь с ребенком словами предупреждения. Не нужно говорить: «Смотри, чтоб без замечаний» или: «Не балуйся» и т.д. Лучше пожелайте ему удачного дня и не поскупитесь на несколько ласковых слов.
* Не встречайте ребенка вопросом, что он сегодня получил. Дайте ему время немного расслабиться и отдохнуть.
* Будьте внимательны к малышу, если видите, что он хочет с вами чем-то поделиться — выслушайте. А если не высказывает желания обсуждать пройденный день — не заставляйте.
* Не садитесь за уроки сразу после учебного дня. Дайте ребенку время на восстановление сил.
* Во время выполнения упражнений делайте небольшие паузы, чтобы ребенок мог немного отдохнуть.
* Решайте возникающие педагогические проблемы без него, при необходимости советуйтесь с учителем или психологом.

***Заканчивайте день позитивно.***

***Не нужно выяснять отношения или напоминать о завтрашних возможных трудностях.***