**АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

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**

• Начинайте морально готовить ребенка к школе заранее, еще в детском саду. Начиная с весны водите ребенка в школу, познакомьте с будущей учительницей. По предварительной договоренности посидите с ним на нескольких уроках. Сделайте так, чтобы 1 сентября он пришел в знакомую обстановку, с положительным настроем. Не обязательно ходить на подготовительные курсы, можно попроситься поговорить с учителем и побывать в школе и без посещения курсов.

• 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 распорядка 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. Как правило в школе реализуется программа **адаптации первоклассников** и проводится одно или несколько тематических **родительских собраний**.

• Помните, что похвала — это стимул к новым победам. 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.

2. Вполне ли приспособился к школьному режиму? Принимает как должное новый распорядок?

• пока нет *(ДА)*;

• не совсем *(ВДА)*;

• основном, да *(А)*;

• затрудняюсь ответить.

3. Переживает ли свои учебные успехи и неуспехи?

• скорее нет, чем да *(ДА)*;

• не вполне *(ВДА)*;

• в основном да *(А)*;

• затрудняюсь ответить.

4. Часто ли ребенок делится с Вами школьными впечатлениями?

• иногда *(ВДА)*;

• довольно часто *(А)*;

• затрудняюсь ответить.

5. Каков преобладающий эмоциональный характер этих впечатлений?

• в основном отрицательные впечатления *(ДА)*;

• положительных и отрицательных примерно поровну *(ВДА)*;

• в основном положительные впечатления *(А)*.

6. Сколько времени в среднем тратит ребенок на выполнение домашних заданий? *(Укажите конкретную цифру)*.

7. Нуждается ли ваш ребенок в Вашей помощи при выполнении домашних заданий?

• довольно часто *(ДА)*;

• иногда *(ВДА)*;

• не нуждается в помощи *(А)*;

• затрудняюсь ответить.

8. 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.

9. 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.

10. 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.

11. 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**.