

Благоприятные условия для успешной адаптации ребенка к школе

Адаптация ребёнка к школе, говоря простым языком, — это привыкание к новому ритму жизни. Все лето ребёнок играл, но наступает осень, и в его жизни появляются уроки, домашние задания, разнообразные секции. В начале учебного года ребёнку приходится перестраиваться, приспособливаться, привыкать.

Школьная адаптация — это сложный, многогранный процесс. При этом задействованы все сферы личности ребёнка: когнитивно-познавательная, эмоционально-волевая, потребностно-мотивационная, межличностно-социальная.

Как родители могут помочь первокласснику быстрее и проще привыкнуть к школьному ритму жизни?

1. Важно верить в своего ребёнка, в его успехи и достижения, демонстрировать ему свою поддержку.
2. Необходимо говорить с ребёнком о школе, настраивая его на позитивный лад.
3. Пусть все покупки к школе ребёнок выбирает самостоятельно, это вовлечет его и вызовет положительные эмоции в ожидании первых уроков.
4. Полезно постепенно приучать ребёнка к режиму дня, в который должно входить время не только для учебных занятий, но и досуга.
5. Следует непрерывно объяснять ребёнку нормы и правила поведения в обществе, в любой жизненной ситуации отрабатывая их на практике.
6. Лучше избегать оценок, сравнений, быть терпеливее к ребёнку.
7. Крайне важно сохранять баланс, не перегружать ребёнка дополнительными нагрузками. Всего должно быть в меру.

Первые месяцы учебы — **самые сложные и ответственные**. Одна из важнейших задач каждого родителя в этот период — помочь ребёнку войти в школьную жизнь спокойно, уверенно и полноценно.

Слушайте своих детей, постарайтесь понять их проблемы, отнеситесь к ним с особым терпением, любовью и заботой!