Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №4» г. Белгорода

**Как помочь ребенку адаптироваться**

**к новым школьным условиям? (рекомендации для родителей)**

Выступление

на родительском собрании в 1 «А» классе

педагога – психолога

Стрелковой М. А.

Дата проведения:

29.09.2013 года

Белгород 2013 год

 Дата: 29.08.2013 г. Время:17.30-17.40

**Как помочь ребенку адаптироваться к новым школьным условиям? (рекомендации для родителей)**

 **Цель:** помочь родителям и их детям адаптироваться к новым школьным условиям.

**Ход собрания.**

 Здравствуйте уважаемые родители первоклассников!

Переход в новую школу, новый класс всегда связан с возрастанием нагрузки на психику ребенка. Новый учитель, новые требования, новый уже сложившийся коллектив сверстников – все это может по-разному переживаться ребенком. И задача родителей – помочь своему ребенку пережить этот сложный этап адаптации.

 В период адаптации важно обеспечить ребенку спокойную, щадящую обстановку, четкий режим, то есть сделать так, чтобы ребенок постоянно ощущал поддержку и помощь со стороны родителей.

Постарайтесь придерживаться наших рекомендаций, чтобы облегчить Вашему ребенку адаптацию к новым условиям учебы.

1. Расспрашивайте Вашего ребенка о его школьных делах.

Не ограничивайте свой интерес обычным вопросом типа: "Как дела"? Выбирайте время, свободное от домашних дел, и подробно беседуйте с ребенком о школе. Запоминайте события и детали, о которых ребенок рассказывает Вам, используйте их в дальнейшем для того, чтобы начинать подобные беседы. Обязательно спрашивайте ребенка об одноклассниках, школьных предметах, педагогах.

2. Регулярно беседуйте с учителями Вашего ребенка о его успеваемости, о поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Непременно побеседуйте с Вашим классным руководителем, если Вы чувствуете, что не знаете о школьной жизни Вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой. Даже если нет особенных поводов для беспокойства, старайтесь консультироваться с учителями Вашего ребенка не реже, чем раз в месяц.

3. Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.

4. Познакомьтесь с программой обучения и особенностями школы, где учится Ваш ребенок.

Посещайте все мероприятия и встречи, организуемые родительским комитетом и педагогами. Узнайте о дисциплинарных правилах, установленных в школе, о различных возможностях обучения, предоставляемые школой.

5. Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Обязательно установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания.

6. Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

7. Поддерживайте спокойную и стабильную атмосферу в доме.

Спокойствие домашней жизни Вашего ребенка поможет ему более эффективно решать школьные проблемы.

Правила общения с ребёнком.

1. Можно выражать своё недовольство отдельными действиями ребёнка, но не ребёнком в целом.

2. Можно осуждать действия ребёнка, но не его чувства, какими бы непозволительными они ни были.

3. Не требовать от ребёнка невозможного или трудновыполнимого. Лучше посмотрите, что можно изменить в окружающей обстановке.

4. Недовольство действиями ребёнка не должно быть постоянным, иначе оно перестаёт восприниматься.

5. Позволяйте ребёнку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или бездействия). Тогда у него будет шанс повзрослеть.

6. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребёнок, если он не просит помощи. Если ребёнку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно окажите её.

7. Если ребёнок вызывает у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом.

8. Чтобы избежать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка.

9. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за личные дела вашего ребёнка, пусть он почувствует себя ответственным за их выполнение.

10. В своих чувствах говорите ребёнку от первого лица. Сообщайте о себе, своих мыслях и чувствах, а не о нём и его поведении.

Важно, чтобы у вашего ребенка был четкий режим дня, в котором будет отведены свои определенные часы на учебную деятельность, отдых, развлечения, прогулки и внеучебные занятия.

Что касается именно учебной деятельности младших школьников, то можно дать следующие рекомендации по выполнению домашнего задания:

 Объясните своему ребёнку, что домашнее задание – дело первоочередной важности. Помогите ему составить план выполнения домашней работы. Никакие другие занятия не должны мешать её выполнению.

 Не выполняйте домашнее задание за вашего ребёнка. Вместо этого дайте ему понять, что цель вашего присутствия - поддержка.

 Приучите своего ребёнка заблаговременно готовиться к контрольным работам. Не оставляете его на вечер накануне контрольной.

 Интересуйтесь работой вашего сына или дочери, просматривайте дневник и тетради. Попросите его(её) постоянно держать Вас в курсе школьных дел.

 Постарайтесь выяснить, с какими предметами Ваш ребёнок справляется без особого труда, а какие требуют определённых усилий. Наблюдайте за тем, что он делает, когда не понимает задания, или какого-либо определения.

 Создайте своему ребёнку спокойную обстановку для учёбы.

**И самое главное!**

Ребенок должен быть уверен, что дома его по-прежнему любят и уважают, несмотря на все школьные трудности.