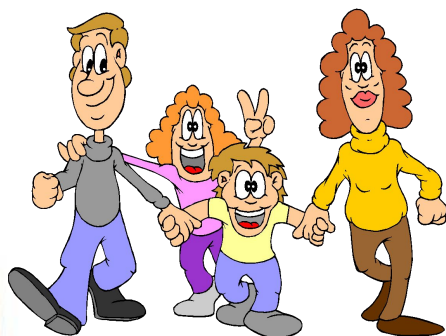




**Доброе начало, или как  
ПОМОЧЬ  
первокласснику  
адаптироваться к  
школе**

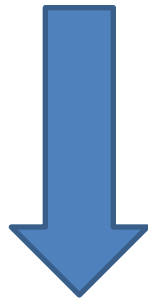




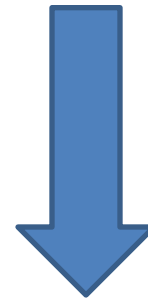
# Что такое адаптация?



**Адаптация-это  
приспособление организма к  
изменившимся условиям**



**физиологическая**



**психологическая**





# Физиологическая



Первые 2-3 недели  
- "физиологическая  
буря" или "острая  
адаптация".

неустойчивое  
приспособление

период относительно  
устойчивого  
приспособления





# Правильно готовимся

1. Правильный режим
2. На домашнюю работу- 1-1.5 часов
3. Рабочее место должно быть удобным для учебной деятельности





# Правильно отдыхаем

1. Прогулка-2-3.5 часов
2. Полтора часовой дневной сон
3. Ужинать нужно за 2 часа до сна





# Приучайте к самостоятельности

1. Не делайте уроки за ребёнком
2. Приучите ребенка содержать в порядке свои вещи
3. Начинайте «забывать», что ваш ребенок маленький
4. При проверке выполненного не спешите сразу все исправить





# Приучайте к самостоятельности

5. Научите ребенка самостоятельно собирать портфель
6. Научите пользоваться расписанием уроков и правильно выкладывать необходимые учебники и принадлежности на столе
7. Помогите ребенку овладеть информацией, которая позволит ему не теряться



# Создайте благоприятную обстановку в семье.



1. Чаще делитесь с ребенком воспоминаниями о счастливых мгновениях своего школьного прошлого
2. Постарайтесь не делать ребенку критических замечаний, когда он делает уроки



3. Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе





# Создайте благоприятную обстановку в семье.



4. Не старайтесь быть для ребенка учителем

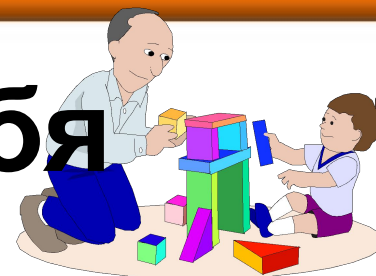
5. Научите ребенка правильно реагировать на неудачи

6. Стремитесь сделать полезным каждое мгновение общения с ребенком

7. Учите ребенка чувствовать и удивляться, поощряйте его любознательность



# Контролируйте себя



1. Не ругайте, а тем более не оскорбляйте ребёнка в присутствии посторонних

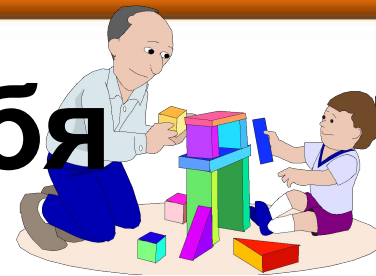
2. Не опаздывайте в школу и в присутствии ребенка уважительно отзываться об учебном процессе

1. Все достижения ребенка нужно считать важными для вас





# Контролируйте себя



4. Вы должны стараться не допускать не выгодных для ребенка сравнений с другими детьми

5. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге



# Поддерживайте ребенка

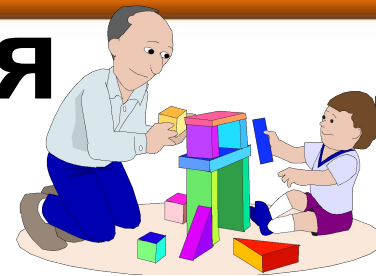


1. Не пропускайте трудности, возникшие у ребенка на первом этапе обучения
2. Поддерживайте в первокласснике его желание добиться успеха
3. Хвалите и эмоционально поддерживайте («Молодец!», «Хорошо!»)





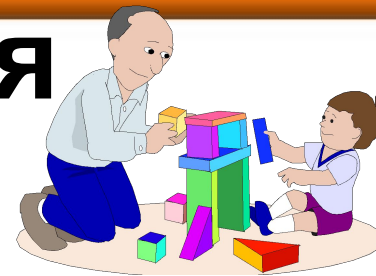
# Взаимоотношения одноклассников



1. Не отнимай чужого, но и своего не отдавай.
2. Не дерись без причины.
3. Играй честно, не подводи своих товарищей.
4. Не дразни никого, не выпрашивай ничего.



# Взаимоотношения одноклассников



5. Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем не спорь и за отметки не обижайся.

6. Не ябидничай и не наговаривай ни на кого.

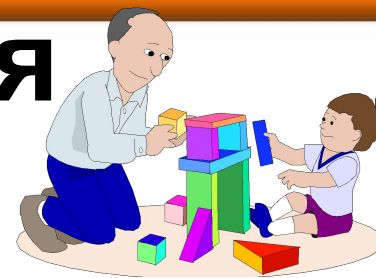
7. Старайся быть аккуратным.

8. Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдём домой.





# Взаимоотношения одноклассников



9.Помни: ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты- неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!





БОЛЬШОЕ  
СПАСИБО



за сотрудничество!

