**Памятка для родителей по адаптации ребёнка к школе**

1. Адаптация - приспособление ребенка к школе, к новым условиям, новым навыкам взаимодействия. Процесс этот длительный и сложный.
2. Процесс адаптации к школе продолжается в течение всего первого года обучения, но в первые 6-9 недель учебы закладываются основы успешного обучения в школе.
3. Адаптируются дети по-разному, практически все дети испытывают трудности в адаптации. Часто ребенку необходима помощь учителя, психолога.
4. На успешность адаптации детей влияют многие факторы (возраст ребенка, уровень готовности, физическое состояние ребенка).
5. Важнейшим фактором успешности адаптации первоклассника является поддержка родных родителей, бабушек, дедушек, старших братьев, сестер.

***Признаки успешной адаптации:***

1. Ребенку нравится в школе, он не испытывает неуверенности, страхов, охотно идет в школу, не высказывает нежелания посещать школу, у него появились новые школьные друзья.
2. Ребенок успешно осваивает школьную программу.
3. Ребенок принимает статус школьника, на уроках проявляет достаточную степень самостоятельности ребенка при выполнении учебных заданий (пользуется помощью учителя после самостоятельных попыток решения поставленных учебных задач).
4. Ребенок успешно выстраивает взаимоотношения с одноклассниками и учителем, у него появились школьные друзья, он может обратиться к учителю за помощью.
5. Отсутствуют неблагоприятные изменения в физическом, психологическом состоянии здоровья ребенка.

***Для успешной адаптации ребенка необходимо участие родителей в его школьной жизни:***

1. В отношениях с ребенком поддерживайте позитивные отношения, чаще хвалите ребенка, подчеркивайте успехи.
2. Организуйте ребенку четкий распорядок дня, желательно уже до школы познакомиться с распорядком дня школы и приблизить домашний распорядок дня к нему.
3. Следите за нагрузкой ребенка, не допускайте переутомлений.
4. Помогите первокласснику организовать рабочее место.
5. Всегда проявляйте интерес к школьной жизни ребенка, вместе переживайте с ним успехи и помогайте при неудачах.
6. Помогайте ребенку в выполнении развивающих заданий.

***Важные правила***

1. Любите ребенка таким какой он есть, а не его достижения. Гордитесь им, оценивайте его поступки, а не самого ребенка.
2. Никогда не сравнивайте ребенка и его достижения с другими детьми.
3. Старайтесь терпеливо отвечать на вопросы ребенка.
4. Старайтесь каждый день найти время поговорить с ребенком о его школьных делах.
5. Не «давите» на ребенка, не добивайтесь успеха любой ценой (насилие, принуждение), это разрушит личность ребенка. Признавайте права ребенка на ошибки.
6. Помните – каждому ребенку важно иметь копилку счастливых воспоминаний, старайтесь сделать вхождение ребенка в школьную жизнь приятным и интересным.
7. Поддерживайте самооценку ребенка, помните ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
8. Хотя бы иногда ставьте себя на место своего ребенка – Вам будет понятно, что справедливо и не справедливо по отношению к ребенку с его позиции.