

* Адаптация первоклассников



Информация подготовлена
педагогом-психологом, членом
экспертно-методического совета по
развитию психолого-педагогической
помощи участникам образовательных
отношений Хамидуллиной А.Е.

* Режим дня школьника

- Режим - (от лат. *regimen* - управление)

Режим - это распорядок жизни, работы, питания, отдыха, сна

Для чего нужен режим дня?

Помогает:

- стать организованным;
- стать ответственным;
- ценить своё и чужое время;
- быть здоровым



* Помогите ребенку обрести чувство уверенности в себе

* Ребенок должен чувствовать себя
в любой обстановке так же естественно, как дома

Но помните! что
постоянная опека, или
наоборот, частые
замечания и **негативная
оценка** поведения ребенка
приводят к **неуверенности
в себе, замкнутости,
агрессивности**



***Самостоятельность**

Приучайте ребенка к самостоятельности

- *Чем больше ребенок может делать **самостоятельно**, тем более взрослым он себя ощущает
- *Научите ребенка **самостоятельно** раздеваться и вешать свою одежду, застегивать пуговицы и молнии



*Ответственность

Приучите ребенка содержать в порядке свои вещи

- *Успехи ребенка в школе во многом зависят от того, как он умеет организовывать свое рабочее место
- *Все это как у взрослых, но —
**личная собственность
ребенка!**

И ответственность за порядок
тоже личная



* Развитие
коммуникативных
навыков)

От того, как ребёнок умеет

- * общаться,
- * выражать свои просьбы и чувства,
- * понимать чужие волеизъявления и реагировать на них,

зависит очень многое

Хорошие манеры ребенка – зеркало семейных
отношений



Коммуникативные навыки

- * *умение найти друзей среди сверстников,*
- * *умение поддерживать дружеские взаимоотношения,*
- * *умение решать конфликтные ситуации мирным путем,*
- * *участвовать в коллективных формах деятельности,*
- * *проявление уважения по отношению к взрослым,*
- * *умение устанавливать контакты на уроке и вне его,
т.е. осуществлять эффективное взаимодействие*



* Джентльменский набор первоклассника

- * *Приветствие*
- * *Прощание*
- * *Обращение*
- * *Просьба о помощи, поддержке, услуге*
- * *Оказание помощи, поддержки, услуги*
- * *Благодарность*
- * *Принятие благодарности*
- * *Отказ*
- * *Требование*
- * *Слушание*
- * *Развернутое высказывание*



*Эмоциональный интеллект

Эмоциональный Интеллект- это способность распознавать свои чувства и эмоции и управлять ими, а также понимать чувства других людей.

- * Формируйте у ребенка **словарик эмоций**, чтобы он мог сказать: - Я так рад! - Я злюсь!- Я боюсь.- Мне одиноко.- Я грущу.- Я беспокоюсь.- Я скучаю.- Я волнуюсь и т.д.
- * Разрешайте ребенку **испытывать эмоции**
- * **Принимайте** чувства ребенка, сочувствуйте и поддерживайте его. Объясняйте и предлагайте варианты решения возникшей ситуации

- * Взрослая позиция родителей
- * Ответственность родителей за поведение ребёнка
- * Спокойное общение уверенным тоном, даже при негативных эмоциональных реакциях
- * Отсутствие оскорблений, унижений, обвинений
- * Словесное подкрепление необходимости обращения за помощью
- * Повышение самооценки ребенка
- * Искренность, терпение и внимательность
- * Выполнение своих обещаний или четкое объяснение, почему это невозможно



***Контроль
поведения**

*Реакция на неудачи

«Самая большая ошибка – это боязнь совершить ошибку», – Элберт Хаббард

- * *Каждое неудачное происшествие рассматривать с точки зрения перспективы*
- * *Каждая совершенная ошибка – это урок, ступеньки на пути к успеху*
- * *Избегание ошибок приводит к ограничению своей свободы самовыражения*
- * *Поддержка со стороны взрослых при любых условиях*



* Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе

Фразы

- * «В школу не возьмут...»
- * «Двойки будут ставить...»
- * «В классе засмеют...»

Приведут к повышенной тревожности и неуверенности

Эти меры **не могут**
иметь успех



*Семейные правила

Отсутствие семейных правил и норм приводит к **ХАОСУ** и представляет серьезную **опасность** для психического здоровья **ВСЕХ** членов семьи:

- * Серьезные нарушения поведения ребенка;
- * Высокий уровень тревожности ребенка;
- * Обиды и конфликты в семье;
- * Неадекватная самооценка ребенка;
- * Не возможность говорить о своих потребностях;
- * Не возможность выражать свои эмоции и чувства



* «Семья –
это та самая среда, в которой человек
учится, и сам творит добро»
В. А. Сухомлинский

- * Семья - это **самое дорогое**
и родное, что есть у каждого
человека.
- * Семья для ребенка - это **модель
общества**, с помощью которой он
входит в мир.
- * Семье принадлежит **ведущая** роль
в развитии ребенка.
- * Отец и мать - самые близкие
и самые убедительные **образцы**,
по которым растущий человек
проверяет и **строит свое поведение**



*Будьте ребенку другом!

Дайте ребенку
почувствовать, что **он**
может рассчитывать на
вашу поддержку в любой
ситуации.



*Дружеские и
доверительные
отношения,
внимание,
понимание,
забота,
любовь родителей*

*Успешный первоклассник:

- *Любящая заботливая семья
- *Адекватная самооценка и отношение к себе
- *Сформированные навыки общения
- *Навыки самостоятельности и умение быть ответственным
- *Эмоциональный комфорт
- *Умение думать, размышлять

