С началом нового учебного года актуальной становится проблема *адаптации* детей к школе. За время летних каникул дети отвыкают от школьной жизни, дисциплины и учебной деятельности. А для некоторых детей этот учебный год является первым в их жизни! Предлагаем Вашему вниманию

несколько полезных советов для лучшей адаптации ребенка к школе:

- Показывайте ребенку, что родители любят его, таким, каков он есть, а не его достижения.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребенка. Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.
- Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.
- Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком, поговорить «по душам».
- Искренне хвалите ребенка, честно отмечая все его, даже малейшие, успехи.
- Опасно добиваться успеха силой. Принуждение - худший вариант воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.
- Признавайте права ребенка на ошибки.
- Полезно вести «детский банк» счастливых воспоминаний.
- Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые. Иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

Больше всего в течение первого года учебы ваш *ребенок нуждается в эмоциональной поддержке и одобрении.* Именно в это время у ребенка складывается свой собственный взгляд на себя.

Нежелательно отправлять ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается стрессом для 6-7-летних детей. Если ребенок не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем. Поэтому дополнительные занятия лучше начинать *за год до* школы *или со второго класса.*

Помните, что ребенок может концентрировать внимание около 30 -40 минут. Поэтому домашнее задание нужно делать с перерывами и чередовать умственную деятельность с подвижными упражнениями.

Основными ***показателями благоприятной психологической адаптации*** ребенка являются:

- *формирование адекватного поведения*
- *установление контактов с учащимися, учителем,*
- *овладение навыками учебной деятельности.*