Адаптация первоклассников

Личностные особенности первоклассника:

- Сохраняется **потребность в игре**.
- Остается **сильной потребность в движении**.
- Высокая **потребность во внешних впечатлениях** -движущая сила развития. Переживание драматических событий может долго волновать ребенка, отвлекая от учебы.
- Главным и **беспрекословным авторитетом становится учитель**.

- **Двигательные реакции, выражающие чувства все еще характерны.**
- В поступках **ребенок подражает значимым для него взрослым.**
- Ребенка **привлекает внешняя сторона вещей.**

Сложности периода адаптации:

- новые требования и обязанности;
- новый коллектив;
- новый режим дня;
- новая ведущая деятельность;
- новый значимый взрослый (учитель);
- возможно совпадение с возрастным кризисом.

Рекомендации родителям

- **Организуйте режим дня ребенка**:
- сон 11 часов в сутки;
- двигательная активность 3 -4 часа в день;
- тренировочные задания выполнять с 16 до 17 часов.
- **Рационально организуйте рабочее пространство** (минимум отвлекающих факторов), помогайте собирать портфель.
- **Интересуйтесь как прошел день, что было интересного**, удивительного, веселого, грустного в классе, с кем играл ребенок.

- **Не сравнивайте ребенка с одноклассниками**, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот.
- **Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка.**
- **Будьте последовательны в своих требованиях**, дайте ребенку почувствовать себя повзрослевшим.
- **Обучайте правилам общения, демонстрируйте образцы бесконфликтного поведения, фильмы и игры со сценами жестокости не рекомендованы.**

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!