

## ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ:

- 1 Оказывайте поддержку ребенку в его **ПОВСЕДНЕВНЫХ** делах, вселяйте в него уверенность, **ГОВОРИТЕ**, что при необходимости всегда придете на помощь;
- 2 Выслушивайте **ВСЕ** рассказы ребенка о школе, а если он не рассказывает сам или рассказывает мало — **РАССПРАШИВАЙТЕ** его;
- 3 Если ему трудно выделить главное, задавайте **КОНКРЕТНЫЕ** вопросы, на которые легче отвечать;
- 4 **НЕ СВОДИТЕ** беседу к **ПРИМИТИВНЫМ** вопросам, касающимся питания, количества уроков. **ВЫЯСНИТЕ**, с кем ребенок играл и в какие игры, как провел перемену, с кем он подружился;
- 5 Приучайте ребенка к **САМОСТОЯТЕЛЬНОСТИ ПОСТЕПЕННО**, постарайтесь, чтобы необходимая ему помощь с каждым разом становилась все менее существенной;
- 6 **СЛЕДИТЕ ЗА СОБЛЮДЕНИЕМ РЕЖИМА ДНЯ ШКОЛЬНИКА**. После школы желательна прогулка, и только после нее можно приступать к урокам;
- 7 **ОРГАНИЗУЙТЕ ПРОСТРАНСТВО** для выполнения домашних заданий, **ИСПОЛЬЗУЙТЕ ТО ВРЕМЯ**, когда у ребенка высокая работоспособность;

- 8 **ПОСТАРАЙТЕСЬ** в первые минуты встречи **НЕ СПРАШИВАТЬ** ребенка, какие оценки он получил в школе. Иначе он может подумать, что **ГЛАВНОЕ ДЛЯ ВАС** — не **ОН САМ**, а его успехи;
- 9 Следите за тем, чтобы ребенок **НЕ ПЕРЕУТОМЛЯЛСЯ**.



Период адаптации обычно занимает от 3-4 недель до 2-3 месяцев. От родителей требуется помощь и поддержка при освоении нового уклада жизни. Важно быть особенно внимательным к ребенку и быть готовыми сотрудничать с педагогами.

## КАК ПОНЯТЬ, ЧТО РЕБЕНОК УСПЕШНО АДАПТИРОВАЛСЯ К ШКОЛЕ?

### РЕБЕНКУ:

- **НРАВИТСЯ УЧИТЬСЯ**, он с удовольствием идет в школу;
- Уверен в себе и ничего не боится;
- **ЛЕГКО СПРАВЛЯЕТСЯ** со школьной программой;
- Сам **ДЕЛАЕТ ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ**;
- Самым важным показателем успешно пройденной адаптации к школе будет являться то, что ребенку **НРАВИТСЯ ЕГО НОВЫЕ ДРУЗЬЯ И УЧИТЕЛЯ**.

**КАК ПОМОЧЬ ВАШЕМУ РЕБЕНКУ  
БЫСТРЕЕ АДАПТИРОВАТЬСЯ В  
НОВОМ КОЛЛЕКТИВЕ**

1. Настраивайте ребенка на успех. Он должен верить в себя.
2. При разговоре с ребенком не перебивайте его, дайте ему высказаться.
3. Расспрашивайте ребенка о его новых друзьях.
4. Предложите ребенку пригласить новых одноклассников в гости, можно организовать дома чаепитие.
5. Очень важно показать, что сами вы практически не волнуетесь по поводу адаптации ребенка, но не потому что вам все равно, а потому что вы уверены в нем и в его успехе.



**Электронные ресурсы:**

1. <https://www.liveinternet.ru/users/rosinka7304/post455485474>
2. [https://imgpng.ru/img/alphabet/exclamation\\_mark](https://imgpng.ru/img/alphabet/exclamation_mark)
3. <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/kak-pomoch-rebenku-adaptirovatsya-k-shkole>

**Адрес:**

Государственное учреждение образования  
«Гродненский районный социально-педагогический центр»  
230005, г. Гродно,  
ул. Господарчая, 10, каб. 507  
Контактный телефон:

**8 (0152) 55-71-24**

Электронный адрес:  
[lojkigrodno\\_dsp@mail.ru](mailto:lojkigrodno_dsp@mail.ru)

**«Телефон доверия»:  
68-15-14**



**Онлайн консультирование  
средством программы Skype  
Логин: lojkigrodno\_dsp**

Государственное учреждение образования  
«Гродненский районный социально-педагогический центр»



**Как помочь ребенку  
адаптироваться к школе**

**ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**