Рекомендации родителям по успешной адаптации ребенка в новой школе.

 Практически всегда, попадая в незнакомую ситуацию, человек испытывает сильнейший стресс. Смена места учебы является такой незнакомой ситуацией, а следовательно и сильный эмоциональный стресс. Так, по шкале стрессогенных факторов Холмса-Рея смена места деятельности находится на третьем месте по силе воздействия на человека.

 Ребенок попадает в новый коллектив – это среда незнакомых людей с присущими им привычками, наклонностями и эмоциями, новые модели поведения, условия учебы, правила и табу учебного заведения.

 Адаптация – процесс ознакомления учащегося с учебным заведением и изменение его поведения в соответствии с требованиями и правилами организационной культуры учебного заведения.

 Цель адаптационного периода - помочь ребятам познакомиться с одноклассниками, с учителями, с новой учебной ситуацией, обретение чувства уверенности. (так отвечали ребята на вопрос анкеты)

 Наибольшую помощь классному руководителю в период адаптации могут оказать родители. Формы работы с родителями в адаптационный период направлены на овладение этикой «учитель – ученик – родитель».

 Поэтому от родителей требуется помощь в адаптации и создание благоприятных условий для общения.

 Родительское собрание. Что могу посоветовать? Настаивайте ребенка на соблюдении режима дня: ребенок, который не доспал - спит на уроках. Он не активен, он не успевает за общим темпом класса. Соответственно, уверенность в своих силах уменьшается. Отнеситесь с пониманием к изменениям в поведении ребенка. Он может быть излишне возбудимым и раздражительным. Это защитная реакция организма на школьные нагрузки. А главное - не завышайте сейчас требований, это только усложнит адаптацию

**Несколько коротких правил для родителей.**

**Вручаем на первом собрании.**

**Несколько коротких правил для родителей.**

— Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
— 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.
— Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
— Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
— Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
— Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.
— Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.
— Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.
— Признавайте права ребенка на ошибки.
— Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.
— Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
— И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.

**Советы родителю на адаптационный период.**

* Не сравнивайте достижения своего ребенка с другими.
* Отмечайте самые маленькие достижения в период адаптации к новой школе.
* Поддерживайте инициативы ребенка, его попытки преодолеть трудности.
* Внимательно выслушайте ребенка, давайте возможность высказаться.
* Большое внимание в период адаптации следует уделять режиму дня. Особенно, ослабленным детям и детям с хроническими заболеваниями.
* Интересуйтесь его отношениями с одноклассниками, с учителями предметниками и его отношением к новой школе.

Заключение. Результаты адаптационного периода.

 Пока­затели успешной социально-психологической адаптации - высокий социальный статусиндивида в данной среде, а также его психо­логическая удовлетворенность этой средой в целом и ее наиболее важ­ными для него элементами.

 **Признаки успешной адаптации (на заметку родителям).**

* Ребенку в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах. Старается прийти в школу пораньше, чтобы пообщаться с друзьями. В то же время, он понимает, что главная цель его пребывания в школе – учение.
* Ребенок не слишком устает: он активен, жизнерадостен, любопытен, редко простужается, хорошо спит, почти никогда не жалуется на боль в животе, голове, горле.
* У него появились друзья-одноклассники.
* Ему нравится его классный руководитель и большинство учителей предметников.

**Заповеди новичкам.**

* Заповедь первая: «Люби учиться»
* Заповедь вторая: «Не болтай»
* Заповедь третья: «Не навязывайся»
* Заповедь четвертая: «Не хвались»
* Заповедь пятая: «Оправдывай доверие лицея»
* Заповедь шестая: «Не задирай нос: в классе все равны»
* Заповедь седьмая: «Чувство меры - божий дар»