

# ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС!



В первом классе привычный режим жизни меняется, и детям приходится подстраиваться под изменившиеся условия. Ребёнок попадает под влияние совокупно воздействующих на его психику факторов:

- нового распорядка дня;
- ограничения на подвижные игры в школе;
- новой обстановки и непривычных для ребёнка обязанностей.

Продолжительность привыкания малыша к новой для него школьной жизни по времени может занять от нескольких дней до 6-7 месяцев.

## ОТ ЧЕГО ЭТО ЗАВИСИТ?

Длительность адаптации в первую очередь зависит от: характера ребёнка, степени его психологической готовности, типа школы, уровня сложности получения знаний, интеллекта и личностных качеств педагога.

**В первые месяцы для первоклассника очень важна и поддержка семьи – родителей, старших братьев и сестёр, бабушки с дедушкой.**

## Что делать, чтобы время адаптации протекло без особых сложностей:

- Чаще хвалить малыша, а за промахи не осуждать.
  - Организовать правильный режим дня. У первоклассника должно быть достаточно времени для сна, подвижных игр, общения с друзьями.
  - Не сравнивать его успехи с учёбой других детей.
  - Не игнорировать жалобы ребёнка на плохое самочувствие.
  - Не предъявлять повышенных требований.
- Прислушиваться к замечаниям учителя и стараться дома спокойно обсудить возникшую проблему.