**Сказки для школьной адаптации**

«Лесная школа «Букет для учителя», «Смешные страхи», «Игры в школе», «Школьные правила».

**Сказки об отношении учеников к вещам**

«Собирание портфеля», «Госпожа Аккуратность», «Жадность» и др.

Сказки об отношении учеников к урокам, к знаниям

«Домашнее задание», «Школьные оценки», «Ленивец», «Списывание», «Подсказка».

Сказки о здоровье и о том, как стать большим

«Режим. Телевизор», «Бабушкин помощник», «Больной друг» и др.

**Сказки о школьных конфликтах**

«Ябеда», «Шапка-невидимка (демонстративное поведение)», «Спорщик», «Обида», «Драки», «Грубые слова», «Дружная страна (межполовые конфликты)».

3. Развитие дефицитарных функций:

— повышение уровня внимания (использование упражнений «Найди ошибку», «Проверь себя и соседа»);

— снижение импульсивности (например, вызов к доске того, кто поднял руку последним, задание «Тихий ответ»);

— снижение деструктивной двигательной активности (обучение навыкам самоконтроля: упражнение «Замри», «Волны» и др.).

Учитель должен помнить, что процесс адаптации ребенка во многом зависит от обстановки в классе, от того, насколько интересно, комфортно, безопасно чувствует себя ребенок во время уроков, в ситуациях взаимодействия с учителем и одноклассниками.

Учитель должен использовать щадящий режим, который включает в себя прогулки, физические упражнения для поднятия мышечного тонуса.

Учителю следует позаботиться об отборе и использовании на уроках специальных упражнений помогающих детям быстрее войти в непривычный для них мир школьной жизни, освоить новую социальную позицию школьника.

Используя игровые психологические методики, учитель может создать в классе атмосферу доброжелательности и конструктивного взаимодействия, позволяющую детям ослабить внутреннее напряжение, познакомиться друг с другом, подружиться.

**Рекомендации родителям будущих первоклассников:**

*1. Будите ребёнка спокойно, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.*

*2. Умение рассчитать время — ваша задача.*

*3. Ребенку необходимо позавтракать.*

*4. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов .*

*5. Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться.*

*6. Если увидите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.*

*7. Разговор с учителем должен происходить без ребёнка. Всегда надо выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.*

*8. После школы необходимо два часа отдыха (1,5 часа поспать) для восстановления сил.*

*9. Делать уроки поочередно, после 15–20 минут занятий необходимы 10–15 минут перерыва, лучше, если он будет подвижным.*

*10. Дайте возможность ребёнку сидеть самому, но если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка «Давай разберёмся вместе! Я тебе помогу!». Похвала необходима.*

*11. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребёнку, не отвлекаясь на другие дела.*

*12. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком.*

*13. В течение года есть критические периоды - это первые 4–6 недель для первоклассников, конец 2 четверти, 1 неделя после зимних каникул, середина 3 четверти.*

*14. Будьте внимательны к жалобам на головную боль, усталость, плохое состояние.*

*15. Учтите, что даже «совсем большие дети» (мы часто говорим 7–8 летнему ребёнку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковые поглаживания.*

**Рекомендации родителям будущих первоклассников:**

*1. Будите ребёнка спокойно, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.*

*2. Умение рассчитать время — ваша задача.*

*3. Ребенку необходимо позавтракать.*

*4. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов .*

*5. Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться.*

*6. Если увидите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.*

*7. Разговор с учителем должен происходить без ребёнка. Всегда надо выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.*

*8. После школы необходимо два часа отдыха (1,5 часа поспать) для восстановления сил.*

*9. Делать уроки поочередно, после 15–20 минут занятий необходимы 10–15 минут перерыва, лучше, если он будет подвижным.*

*10. Дайте возможность ребёнку сидеть самому, но если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка «Давай разберёмся вместе! Я тебе помогу!». Похвала необходима.*

*11. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребёнку, не отвлекаясь на другие дела.*

*12. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком.*

*13. В течение года есть критические периоды - это первые 4–6 недель для первоклассников, конец 2 четверти, 1 неделя после зимних каникул, середина 3 четверти.*

*14. Будьте внимательны к жалобам на головную боль, усталость, плохое состояние.*

*15. Учтите, что даже «совсем большие дети» (мы часто говорим 7–8 летнему ребёнку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковые поглаживания.*