

Упражнения, которые можно выполнять дома с детьми в период адаптации к школе

«Пять вопросов в конце недели». В пятницу перед сном спросите у ребенка, доволен ли он, как прошла школьная неделя? Узнайте, что за пять учебных дней стало для него главным, показалось интересным, расстроило, обрадовало? Какие «роли» он выполнял за неделю: ученик, дежурный, зритель, участник дела или события, победитель, наказанный, помощник? Какие роли ему понравилось выполнять, а какие – нет? Какой из дней запомнился больше всего и почему?

«Беседа по фотографии класса». Положите перед собой фотографию класса вашего ребенка. Попросите «познакомить» вас с одноклассниками, показать соседей по парте. В дальнейшем через фотографию можно будет расспрашивать ребенка о взаимоотношениях в классе, его личных симпатиях и антипатиях. Старайтесь, чтобы ребенок больше говорил о положительном и интересном в отношениях с одноклассниками. Не провоцируйте на «ябедничество», нужно дать понять, что вас интересуют не конфликты или проступки ребят, а его отношение к этому. Лучше не задавать вопросов «Кто у вас в классе больше всех хулиганит?» или «У кого самые плохие оценки?». Задавайте вопросы, которые помогут создать уважительное отношение к одноклассникам: «К кому можно обратиться за помощью?», «С кем интереснее играть?», «Кто самый веселый?».

«Портфельчик достижений». Главное назначение портфеля достижений – сформировать у ребенка положительную самооценку и внутреннюю мотивацию к учебе. В портфеле выделите два раздела: основной и дополнительный. В основной раздел поместите фотографии событий, успехов ребенка, рисунки, грамоты и дипломы. Дополнительный раздел поделите на графы: «Я хочу научиться» и «Я умею». Значение первой графы – подвести ребенка к постановке целей. Она служит для осознания того, что перед началом любой работы необходимо понять, чего ты хочешь добиться. Вкладывайте сюда карточки – условные обозначения результата деятельности ребенка. В графу «Я умею» перекладывайте карточки из раздела «Я хочу научиться», когда ребенок уже справился с задачей. Процесс «перекладывания» может быть торжественным.