

## Медицинские рекомендации

- Изменить режим дня ребёнка в сравнении с детским садом, увеличить физическую нагрузку;
- Необходимо сменить учебную деятельность ребёнка дома, создать условия для двигательной активности ребёнка между выполнением уроков;
- Наблюдать за правильной позой во время домашних занятий, соблюдать правила освещения рабочего места;
- Предупреждать близорукость, искривления позвоночника, тренировать мелкие мышцы кистей рук;
- Обязательно вводить в рацион ребёнка витаминные препараты, фрукты и овощи;
- Организовать правильное питание ребёнка;
- Заботиться о закаливании ребёнка, максимально развивать двигательную активность, создать в доме спортивный уголок, приобрести спортивный инвентарь: скакалки, гантели и т.д.
- Воспитывать самостоятельность и ответственность у ребёнка как главных качеств сохранения собственного здоровья.



## Рекомендуемая литература

1. О.В.Елецкая, Н.Ю Горбачевская «Развитие и коррекция пространственно-временных представлений»
2. М.М.Безруких «Упражнения для занятий с детьми, имеющими трудности при обучении письму»
3. Е.В.Новикова «Логопедическая азбука»
4. М.И.Лозбякова «Учимся правильно и чётко говорить»
5. Н.В.Гойжа «Интенсивный курс подготовки к школе»
6. М.Полякова «Самоучитель по логопедии»
7. ЮШкольник, Ю.Золоторёва «Учимся читать»
8. И.Л.Лебедева «Трудный звук, ты наш друг!»
9. М.В.Дубровина «Как избежать нарушений и срывов в развитии ребёнка»
10. Е.М.Черепанова «Психологический стресс: помоги себе и ребёнку»
11. Н.И.Гутина «Психология готовности к школе».
12. А.М.Прихожан «Психология неудачника: тренинг уверенности в себе»
13. Н.О.Зиновьева «Психология и психотерапия насилия. Ребёнок в кризисной ситуации».



Муниципальное автономное образовательное учреждение — средняя общеобразовательная школа № 168

## Рекомендации по преодолению трудностей адаптации обучающихся 1 классов



В помощь родителям

## Рекомендации психолога

- создание благоприятного психологического климата в отношении ребёнка со стороны всех членов семьи;
- обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребёнок, к каждому прожитому им школьному дню;
- обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы;
- недопустимость физических мер наказания, запугивания, критики в адрес ребёнка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников);
- исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания;
- учёт темперамента ребёнка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к школе, быстро теряют к ней интерес, если чувствуют со стороны взрослых насилие, сарказм и жестокость;
- предоставление ребёнку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью;
- поощрение ребёнка и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребёнка. Развитие самоконтроля и самооценки, самостоятельности ребёнка.



## Рекомендации логопеда



### Развитие речи:

- правильно произносить все звуки
- определять место звука в слове;
- использовать в речи сложные предложения разных видов;
- составлять рассказы по сюжетной картине и по серии картинок;
- Составлять предложения из 5-6 слов и делить слова на слоги, членить простые предложения на слова.

### Развитие мелкой моторики:

- не переучивать детей-левшей с левой руки на правую;
- свободно владеть карандашом и кистью при разных приёмах рисования;
- изображать в рисунке несколько предметов, объединяя их единым содержанием;
- Штриховать или раскрашивать рисунки, не выходя за контуры;
- ориентироваться в тетради в клетку и в линию;

### Внимание:

- выполнять задание не отвлекаясь около 15 минут;
- находить 5-6 отличий между предметами;
- удерживать в поле зрения 8-10 предметов;
- выполнять самостоятельно быстро и правильно задание по предложенному образцу;
- копировать в точности узор или движение;

### Память:

- запоминать 8-10 картинок;
- рассказывать по памяти литературные произведения, стихи, содержание картины;
- Повторять в точности текст, состоящий из 3-4 предложений.

### Мышление:

- Определять последовательность событий, складывать разрезную картинку из 9-10 частей;
- Находить и объяснять несоответствия на рисунках;
- Находить и объяснять отличия между предметами и явлениями, находить среди предложенных предметов лишний;

