**Рекомендации учителям по   адаптации   первоклассников**

**1.**Обеспечить оптимальный процесс физиологической адаптации, помнить, что длительное напряжение, утомление и переутомление могут стоить ребёнку здоровья – это значит:

* обеспечить своевременную смену видов деятельности;
* не давать задания, требующие длительного сосредоточения взгляда на одном предмете, монотонных движений;
* отводить больше внимания и времени на практические действия с предметами, работе с наглядностью;
* использовать щадящий режим, который включает в себя прогулки, физические упражнения для поднятия мышечного тонуса.

**2.**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.

**3.**Систематически проводить индивидуальную работу с детьми, имеющими трудности в адаптации.

**4.**Обеспечить дифференцированный и индивидуальный подход к детям, имеющим особенности в психофизическом развитии и поведении (если такие есть в классе): леворукие, синдром гиперактивности, застенчивость, неврозы и т.п.

**5.**Необходимо 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.

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

**7.**Включить детей, занимающих низкое статусное положение в группе сверстников, в общественно значимую деятельность, повышая их авторитет и самооценку.

**8.**Помогите детям организовать свою деятельность, повторяйте последовательность действий из урока в урок. Просите повторить задание самых невнимательных учеников, но не в качестве наказания.

**9.**Поощряйте детей задавать вопросы, если им что-то непонятно. Снисходительно относитесь к тому, что первоклашки склонны спросить одно и то же несколько раз.

**10.**Организуйте личное общение с каждым учеником своего класса, будьте в курсе их радостей и переживаний.

*Помните, что шестилетка – это маленький человек в зоне перехода, весь устремлённый в будущее, который имеет право на счастье и уважение своего сложного внутреннего мира со стороны взрослых.*