Что делать, если ребенок не хочет идти в школу.

Прошло 2 месяца с начала учебного года. За это время дети, скорее всего, уже влились в учебный процесс, подружились с одноклассниками, если это новый класс, появился распорядок дня и понимание того, как распределить своё время.

Но если же вдруг ребенок до сих пор слишком тревожный, у него как-то изменилось поведение, возможно, он стал более замкнутым или агрессивным, то необходимо понять, что с ним происходит.

Адаптация к школе продолжается от 2 месяцев до полугода, это длительный и индивидуальный процесс.

Успешной можно считать адаптацию, когда ребенок:

* спокоен, не плачет по утрам, нормально засыпает вечером;
* легко принимает школьные правила;
* хорошо отзывается об учителе;
* быстро находит друзей;
* без особых проблем выполняет домашние задания.

Признаки дезадаптации:

* ребёнок часто уставший, не может заснуть вечером и тяжело просыпается утром;
* жалуется на одноклассников или учителя;
* тяжело принимает школьные требования;
* часто капризничает, обижается;
* испытывает трудности в учебе.

Рекомендации родителям:

- Постарайтесь отрегулировать режим дня ребенка. Он должен быть четким.

- Обратите внимание в каком режиме живете Вы. Необходимо находить время для общения с ребенком. Выполнение уроков с ребенком – это не время, потраченное на ребенка. Нужно выделить время для совместных бесед, игр с ребенком, прогулок.

- Понаблюдайте, что дает ребенку дополнительное напряжение. Какой вид деятельности напрягает? Ищем дополнительные возможности переключить деятельность, но при этом расслабиться. (прогулка в парке, у реки) гулять там, где можно отдохнуть от шума.

- Применяйте расслабляющие ванны для ребенка.

- Массаж, бассейн.

- Увеличьте физическую активность.

- Занимайтесь вместе с ребенком тем, что ему нравится.

Педагог-психолог: Н.И.Савинова