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

**«Пять вопросов в конце недели».**

В субботу перед сном спросите у ребенка*,* доволен ли он*,* как прошла школьная неделя*?* Узнайте*,* что за шесть 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*,* о 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*.*

***С уважением, педагог- психолог.***