

Уважаемые родители!

Адаптация ребенка во многом зависит от Вашего психологического состояния. Главная задача родителя - создать эмоционально спокойную, комфортную атмосферу вокруг ребенка; самому быть спокойным, уравновешенным; своевременно решать возникающие трудности. Адаптация к новой культуре может проходить трудно. Для минимизации негативных последствий важно создать для ребенка безопасную упорядоченную среду.

Безопасный комфортный уклад жизни:



1. Принимайте ребёнка таким, какой он есть. Возможно, в период адаптации ребенок станет более агрессивным/тревожным/замкнутым. Ваша задача – помочь ему справиться с этими состояниями. При необходимости – обратитесь к специалисту!
2. Придерживайтесь определённого режима и ритма жизни ребёнка. Избегайте переутомления.
3. Спланируйте вместе с ребенком распорядок дня и старайтесь его придерживаться.

4. Организуйте досуг ребенка, учитывая его интересы.
5. Соблюдайте уже сложившиеся семейные ритуалы и традиции.
6. Придумайте и выполняйте совместные дела: готовить, рисовать, смотреть фильмы и мультфильмы, гулять перед сном и т.д.

Новая культурная среда:



1. Изучите историю и культуру населенного пункта/региона, в котором вы проживаете, вместе с ребенком. Узнайте местные традиции. В этом вам могут помочь:
 - онлайн-путеводитель по городу Тамбову
 - Прогуляйтесь по району проживания, посетите выбранные достопримечательности. Обсудите полученные впечатления.
2. Постройте маршрут от дома до школы и обратно, в другие значимые точки. Пройдите маршрут вместе с ребенком.
3. Посетите местные музеи.

Новая образовательная среда:



1. Проговорите с ребенком алгоритм поведения в первые дни обучения, формы приветствия с одноклассниками, учителями, вежливые слова, возможные формулировки вопросов.
2. Ежедневно интересуйтесь школьными делами ребенка. Поддерживайте стремление ребенка рассказывать Вам о школе, одноклассниках, педагогах.
3. Выслушивайте ребенка, если он хочет высказаться. Не критикуйте и не осуждайте.
4. Радуйтесь вместе с ребенком его успехам.
5. Помогите преодолеть возникающие трудности.
6. Интересуйтесь ближайшим окружением ребенка в школе, в социальных сетях.
7. Научитесь улавливать малейшие вербальные и невербальные сигналы, указывающие на то, что ребенок испытывает дискомфорт.

Недостаточное знание русского языка:

1. Подготовьте и выучите с ребенком набор стандартных фраз, которые могут ему понадобиться в школе.
2. Расширяйте словарный запас ребенка.
3. Как можно больше разговаривайте с ребенком на русском языке.
4. Смотрите вместе мультфильмы /фильмы на русском языке, читайте книги.
5. Привлекайте ребенка к общению с носителями языка в разных ситуациях: на улице, в транспорте, в магазине, в поликлинике, в гостях, в общественных местах.



Детский телефон доверия
8-800-2000-122

Телефон: (4752) 53-49-42

E-mail: sch24@city.tambov.gov.ru

Адрес: 392018, г. Тамбов,
ул. Мичуринская, д.129

Муниципальное автономное
общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №
24»



**Памятка
для родителей
(законных представителей)
несовершеннолетних
иностранных граждан**

**«Адаптация к новым условиям
обучения, воспитания и
социализации»**

Тамбов, 2024 г.