

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 Великому Новгороду <https://www.visitnovgorod.ru>,
  - печатное издание «Великий Новгород. Иллюстрированный путеводитель» и другие источники.
2. Прогуляйтесь по району проживания, посетите выбранные достопримечательности. Обсудите полученные впечатления.
3. Постройте маршрут от дома до школы и обратно, в другие значимые точки. Пройдите маршрут вместе с ребенком.
4. 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. Помогайте преодолевать 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. Расширьте 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.

Если у ребенка существует языковой барьер, возникают стойкие трудности в освоении русского языка, то вы можете обратиться в **Центр русского языка и русской культуры МАОУ "СОШ №23**, расположенный по адресу: г. Великий Новгород, ул. Зелинского, д.6

Телефон для справок: 62-31-28

Сайт: <https://23.schoolsite.ru/p43aa1.html>

Также вы можете обратиться на консультацию к специалистам ГОБУ НОЦППМС. Запись по телефону **8(8162)77-32-50**.



Детский телефон доверия  
**8-800-2000-122**

Памятка разработана с использованием материалов Федерального координационного ресурсного центра по социализации и психологической адаптации несовершеннолетних иностранных граждан.

Государственное областное бюджетное учреждение  
«Новгородский областной центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»



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

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

Составитель:  
Кодачигова А.А.,  
педагог-психолог  
ГОБУ НОЦППМС

Великий Новгород,  
2023 г.

