

Для родителей будущих первоклассников

Начало школьного обучения является для каждого ребенка сильным стрессом. Поступление в школу вносит большие перемены в его жизнь. Все дети наряду с переполняющими их чувствами радости, гордости или удивления по поводу всего происходящего в школе испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У первоклассников в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания. Однако для родителей первоклашек процесс адаптации к школьной жизни может оказаться даже более сложным, чем для самих детей. Прошу обратить ваше внимание на эти рекомендации

- Создайте рабочий настрой:

Задача родителей – помочь детям составить правильное представление о школьной жизни. Не стоит запугивать ребенка или сулить ему легкие победы. Объясните, что учеба – это увлекательное, но ответственное дело, ради которого ему придется измениться.

Маленький первоклассник сочетает в себе и школьника и дошкольника. Ребенку необходимо понять в каких ситуациях он должен быть школьником (н-р на уроке, во время выполнения домашнего задания и т.д.), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования являются реальными и абсолютно выполнимыми для ребенка. От нас же требуется предъявить ему разумные ограничения.

- Не перегружайте дополнительными занятиями:

Состояние первоклассника в первые дни учебы сопоставимо лишь с состоянием космонавта в условиях экспериментальных перегрузок. Первые полтора месяца – период острой адаптации. Не стоит усугублять ситуацию и одновременно со школьными начинать занятия дополнительные.

- Составьте правильный режим дня:

Школьники должны гулять 3,5 часа в день. Нехватка свежего воздуха, умственное переутомление и хроническое недосыпание – основные причины неврозов. Избежать этого поможет правильно составленный режим дня, в котором должно найтись время не только для занятий, но и для игр, и для прогулок, и для хобби. Готовить домашнее задание нужно обязательно через 1,5-2 часа после возвращения из школы. Желательно ограничить просмотр телевизора и время, проводимое за компьютером (не более 1,5 часа в день). Очень важно выделить время приготовления уроков (не более 1 час). Возможно задание выполнено не идеально, но что важнее: здоровье ребенка или безупречно написанная строчка.

- Дайте возможность движению: В школе двигательная активность ограничена. Разрешите ребенку подвигаться.

- *Контролируйте, а не опекайте*: Выполняя с ним ежедневно домашние задания, вы убеждаете его в том, что он не справится с этим делом самостоятельно. Через пару месяцев ваш первоклассник перестанет даже приниматься за уроки в ваше отсутствие. Разумеется вы должны помогать, в случае необходимости, но ребенок должен понимать: уроки это его работа и за ее результаты отвечает он.

- постоянно поощряйте: хвалить первоклассника – это не просто называть его молодцом и умницей. Здесь есть несколько тонкостей:

Поощрение должно быть конкретным: мы хвалим ребенка не самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности. Бывает так, что иногда очень трудно найти, за что похвалить ребенка. В этом случае нужно непременно найти что-то такое, что у него все-таки получается хорошо.

Если мы говоря о школе, прежде всего, расспрашиваем об оценках и бурно реагируем как на хорошие, так на плохие оценки, для ребенка оценка становится основной частью его школьной жизни. Для многих оценка – это оценка не его работы, а его самого. Если я получаю хорошие оценки, значит, я хороший и наоборот.

Психологическая готовность проявляется в том, что школа привлекает (или должна привлекать) ребенка не столько внешней стороной (желание иметь портфель, тетради и т.п.), но и возможностью получить новые знания. При этом ребенок владеет необходимыми средствами познавательной деятельности: у него развиты речь, память, мышление, воображение, пространственные представления и пр.

О психологической готовности к обучению в школе свидетельствуют:

- учебная мотивация ребенка (хочет идти в школу; понимает важность и необходимость учения; проявляет выраженный интерес к получению новых знаний);

- умение ребенка принять учебную задачу (внимательно выслушать, по необходимости уточнить задание);

- развитие школьно-значимых психологических функций, познавательных способностей:

· развитие мелких мышц руки (рука развита хорошо, ребенок уверенно владеет карандашом, ножницами).

· пространственная организация, координация движений (умение правильно определять выше — ниже, вперед — назад, слева — справа).

· координация в системе глаз-рука (ребенок может правильно перенести в тетрадь простейший графический образ — узор, фигуру — зрительно воспринимаемый на расстоянии (например, из книг).

· развитие логического мышления (способность находить сходство и различия разных предметов при сравнении, умение правильно объединять предметы в группы по общим существенным признакам).

· развитие произвольного внимания (способность удерживать внимание на выполняемой работе в течение 15-20 минут).

·развитие произвольной памяти (способность связывать запоминаемый материал с конкретным символом: слово-картинка либо слово-ситуация).

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ!

Ваш ребенок первый раз идет в школу – это важное событие не только в его, но и в Вашей жизни. Как пережить предстоящие хлопоты, как подготовить ребенка к новой жизни и как 1 сентября сделать настоящий праздник для новоиспеченного первоклассника?

1 сентября для первоклашки – это своеобразный выход в Новый Большой и Неизведанный мир. Мир, который изменит его привычный до этого образ жизни, мир, в котором ему придется общаться с большим количеством новых незнакомых ему людей, мир который каждый день преподносит новые сюрпризы и не всегда приятные.

Поэтому к школе лучше подготовить ребенка заранее. Главное, чтобы к 1 сентября будущий первоклашка хоть немного представлял себе, что такое «школа». Рассказывайте о школе, не приукрашивая и не пугая. Вспомните свои школьные праздники, подарки, сюрпризы, первые оценки. Рассказывайте, как приятно чувствовать себя школьником.

Так же заранее стоит приучить ребенка к еще нескольким важным моментам, которые помогут ему пережить погружение в новую жизнь. Самое важное – это школьный режим – рано ложиться и рано вставать. Неплохо бы воспитать у малыша энтузиазм по отношению к школе. Создайте романтический ореол вокруг школьной жизни, где будут новые друзья, мудрая учительница и куча разных только что купленных карандашей, красок, красивых тетрадок и книжек. А в домашней обстановке пусть у ребенка появятся новые обязанности. Ребенок может уже сам убирать игрушки, мыть посуду и т. д. Главное, чтобы у него появилось чувство - он уже большой и самостоятельный.

9 подсказок для родителей первоклассника.

1. Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность. Обязательно расскажите про школьную уборную и раковину в классе, про поведение в школьной столовой и буфете.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
4. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

5. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.

6. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка ("Молодец!", "Ты так хорошо справился!") способны заметно повысить любые достижения ребенка.

7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

8. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

9. Учение - это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

Вы как никто другой знаете своего ребенка, прислушайтесь к нему, постарайтесь понять его чувства и переживания. И тогда 1 сентября станет настоящим праздником для Вас и Вашего ребенка!

Помните: ваш ребенок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы. Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Старайтесь только положительно оценивать учебу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно не достаточны.

У вас все получится! Педагог-психолог МАДОУ «Детский сад №4» Соловей Е.В.