

Рекомендации психолога родителям первоклассников

Мой ребёнок первоклашка

В каждой семье, где ребенок пошел в первый класс, начинается новый наполненный жизненными сложностями и проблемами период. Этот жизненно важный период, можно пройти «безболезненно» если соблюдать самые простые правила.

Пробуждение:

Будите его спокойно, без криков и упреков. Проснувшись, он должен видеть Вашу улыбку и слышать Ваш ласковый голос. Не подгоняйте его с утра и не дергайте по пустякам. Тем более не стоит с утра наваливать на ребенка его вчерашние оплошности (даже если перед сном он так и не убрал на место игрушки - сейчас не время делать ему по этому поводу замечание).

Собираемся в школу:

Не торопите его. Правильно рассчитать время, которое нужно ему на сборы в школу - это Ваша, а не его задача. И если он не успевает собраться - это Ваша вина: завтра разбудите его пораньше на столько, на сколько он "закопался" сегодня.

Завтрак:

Покормите ребенка перед школой: даже если малыш кушает в школе, до школьного завтрака пройдет несколько уроков, и не дело, если на них ребенок будет думать о бутерброде с маслом, а не о таблице умножения.

Идем в школу:

Сделайте так, чтобы Ваши ребенок ходил в школу и из школы в сопровождении взрослых или надежных старших товарищей; предупредите учителя и воспитателя, что детей ни при каких обстоятельствах не могут встречать и отвозить домой посторонние люди, в том числе женщины!

Прощаемся:

Прощаясь с ребенком, не нагружайте его фразами "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "смотри, чтобы сегодня не было плохих отметок" и т.п. Гораздо полезнее на прощанье пожелать малышу удачи, подбодрить,

найти хоть пару ласковых слов - ведь у него впереди трудный день.

Забираем ребенка из школы:

При встрече ребенка из школы, забудьте фразы типа: "Что ты сегодня получил?", "Как успехи в школе" или, еще хуже, ироничные высказывания вроде: "Ну как, сегодня без двоек?", "Ну, двоечник, как успехи?". Встречайте малыша спокойно, не обрушивая на него тысячу вопросов, дайте ему расслабиться (вспомните, как Вы сами себя чувствуете после тяжелого рабочего дня и многочасового общения с людьми). Но если ребенок чересчур возбужден и сам жаждет сходу поделиться чем-то, едва вернувшись со школы - не откладывайте разговор на потом, выслушайте его - это не займет много времени. Подумайте о том, как иногда Вам самим важно, чтобы Вас кто-нибудь выслушал.

Если Вы видите, что ребенок огорчен и молчит - не допытывайтесь, пусть успокоится. Тогда и расскажет все сам. А нет - осторожно поинтересуйтесь потом сами. Но не пытайтесь удовлетворить свое любопытство сию минуту. Уважайте чувства ребенка.

Связь с учителем:

Регулярно беседуйте с учителем Вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.

Интересуйтесь успехами ребенка у учителя, не в присутствии малыша! А, выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать ребенку «взбучку». Для того чтобы делать какие-либо выводы, нужно выслушать обе стороны. Учителя иногда бывают субъективны – они тоже люди и не застрахованы от предвзятого отношения к своим ученикам.

Оставьте свой телефон (лучше и личный и рабочий) классному руководителю, чтобы с Вами могли легко и быстро связаться.

Делаем домашнее задание:

Не требуйте от ребенка, чтобы он сразу после школы садился за уроки. Перерыв в 2-3 часа ему просто необходим. А еще лучше, если Ваш первоклашка поспит полтора часика - это лучший способ восстановить умственные силы. Помните, что лучшее время, для приготовления уроков - с 15 до 17 часов.

Не заставляйте его делать все уроки в один присест. После 15-20 минут занятий лучше делать 10-15-минутные "переменки", и лучше, если они

будут подвижными.

Не сидите над душой, когда ребенок делает домашнее задание. Дайте ему возможность работать самостоятельно. Но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу") и похвала, даже если у него не очень-то получается, жизненно необходимы. Иначе быстро отобьете у ребенка охоту просить Вас о помощи в будущем.

Не торгуйтесь: "Если ты сделаешь, то...". Это порочная практика - у ребенка выработается неверное представление о цели его учебы, и он может начать думать, что учась, делает тебе одолжение, за которое Вы ему "платите" игрушками, сладостями или возможностью делать то, что ему хочется. Кроме того, условие, которое Вы ставите ему, может неожиданно оказаться невыполнимым вне зависимости от ребенка, и Вы окажетесь в сложной ситуации - либо быть последовательной до конца, и тем самым несправедливой по отношению к ребенку, либо нарушить свое "родительское слово".

Общение с ребенком:

Хотя бы полчаса в день посвятите только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телефонные звонки, телевизор и общение с другими членами семьи. Пусть в этот момент он поймет, что для вас нет ничего важнее его дел, его забот, радостей и неудач. Да, конечно он уже взрослый и уже ходит в школу, но это всё тот же ваш ребенок, который хочет тепла и ласки, ту родительскую любовь, которую он получал и раньше и даже больше.

Желательно, выработать единую тактику общения с первоклассником всех взрослых в семье. А свои разногласия по поводу того, что "педагогично", а что нет - решать без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, школьным психологом, почитайте соответствующую литературу. Не надо думать, что все решится само собой. Изобретать велосипед, конечно, не возбраняется, но жизнь ребенка не самый подходящий полигон для экспериментов.

Плохая оценка?

Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений. Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость – как наказание. Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе, и, если необходимо, настаивайте на более внимательном выполнении им домашних и классных

заданий. Постарайтесь, насколько возможно, не устанавливать наказаний и поощрений, например: «Ты на полчаса можешь больше посмотреть телевизор за хорошие отметки, а на полчаса меньше – за плохие». Такие правила сами по себе могут привести к эмоциональным проблемам.

Особенности адаптации:

Помните, что в течение учебного года есть "критические" периоды, когда учиться становится сложнее, ребенок быстро утомляется у него снижена работоспособность. Для первоклашки это: первые 4-6 недель (и 3-4 недели для учеников 2-4-х классов), затем - конец 2-й четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул I середина третьей четверти. В эти периоды нужно быть особенно внимательной к состоянию ребенка.

Ложимся спать:

Учтите, что даже "совсем большие" дети (как часто можно слышать в обращении к 7-8-летним: "ты уже большой!") любят сказку на ночь, песенку или ласковое поглаживание. Все это успокаивает малыша. Помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не напоминать ему перед сном о неприятностях, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п. Завтра новый день, и в ваших руках сделать все, чтобы он был спокойным, добрым и радостным. Поверьте, можно прожить его без того, чтобы читать ребенку нотации.

Общие рекомендации:

Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребенка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем. Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы любите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим. С пониманием относитесь к тому, что у вашего малыша что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну, сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздражения с

обеих сторон, ничего не вызовут.

Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спокойное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями.

Советы психолога родителям первоклассников

Поступление в школу – это начало нового этапа в жизни ребёнка, вхождение его в мир знаний, новых прав и обязанностей, сложных и разнообразных взаимоотношений с взрослыми и сверстниками.

У вас событие – ваш ребёнок впервые переступит порог школы. Как он будет усваивать знания, понравится ли ему быть учеником, как сложатся взаимоотношения с учителем, одноклассниками? Эти тревоги преодолевают всех родителей, даже если в школу идет уже второй, третий или пятый ребёнок.

Это естественно, поскольку каждый маленький человек – неповторим, у него свой внутренний мир, свои интересы, свои способности и возможности. И главная задача родителей совместно с педагогами – так все организовать, чтобы ребёнок с удовольствием посещал школу, познавал окружающий мир и, конечно, хорошо учился.

Как должны вести себя взрослые, чтобы добиться этого?

Необходима заинтересованность в успехах, в школьных делах маленького ученика. Он должен чувствовать, что родителям, дедушкам и бабушкам очень важно и интересно знать, что происходило в школе, что нового (по каждому предмету в отдельности) узнал он сегодня. Желательно поддерживать интерес к учёбе, перенося новые знания ребёнка на повседневную жизнь (использовать навык счёта, чтобы посчитать, сколько птиц село на ветку или сколько красных машин стоит у дома, навык чтения – чтобы прочитать вывеску или название новой книжки, купленной мамой).

И, конечно, необходимо поощрять каждое маленькое и большое достижение вашего малыша. Дело в том, что особенно в возрасте 6-10 лет дети ориентированы на реакцию взрослых. Они очень чутко отзываются на похвалу или порицание родителей, учителя, стараются привлечь к себе внимание, почувствовать себя нужными, любимыми и хорошими. Поэтому для пап и мам, бабушек и дедушек это реальный рычаг для поддержания и повышения интереса к школе и обучению.

Чтобы кроме внешних атрибутов школьной жизни (портфель, тетради, учебники и т.п.) появилось внутреннее ощущение перехода в новое качество «ученик», необходимо отношение взрослых к поступлению в школу как к ответственному, серьёзному шагу ребёнка («Ты теперь ученик, большой мальчик, у тебя новые, серьёзные обязанности»). Конечно, ваш ребенок будет продолжать играть и в куклы, и в машинки, но нужно давать установку на «взросление». А это не только новые обязанности, но и новые возможности, более сложные поручения и определённая самостоятельность. Контроль необходим, но всё же постарайтесь дать возможность вашему

первокласснику «подрости» в своём мироощущении, почувствовать себя старше.

У каждой личности должно быть своё пространство. Если у ребёнка нет своей комнаты, нужно организовать рабочее место.

Пожалуйста, дорогие родители, не переусердствуйте в выполнении домашних заданий. Дети в возрасте 6-7 лет должны заниматься не более получаса, далее нужно делать перерыв не менее 15 минут. Количество не всегда переходит в качество! Кроме того, длительным написанием палочек и крючков можно надолго отбить охоту к учёбе.

О чём же необходимо помнить родителям?

1. Избегайте чрезмерных требований. Не спрашивайте с ребенка все и сразу. Ваши требования должны соответствовать уровню развития его навыков и познавательных способностей. Не забывайте, что такие важные и нужные качества, как прилежание, аккуратность, ответственность не формируются сразу. Ребенок пока ещё только учиться управлять собой и организовывать свою деятельность. Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе, чтобы не воспитать в нем ненужную неуверенность в себе.
 2. Предоставьте ребенку право на ошибку. Каждый человек время от времени ошибается, и ребенок здесь не является исключением. Важно, чтобы он не боялся ошибок, а умел их исправить. В противном случае у ребенка сформируется убеждение, что он ничего не может.
 3. Помогая ребенку выполнять задание, не вмешивайтесь во все, что он делает. Дайте ему возможность добиться выполнения задания самостоятельно.
 4. Приучайте ребенка содержать в порядке свои вещи и школьные принадлежности.
 5. Хорошие манеры ребенка — зеркало семейных отношений.
- «Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...», обращение к взрослому на «Вы», должны войти в речь ребенка до школы. Учите ребенка быть вежливым и спокойным в обращении и отношении к людям (и взрослым, и детям).
6. Приучайте ребенка к самостоятельности в быту и навыкам самообслуживания.

Чем больше ребенок может делать самостоятельно, тем более взрослым и уверенным в своих силах он будет себя чувствовать. Научите ребенка самостоятельно раздеваться и вешать свою одежду, застегивать пуговицы и молнии, завязывать шнурки, аккуратно есть и т.д

7. Не пропустите первые трудности в обучении. Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если последние становятся систематическими. Все проблемы с учебой, поведением и здоровьем гораздо проще решить в самом начале. Не закрывайте глаза на проблемы, они все равно никуда не уйдут сами!

8. Читая книжки, обязательно обсуждайте и пересказывайте прочитанное вместе с ребенком; учите его ясно выражать свои мысли. Тогда в школе у ребенка не будет проблем с устными ответами. Когда спрашиваете его о чем-либо, не довольствуйтесь ответом «да» или «нет», уточняйте, почему он так думает, помогайте довести свою мысль до конца. Приучайте последовательно рассказывать о произошедших событиях и анализировать их.

9. Обязательно соблюдайте режим дня и прогулок! От этого зависит здоровье Вашего ребенка, а значит и его способность лучше и проще усваивать учебный материал! Здоровье – это база для всего развития ребенка, это количество его сил, которые он может потратить не перенапрягаясь, а, следовательно, и без разнообразных последствий (неусидчивость, раздражительность, обидчивость, частые простудные заболевания, слезливость, грубость, головные боли и т.д.). Особенно это касается тех детей, у которых с рождения присутствует повышенная нервная возбудимость, быстрая утомляемость или какие-либо неврологические осложнения. В таком случае правильный и четкий режим дня становится не только организующим, но и профилактическим средством против дальнейшего ослабления нервной системы.

10. Не забывайте, что ребенок еще несколько лет будет продолжать играть (особенно это касается 6-леток). Ничего страшного в этом нет. Наоборот, в игре ребенок тоже учится. Лучше поиграйте вместе с ним и в процессе выучите какие-нибудь понятия (например: левый – правый).

11. Ограничьте время нахождения Вашего ребёнка за телевизором и компьютером до 1 часа в день. Родители ошибочно полагают, что времяпрепровождение перед телевизором и за компьютером являются отдыхом или разгрузкой после напряжённого дня. В отличие от взрослых, оба этих занятия действуют возбуждающе на неокрепшую нервную систему ребёнка, в свою очередь, провоцируя повышенную утомляемость, двигательную активность, перевозбуждение, раздражительность.

Адаптация первоклассников: советы родителям

Начинайте морально готовить ребенка к школе заранее, еще в детском саду. Начиная с весны водите ребенка в школу, познакомьте с будущей учительницей. По предварительной договоренности посидите с ним на нескольких уроках. Сделайте так, чтобы 1 сентября он пришел в знакомую обстановку, с положительным настроением. Не обязательно ходить на подготовительные курсы, можно попроситься поговорить с учителем и побывать в школе и без посещения курсов.

Поддерживайте становление ребенка учеником. Если вы будете заинтересованы в его делах, показывая серьезное отношение к достижениям, это поможет первокласснику обрести уверенность, которая поможет быстрее привыкнуть к новым условиям.

Составьте распорядка дня, которому необходимо следовать вместе.

Объясните ребенку правила и нормы, которым нужно следовать в учебном заведении, помогите осознать важность их соблюдения.

Поддерживайте ребенка во всех трудностях, с которыми он столкнется в школе. Дайте ему осознать, что каждый может ошибаться, но это не значит, что нужно сдаваться.

Не игнорируйте проблемы, которые возникают в начале школьной жизни. Например, если у малыша проблемы с речью, начните посещать логопеда, чтобы избавиться от них до конца первого класса.

Если поведение ребенка дает вам повод для беспокойства, поговорите об этом с учителем или психологом. Профессиональные рекомендации родителям первоклассников в период адаптации помогут легче пережить непростой этап. Как правило в школе реализуется **программа адаптации первоклассников и проводится одно или несколько тематических родительских собраний.**

Помните, что **похвала — это стимул к новым победам.** Старайтесь в любой работе находить повод для похвалы.

С началом школьной жизни, у первоклассника появляется новый авторитет — учитель. Уважайте мнение ребенка о нем, не допускайте при нем никакой критики школы или учителя.

Несмотря на то, что учеба полностью меняет ритм жизни, сделайте так, чтобы у ребенка оставалось время для игр и отдыха. Правильная организация времени поможет больше успеть.

Помните, что каждый ребенок индивидуален. В таком важном вопросе, как адаптация первоклассников, советы родителям начинаются именно с этого. Не нужно сравнивать успехи своего малыша с другими и тем более приводить ему в пример кого-то. Такое поведение приведет лишь к снижению уверенности в себе и страхам перед учебой.

Первый раз в первый класс... Советы родителям первоклашек в период адаптации.

Первое сентября – первый школьный звонок и начало учебного года. Этот день можно считать переломным в жизни каждого ребёнка – кто-то поднялся на *"ступеньку выше"* для усвоения школьной программы, а кто-то впервые перешагнёт порог школы...

Не секрет, что 1 сентября ещё и волнительный день, как для самих первоклашек, так и для их родителей. Очень важным моментом является адаптация ребёнка к новым условиям и социальному статусу "школьник".

"Школьная адаптация" - это умение ребёнка приспособиться к новому коллективу одноклассников, правилам и нормам поведения, взаимоотношениям в классе и с учителем. Период привыкания к новым условиям варьируется от 2-х недель до полугода и зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребёнка, характера взаимоотношений с окружающими, степени подготовленности к обучению, типа учебного заведения и уровня сложности образовательной программы (конечно, личность учителя так же имеет весомое значение в этом процессе).

Чем мягче пройдёт адаптационный период, тем благоприятней сложится школьная жизнь ребёнка, успехи в учебе и отношения со сверстниками. Психологический настрой очень важен для первоклашек и родителям важно помочь ребёнку безболезненно пройти этот непростой жизненный период.

Практические рекомендации родителям первоклашек в период адаптации.

1. Создание мотивации учиться. От неё зависит, с каким желанием ребёнок будет идти в школу. Любые попытки первоклассника познать что-то новое, не зависимо от результата, родители должны приветствовать, уделять внимание и поддерживать. Именно психологическая поддержка со стороны родных помогает ребёнку справиться с тревогой и страхом перед новым и неизведанным - крайне важно для успешной адаптации и успешной учёбы.

2. Каждый ребёнок индивидуален, поэтому ни в коем случае не следует сравнивать успехи своего маленького ученика с успехами других детей и приводить кого-то ему в пример. Лучше сравнивать его достижения «сегодня» с теми, какие были "вчера". Этим вы поможете ребёнку поддержать самооценку, справиться со страхами перед учёбой и повысить мотивацию учиться.

3. Объясните правила и нормы, которым нужно следовать в школе и помогите ребенку усвоить их важность. Поддерживайте своего первоклассника во всех трудностях, с которыми он встретится в школе, и дайте ему осознать, что каждый имеет право на ошибку. Ошибки на то и ошибки, чтоб их исправлять, а не сдаваться.
 4. Переступив "порог" школы, у вашего маленького ученика появляется новый авторитет – учительница. Не ревнуйте и уважайте мнение ребёнка о ней. В его присутствии не допускайте никакой критики в адрес школы, программы обучения и учителя.
 5. Пусть день первоклашки начинается с вашей улыбки и ласковых слов. Будьте его спокойно, не дёргайте, не укоряйте за оплошности, даже, если "вчера предупреждали...".
 6. Не торопитесь и не подгоняйте чадо. Ваша задача – правильно рассчитать время, и если это плохо удаётся, то не вините его и не перекладывайте ответственность за свой "косяк".
 7. Даже, если в школе предусмотрено питание, обязательно дайте ребёнку позавтракать. Полноценный завтрак – залог хорошего настроения и начала успешного дня.
 8. Никогда не прощайтесь с ребёнком "предупреждая", "требуя": "Веди хорошо и чтоб без замечаний!", "Смотри, чтоб без двоек, - иначе папа рассердится!" Лучше пожелайте ребёнку доброго дня и не поскупитесь на несколько приятных слов – для ребёнка это показатель и ощущение вашей поддержки в течении учебного дня (и не только).
 9. После школы встречайте первоклашку с улыбкой и приветствием, навсегда забыв фразы: *"Что сегодня получил?"*, *"Как вёл себя?"*. Кроме страха и привычки лгать, подобные фразы ребёнку ничего не дают. Лучше заменить их на: *"Как день прошёл? Что интересного узнал? С кем подружился? Кому помог?"*. Благодаря подобным вопросам, ребёнок чувствует вашу поддержку, внимание и заинтересованность в его жизни.
- Конечно, вызывать на диалог нужно не сразу с *"порога"*, а дайте расслабиться ему. Однако, если ребёнок возбуждён, ему не терпится поделиться чем-то важным для него, то не ссылайтесь *"на занятость"* и не откладывайте на *"потом"*, выслушайте его – эти несколько минут смогут помочь ребёнку разрешить проблемный вопрос (порой, который кажется смешным для взрослых, но катастрофическим для малыша).
10. Если ребёнок поздно возвратился из школы или много времени уходит на прогулки, на звонки другу *"по делу"*, не торопитесь его ругать... Ваш первоклассник активно устанавливает дружеские контакты, учится сотрудничать с другими детьми – ищет своё место в среде ровесников.

11. Если ребёнок не высказывает желания обсуждать пройденный день или огорчён, но молчит – не настаивайте и не устраивайте допрос. Пуст успокоится, *"переварит"* случившееся и позже сам поделится своими переживаниями и их причиной.

12. Сразу после учебного дня не следует торопить ребёнка садиться за *"домашку"*. После обеда, дайте ему возможность часа два отдохнуть, чтоб восстановить силы. В любом случае с 14 до 16 часов работоспособность низкая. При желании, пусть лучше ребёнок поспит часа полтора.

13. Важно помочь ребёнку сформировать умение организовывать своё рабочее место, своевременно приступать к выполнению домашнего задания и поддерживать порядок в ходе процесса его выполнения.

14. Приступив к выполнению уроков, следите за сменой его деятельности. Концентрация внимания у ребёнка не превышает 15 – 20 минут. Это время на выполнение задания (или его части), затем следует сделать необходимый 15-ти минутный отдых. Желательно, чтоб он был подвижным или игровым (но не *"компьютерным"*).

15. Во время выполнения домашнего задания не сидите над душой у маленького школьника, - дайте ему возможность заниматься самостоятельно. Не кричите, не критикуйте за *"неправильно"* написанный крючок, не заставляете по несколько раз переписывать, не приучайте ребёнка к совместному выполнению уроков. Привыкнув, ему не захочется их делать в одиночку. Поэтому желательно сразу обозначить границы вашей помощи, постепенно их уменьшая.

Однако, если ему нужна ваша помощь, спокойно объясните *"непонятки"* и поддержите его: *"Давай вместе разберёмся! Не волнуйся, у тебя всё получится!"* Даже ожидая лучшего результата, не забывайте про *похвалу* - стимул учиться и побеждать. А условия: *"Если ты сделаешь, то..."* - закрепляют привычку выполнять всё за *"плюшки"*.

16. При выполнении любого дела не позволяйте ребёнку останавливаться на середине. Важно сразу ориентировать его на выполнение любого задания от начала до конца. Это касается не только выполнения домашних уроков, но и при сборке ранца в школу, при уборке комнаты, помощи родителям и других заданий. Постепенно переставайте хвалить ребёнка за каждый шаг в работе – хвалите за результат. Особенно это касается мальчиков. Девочек – за процесс, хотя и результат имеет значение.

17. Не выпрашивайте у учителя, как ведёт на уроках ваш первоклашка. При возникновении педагогических проблем, она сама вам сообщит. Однако разговор ваш должен происходить без присутствия ребёнка. Выслушав замечания учителя, не торопитесь наказывать *"провинившегося"* – услышьте его версию о случившемся, лишь затем делайте выводы (но без взбучки!).

18. Не смотря на занятость, старайтесь ребёнку уделять хотя бы полчаса времени, не отвлекаясь на другие дела. Заканчивайте день на позитивной ноте без выяснения отношений или напоминаний о "*завтрашнем тестировании*". Даже для "*большого*" первоклашки вечерние ритуалы перед сном с чтением сказок или "*шушуканьем про секретки*" никто не отменял. Это способствует снятию напряжения, крепкому сну и лёгкому утреннему пробуждению маленького школьника.

1.9 Выработайте в семье единую модель общения всех взрослых с ребёнком. "*Дискуссию*" по вопросу педагогической тактики, проводите без его присутствия. Если поведение ребёнка даёт вам повод для беспокойства, поговорите с психологом или учителем. Их профессиональные рекомендации помогут вам и ребёнку легче пережить непростой адаптационный период.

20. Важно учитывать, что в течение учебного года имеются *критические периоды*: повышается утомляемость, снижается работоспособность и уровень усвоения учебного материала. Для первоклассников – первые 3 - 6 недель, конец 2-й четверти, первая неделя после зимних каникул и середина 3-й четверти. В эти периоды будьте наиболее внимательны к состоянию ребёнка и не игнорируйте его жалобы на головную боль, усталость или недомогание.

Адаптация первоклассников сложный, но неизбежный период. Самым важным показателем того, что ребёнок полностью адаптировался к школьной среде, является его удовлетворённость взаимоотношениями с одноклассниками и учителем.

Будьте рядом со своим маленьким учеником, поддерживайте его в начинании школьной жизни и тогда он полностью освоится в ней, найдёт новых друзей и будет радовать вас своими успехами!

Рекомендации для родителей по адаптации ребёнка в школе.

Проблема адаптации первоклассников к школе является как для родителей, так и для всей системы образования. Приходя в школу, попадая в новую для себя ситуацию, практически все дети переживают и волнуются. И учитель, и воспитатель, а также родители заинтересованы в том, чтобы первоклассники как можно быстрее вошли в школьную жизнь.

Большинство первоклассников приходит в школу из детского сада. Там были игры, прогулки, спокойный режим, дневной сон, всегда рядышком воспитательница. Там нынешние первоклассники были самыми старшими детьми! В школе все по-другому; здесь работа в достаточно напряжённом режиме и новая жёсткая система требований. Для того, чтобы приспособиться к ним, нужны силы и время.

Адаптация –привыкание, «вписывание»ребёнка в какую –то среду. Для успешной адаптации первоклассников очень важна мотивация учения. На первом году она в основном обеспечивается взрослыми. От того, как они реагируют на попытки малышей освоить или узнать что-то, во многом зависит, захотят ли первоклассники учиться. Для развития учебной мотивации важно, чтобы первые шаги ребёнка в школе встречали заинтересованность и понимание со стороны взрослых.

Рекомендация первая: самое главное, что вы можете подарить своему ребёнку, -это ваше внимание.

Рекомендация вторая: ваше положительное отношение к школе, учителям и воспитателям упростит ребёнку период адаптации.

Рекомендация третья: помогите ребёнку привыкнуть к новому режиму жизни, установить отношения со сверстниками и чувствовать себя уверенно.

Дополнительные рекомендации родителям по адаптации детей в начальной школе.

1. Изучайте своего ребёнка, наблюдая за ним в различных ситуациях, что поможет лучше узнать своего малыша, те или иные черты его характера.
2. Развивайте двигательную активность ребёнка, т.к. выносливый ребёнок, который привык к физическим нагрузкам, переносит адаптацию легче, чем слабый и малоподвижный ребенок.
3. Не потакайте всем прихотям ребёнка, не злоупотребляйте лаской, т.к. это может привести к упрямству и капризности.
4. Не подавляйте тягу к самостоятельности. 5. Постарайтесь отвечать на все вопросы ребёнка, т.к. любознательность в этом возрасте не знает границ.
6. Научите ребёнка самостоятельно справляться с возникающими школьными трудностями.
7. Не нервничайте и не расстраивайтесь из-за неудач ребёнка, т.к. он боится лишней раз огорчить родителей.
8. Учите ребёнка дружить с детьми: быть честными, уважать друзей, приглашать в свой дом, не допускайте предательства, критикуйте, не унижая, а поддерживая. Помните, что дружба детства, которая будет поддержана вами, возможно, станет опорой вашего ребёнка во взрослой жизни.
9. «Это заветное желание каждого отца, каждой матери – чтобы детям хотелось хорошо учиться. Оно имеет своим источником желание принести матери и отцу радость. А это желание пробуждается в детском сердце лишь тогда, ребёнок уже пережил, испытал радость творения добра для людей. Я глубоко убежден, что заставить ребёнка хорошо учиться можно, побудив его к добрым поступкам для блага людей, утвердив в его сердце чуткость к окружающему миру, воспитав способность познавать душевный мир другого человека сердцем». (Сухомлинский В.А.)

Помните:

Ваш ребёнок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы. Никогда не ругайте ребёнка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Старайтесь только положительно оценивать учёбу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно недостаточны. Живите во имя ребёнка, проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую неудачу малыша и радуйтесь даже самым маленьким его успехам. Будьте ему другом, тогда малыш доверит вам самое сокровенное.

Рекомендации педагога –психолога для родителей.

Развитие познавательной и эмоционально волевой сферы у детей.

Дорогие родители, каждый из Вас желает для своего ребёнка счастливого будущего. Одной из составляющей счастливой жизни –это будущая профессия. Но не каждый родитель понимает, что общее образование является основой, фундаментом будущей профессии. А основой образования обучающегося являются его умственные способности. Если у ребёнка уровень познавательных процессов (мышления, памяти, внимания, воображения и т.д) на высоком уровне, то соответственно в будущем ребёнок сможет выучиться на хорошую профессию, если же развитие умственных способностей на низком уровне, то мало вероятно, что ребёнок сможет освоить такую профессию, поэтому Вам, дорогие родители, следует уделить особое внимание на развитие именно познавательных процессов:

1. На уроках от детей требуется быстрое переключение внимания с одного вида деятельности на другой. Это свойство внимания родители могут развивать дома с помощью двигательных упражнений. Дети могут выполнять и заканчивать свои действия по команде, быстро переходя с одного вида движений к другому (использовать физические упражнения): шагать, прыгать, останавливаться.
2. Тренируйте усидчивость с помощью длительного сосредоточения: прослушать и пересказать рассказ, нарисовать город, играйте в настольные игры.
3. Почаще предлагайте детям, следующие упражнения: в газете, в старой книге на одной из страниц зачеркнуть карандашом все буквы «А», стараясь не пропустить их (задание можно постепенно усложнять, попросив ребёнка обвести в кружочек все буквы «К», подчеркнуть все буквы «О»).
4. Используйте дидактические игры с чётко выраженными правилами.
5. Регулярно включайте детей в выполнение заданий по предварительно разработанному плану действий: можно выполнять постройку из конструкторов, рисунки, орнаменты, аппликации, поделки, форму которых вы задаёте словесно или с помощью схемы.
6. Для тренировки памяти просите детей пересказывать рассказы, сказки по схематическому плану, составленному вами.

7. Для развития мышления учите сравнивать, анализировать образец и результаты своей и чужой работы, находить и исправлять ошибки.

Уважаемые родители, помните, что развитие эмоционально-волевой сферы ребёнка является основой для развития познавательных процессов, поэтому с вышеизложенными рекомендациями необходимо помнить о том, что вашему ребёнку требуется теплота, уют, спокойствие, которое можете создать Вы у себя дома, в семье. Говорите приятные слова, хвалите своих детей, пусть они почувствуют Вашу любовь и заботу.