



Консультации для родителей  
Консультации для родителей

**"Ваш ребёнок первоклассник"**

## «Первый раз в первый класс»: адаптация первоклассников к школе.

Ориентировочный план

1. Психологические особенности периода адаптации: от дошкольника к школьнику.
2. Как поддержать ребенка в адаптационный период.
3. Оптимальный режим дня первоклассника.

Мы все с волнением и нетерпением ожидаем того дня, когда наш ребенок пойдет в первый класс, станет школьником. Это важное событие в его жизни, но оно не менее значимо и для нас. Особенности адаптации ребенка к школе во многом зависят от нашего поведения, и в наших силах сделать так, чтобы этот процесс прошел для него наиболее безболезненно.

Обычно от поступления ребенка в школу мы ожидаем очень много. Нам кажется, что первого сентября ребенок, как по волшебству, изменится, станет настоящим первоклассником. Он будет с удовольствием ходить в школу, делать уроки, читать книги, интересоваться учебой, а не игрой. Порой, искренне желая ребенку добра, мы говорим: «Ты уже совсем большой, а значит, должен интересоваться не игрушками, а учебой. Что ты все время играешь, лучше пошел бы почитал».

Но что же происходит в реальности? Никаких волшебных изменений с ребенком не происходит. И второго, и третьего и десятого сентября он остается все тем же вчерашним дошкольником. Ребенок изо всех сил старается соответствовать нашим требованиям, но у него это не всегда получается. И к стрессу первых школьных дней прибавляется боязнь не выполнить родительские наставления.

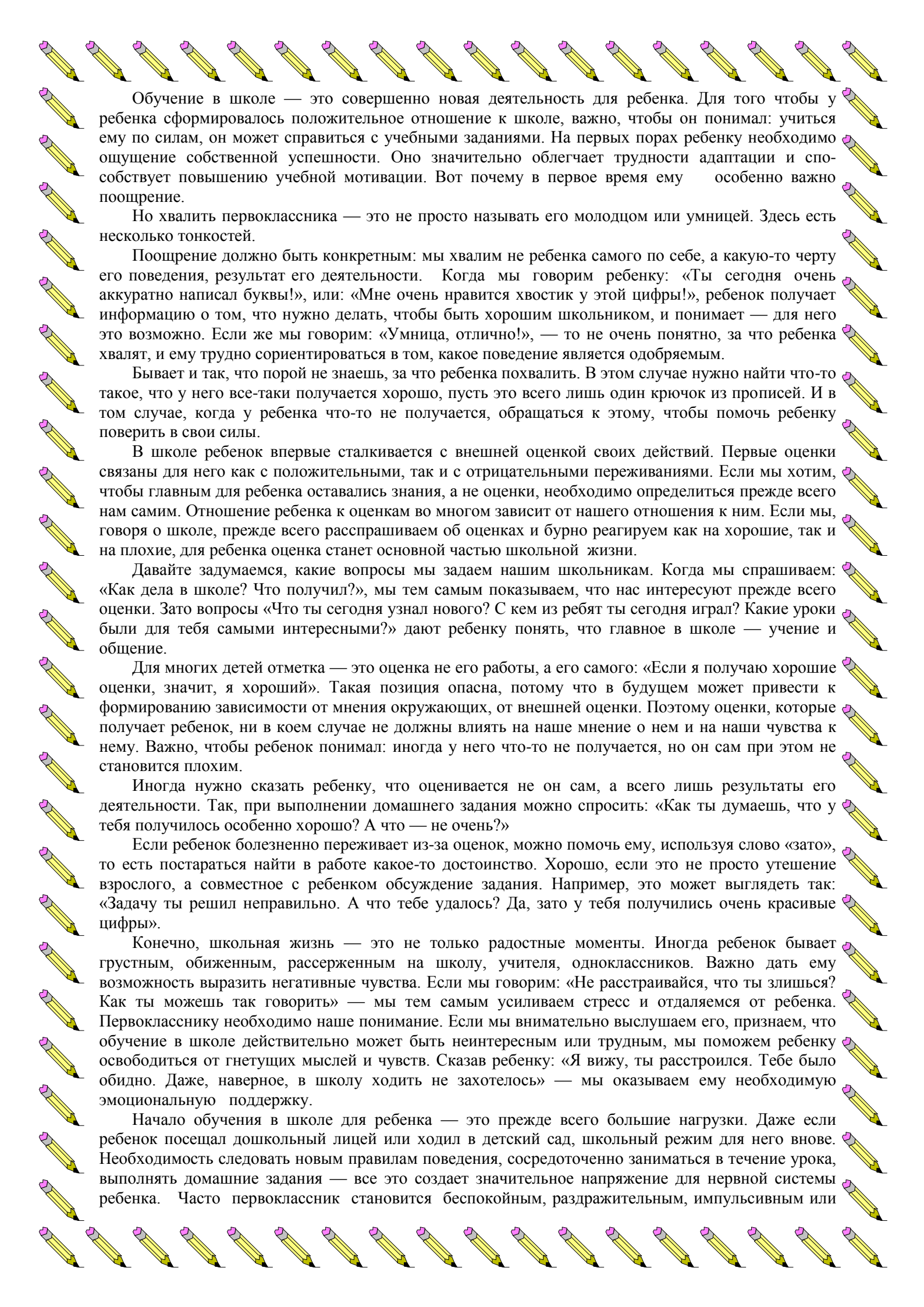
Важно, чтобы мы понимали: невозможно стать школьником в один момент. Должно пройти время, прежде чем наш малыш станет настоящим школьником. Адаптация ребенка к школе занимает не один день и не одну неделю, это процесс длительный и сложный. Первое время ребенок находится как бы на границе школьного и дошкольного возраста, и переступит он эту границу не сразу. Маленький первоклассник сочетает в себе школьника и дошкольника. Ребенку необходимо понять, в каких ситуациях он должен быть школьником (например, на уроке, во время приготовления домашнего задания), а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Подобные требования реальны и абсолютно выполнимы для ребенка. Мы же должны предъявлять ему разумные ограничения в том, что касается учебы (понятно, что школа и домашние задания требуют все-таки школьных форм поведения и более серьезного отношения), и терпимо относиться к проявлению «дошкольничества».

Нам необходимо помнить, что ребенок имеет право на дошкольные формы поведения. Это значит, что не стоит осуждать его интерес к играм и игрушкам. Это абсолютно естественное занятие для вчерашнего дошкольника. Зачастую мы рассматриваем чтение и письмо как «серьезные», «нужные» занятия, тогда как игра представляется нам пустой тратой времени. Такое представление мы невольно передаем нашим детям, например, когда радуемся, увидев у него в руках книжку, и никак не реагируем на игрушку. Тем самым мы показываем ребенку, что школьником быть хорошо, тогда как дошкольником — плохо. А теперь давайте представим, каково в этой ситуации ребенку, который понимает: играть плохо, но так хочется, а вот учиться хорошо, но сил заниматься уже нет. Мы сами создаем ребенку конфликтную ситуацию, разрешить которую ему непросто. Ребенок либо отказывает себе в праве играть, либо мучается угрызениями совести, либо идет на конфронтацию («Все равно буду!»).

Избежать такой ситуации можно, признав игру естественным занятием первоклассника. Если мы активно поощряем его учебные успехи, важно поддержать и его игровую инициативу. Это значит, что мы не только говорим: «Какой молодец, взял книж-

ку и читает!», но также и «Как же ты здорово умеешь играть!». Можно даже разрешить ему взять с собой в школу маленькую игрушку. Для многих детей характерно некоторое усиление интереса к игре. Это естественное явление, помогающее, кроме всего прочего, снять напряжение. Игровая деятельность постепенно сойдет «на нет» с возрастом, но если стараться ее искоренить, это не принесет ребенку никакой пользы.

Очень важно опираться на желание ребенка учиться. Как правило, большинство детей идут в первый класс, горя желанием стать школьниками. Важно всячески поддерживать это желание. Если родитель искренне интересуется школьной жизнью ребенка, расспрашивает его о школе, делится своим школьным опытом, это, безусловно, укрепляет учебную мотивацию ребенка. И здесь возникает очень сложный вопрос: как относиться к школьным успехам и неудачам ребенка, как хвалить его или ругать?



Обучение в школе — это совершенно новая деятельность для ребенка. Для того чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к школе, важно, чтобы он понимал: учиться ему по силам, он может справиться с учебными заданиями. На первых порах ребенку необходимо ощущение собственной успешности. Оно значительно облегчает трудности адаптации и способствует повышению учебной мотивации. Вот почему в первое время ему особенно важно поощрение.

Но хвалить первоклассника — это не просто называть его молодцом или умницей. Здесь есть несколько тонкостей.

Поощрение должно быть конкретным: мы хвалим не ребенка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности. Когда мы говорим ребенку: «Ты сегодня очень аккуратно написал буквы!», или: «Мне очень нравится хвостик у этой цифры!», ребенок получает информацию о том, что нужно делать, чтобы быть хорошим школьником, и понимает — для него это возможно. Если же мы говорим: «Умница, отлично!», — то не очень понятно, за что ребенка хвалят, и ему трудно сориентироваться в том, какое поведение является одобряемым.

Бывает и так, что порой не знаешь, за что ребенка похвалить. В этом случае нужно найти что-то такое, что у него все-таки получается хорошо, пусть это всего лишь один крючок из прописей. И в том случае, когда у ребенка что-то не получается, обращаться к этому, чтобы помочь ребенку поверить в свои силы.

В школе ребенок впервые сталкивается с внешней оценкой своих действий. Первые оценки связаны для него как с положительными, так и с отрицательными переживаниями. Если мы хотим, чтобы главным для ребенка оставались знания, а не оценки, необходимо определиться прежде всего нам самим. Отношение ребенка к оценкам во многом зависит от нашего отношения к ним. Если мы, говоря о школе, прежде всего расспрашиваем об оценках и бурно реагируем как на хорошие, так и на плохие, для ребенка оценка станет основной частью школьной жизни.

Давайте задумаемся, какие вопросы мы задаем нашим школьникам. Когда мы спрашиваем: «Как дела в школе? Что получил?», мы тем самым показываем, что нас интересуют прежде всего оценки. Зато вопросы «Что ты сегодня узнал нового? С кем из ребят ты сегодня играл? Какие уроки были для тебя самыми интересными?» дают ребенку понять, что главное в школе — учение и общение.

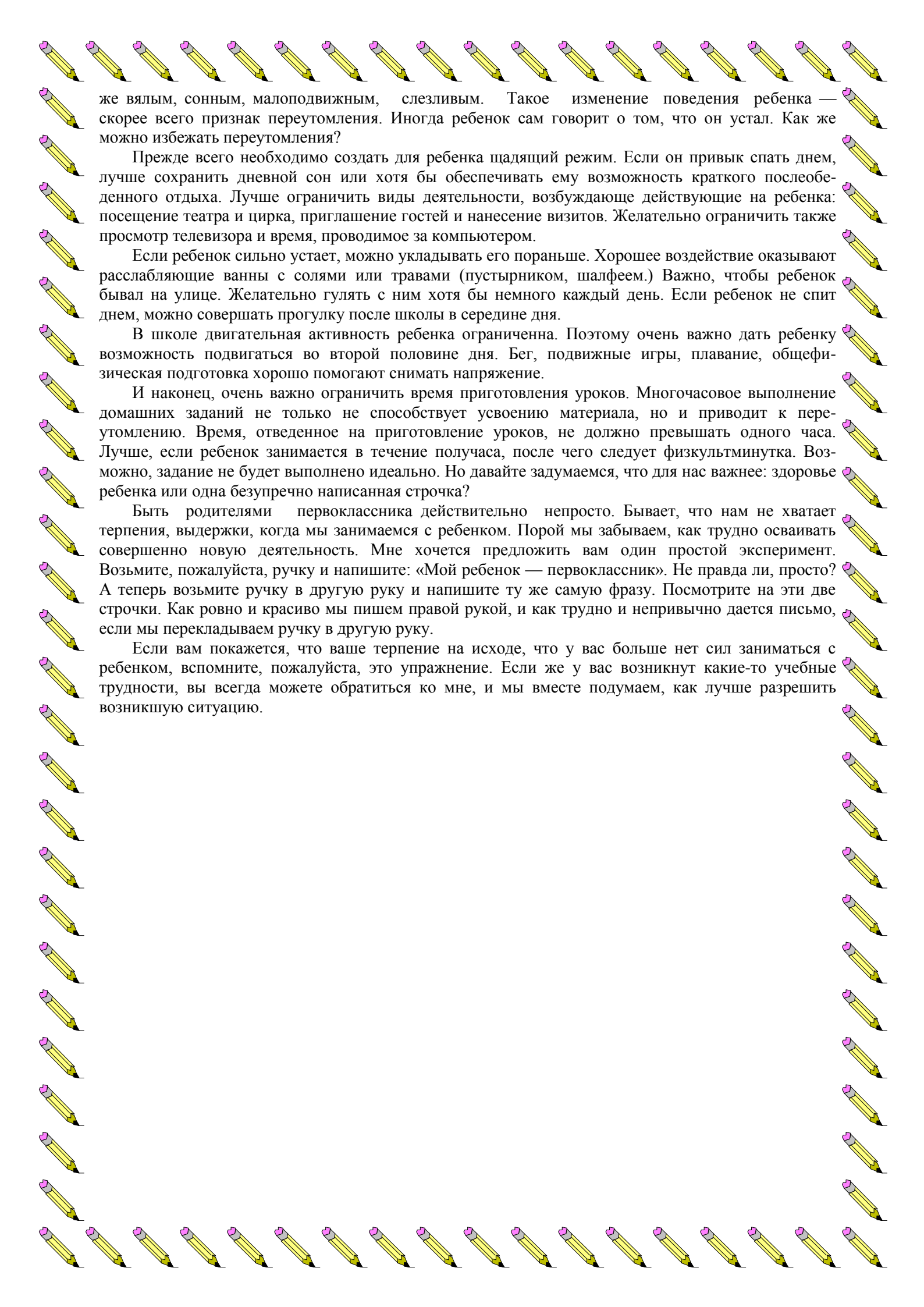
Для многих детей отметка — это оценка не его работы, а его самого: «Если я получаю хорошие оценки, значит, я хороший». Такая позиция опасна, потому что в будущем может привести к формированию зависимости от мнения окружающих, от внешней оценки. Поэтому оценки, которые получает ребенок, ни в коем случае не должны влиять на наше мнение о нем и на наши чувства к нему. Важно, чтобы ребенок понимал: иногда у него что-то не получается, но он сам при этом не становится плохим.

Иногда нужно сказать ребенку, что оценивается не он сам, а всего лишь результаты его деятельности. Так, при выполнении домашнего задания можно спросить: «Как ты думаешь, что у тебя получилось особенно хорошо? А что — не очень?»

Если ребенок болезненно переживает из-за оценок, можно помочь ему, используя слово «зато», то есть постараться найти в работе какое-то достоинство. Хорошо, если это не просто утешение взрослого, а совместное с ребенком обсуждение задания. Например, это может выглядеть так: «Задачу ты решил неправильно. А что тебе удалось? Да, зато у тебя получились очень красивые цифры».

Конечно, школьная жизнь — это не только радостные моменты. Иногда ребенок бывает грустным, обиженным, рассерженным на школу, учителя, одноклассников. Важно дать ему возможность выразить негативные чувства. Если мы говорим: «Не расстраивайся, что ты злишься? Как ты можешь так говорить» — мы тем самым усиливаем стресс и отдаляемся от ребенка. Первокласснику необходимо наше понимание. Если мы внимательно выслушаем его, признаем, что обучение в школе действительно может быть неинтересным или трудным, мы поможем ребенку освободиться от гнетущих мыслей и чувств. Сказав ребенку: «Я вижу, ты расстроился. Тебе было обидно. Даже, наверное, в школу ходить не захотелось» — мы оказываем ему необходимую эмоциональную поддержку.

Начало обучения в школе для ребенка — это прежде всего большие нагрузки. Даже если ребенок посещал дошкольный лицей или ходил в детский сад, школьный режим для него внове. Необходимость следовать новым правилам поведения, сосредоточенно заниматься в течение урока, выполнять домашние задания — все это создает значительное напряжение для нервной системы ребенка. Часто первоклассник становится беспокойным, раздражительным, импульсивным или



же вялым, сонным, малоподвижным, слезливым. Такое изменение поведения ребенка — скорее всего признак переутомления. Иногда ребенок сам говорит о том, что он устал. Как же можно избежать переутомления?

Прежде всего необходимо создать для ребенка щадящий режим. Если он привык спать днем, лучше сохранить дневной сон или хотя бы обеспечивать ему возможность краткого послеобеденного отдыха. Лучше ограничить виды деятельности, возбуждающе действующие на ребенка: посещение театра и цирка, приглашение гостей и нанесение визитов. Желательно ограничить также просмотр телевизора и время, проводимое за компьютером.

Если ребенок сильно устает, можно укладывать его пораньше. Хорошее воздействие оказывают расслабляющие ванны с солями или травами (пустырником, шалфеем.) Важно, чтобы ребенок бывал на улице. Желательно гулять с ним хотя бы немного каждый день. Если ребенок не спит днем, можно совершать прогулку после школы в середине дня.

В школе двигательная активность ребенка ограничена. Поэтому очень важно дать ребенку возможность подвигаться во второй половине дня. Бег, подвижные игры, плавание, общефизическая подготовка хорошо помогают снимать напряжение.

И наконец, очень важно ограничить время приготовления уроков. Многочасовое выполнение домашних заданий не только не способствует усвоению материала, но и приводит к переутомлению. Время, отведенное на приготовление уроков, не должно превышать одного часа. Лучше, если ребенок занимается в течение получаса, после чего следует физкультминутка. Возможно, задание не будет выполнено идеально. Но давайте задумаемся, что для нас важнее: здоровье ребенка или одна безупречно написанная строчка?

Быть родителями первоклассника действительно непросто. Бывает, что нам не хватает терпения, выдержки, когда мы занимаемся с ребенком. Порой мы забываем, как трудно осваивать совершенно новую деятельность. Мне хочется предложить вам один простой эксперимент. Возьмите, пожалуйста, ручку и напишите: «Мой ребенок — первоклассник». Не правда ли, просто? А теперь возьмите ручку в другую руку и напишите ту же самую фразу. Посмотрите на эти две строчки. Как ровно и красиво мы пишем правой рукой, и как трудно и непривычно дается письмо, если мы перекладываем ручку в другую руку.

Если вам покажется, что ваше терпение на исходе, что у вас больше нет сил заниматься с ребенком, вспомните, пожалуйста, это упражнение. Если же у вас возникнут какие-то учебные трудности, вы всегда можете обратиться ко мне, и мы вместе подумаем, как лучше разрешить возникшую ситуацию.

## «Как поддержать у ребёнка желание учиться?»

Нам как родителям, хочется, чтобы ребенок учился с желанием.

К сожалению, не всегда он разделяет наше желание...

Что делать, как развить в ребенке желание учиться?

Чтобы понять чувства своего ребенка – проанализируйте свое отношение к работе или к вашей учебе в школе, когда Вы были детьми!

Может, вы иногда допускаете высказывания:

- и чему вас вообще учат

- нечего в этой школе делать и т.п.

Таким образом, чтобы пробудить в ребенке желание учиться:

1. Помните, что ребенок отражает чувства и взаимоотношения своих родителей;

2. Подумайте, как Вы относитесь к своей работе. Что есть хорошего и полезного в Вашей работе? Думайте о пользе Вашей работы. Рассказывайте об этом ребенку. При необходимости займитесь любимым делом и об этом рассказывайте ребенку. Покажите ему на деле, какую пользу может приносить любимое занятие для всей семьи.

3. Проанализируйте свое отношение к учебе ребенка, к школе. Считаете ли, что ребенок действительно может с интересом ходить в школу, хотеть учиться или каждый день просматриваете дневник в ожидании очередного замечания? Так как у КАЖДОГО РЕБЕНКА есть интерес к познанию нового, поверьте в Вашего ребенка, в его способности, думайте ТОЛЬКО о его достижениях, забудьте ошибки и замечания.

4. Принимайте активное участие в любимых занятиях ребенка.

5. Определите скорость обучения ребенка. Принимайте его таким, какой он есть. Дайте ему возможность учиться так, как он может.

6. Выполнение домашних заданий по нелюбимому школьному предмету превратите в увлекательное занятие. Подумайте, чем любит заниматься ребенок, кем он хочет стать в будущем, и найдите, чем данный предмет будет ему полезен в этом.

7. Никогда не поздно изменить свое отношение к работе, к ребенку, к его учебе. Стоит только начать – и плодов не придется долго ждать.

Мы очень часто слышим от наших детей такие слова как: «я ненавижу математику», «я не хочу делать домашнюю работу», «я не люблю учиться в школе».

Каково же слышать такое родителям, которые столь заинтересованы в учебе своих детей, прилагают для этого много усилий и времени, и все равно не могут добиться положительного отношения своего чада к получению знаний.

«Почему мой ребенок не заинтересован в учебе?», «Что заставляет моего ребенка противиться ходить в школу? Почему он говорит, что учиться очень скучно», «Почему он показывает высокие результаты по одним, а низкие по другим предметам?», «Почему ему не нравится изучать английский?» Это всего несколько вопросов, которые возникают у обеспокоенных родителей, когда их чада проявляют отсутствие интереса к обучению, как дома, так и в школе.

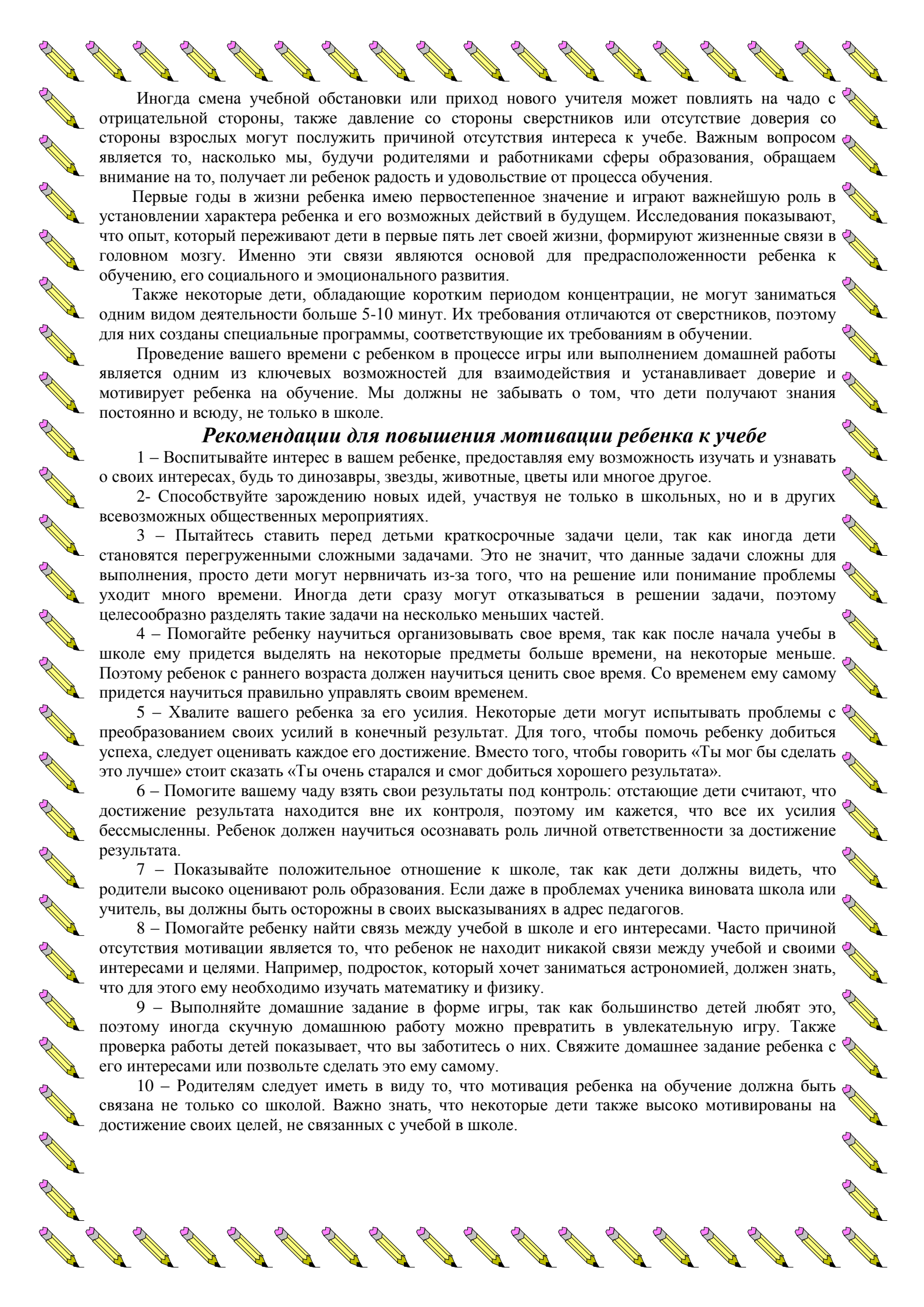
Нам следует быть умеренными в обращении с детьми, общаться с ними с любовью. При обучении относиться к ним мягко, чтобы облегчить их восприятие, так как ребенку требуется определенное время, чтобы понять наши слова и правильно ответить.

Дети не несут ответственность за свои поступки, поэтому будьте терпеливы в их отношении.

Они отличаются друг от друга по уровню интеллекта и восприятия. Некоторым для понимания хватает простого сурового взгляда, а других нужно крепко поругать. Но никогда нельзя переставать следовать хадису Султана Пророков, который сказал: «Кто не показывает милосердия к молодым людям, тот не сможет быть одним из нас» (Тирмизи, Бирр). Поэтому ребенка можно завоевать только с любовью, нежностью и мягкостью.

Давайте попробуем разобраться в причинах, из-за которых многие дети проявляют отсутствие интереса к получению знаний. Иногда причины могут быть самыми очевидными: возможно, у родителей не бывает времени помогать ребенку в выполнении домашних заданий, или ребенка окружает большое количество развлечений, из-за которых он не может оказать должную концентрацию в учебе.

Также могут быть менее явные причины: возможно ребенку не нравится тот или иной предмет, возможно, его понимание дается ему с большим трудом, например, ему может не нравиться письмо или математика.



Иногда смена учебной обстановки или приход нового учителя может повлиять на чадо с отрицательной стороны, также давление со стороны сверстников или отсутствие доверия со стороны взрослых могут послужить причиной отсутствия интереса к учебе. Важным вопросом является то, насколько мы, будучи родителями и работниками сферы образования, обращаем внимание на то, получает ли ребенок радость и удовольствие от процесса обучения.

Первые годы в жизни ребенка имеют первостепенное значение и играют важнейшую роль в установлении характера ребенка и его возможных действий в будущем. Исследования показывают, что опыт, который переживают дети в первые пять лет своей жизни, формируют жизненные связи в головном мозгу. Именно эти связи являются основой для предрасположенности ребенка к обучению, его социального и эмоционального развития.

Также некоторые дети, обладающие коротким периодом концентрации, не могут заниматься одним видом деятельности больше 5-10 минут. Их требования отличаются от сверстников, поэтому для них созданы специальные программы, соответствующие их требованиям в обучении.

Проведение вашего времени с ребенком в процессе игры или выполнением домашней работы является одним из ключевых возможностей для взаимодействия и устанавливает доверие и мотивирует ребенка на обучение. Мы должны не забывать о том, что дети получают знания постоянно и всюду, не только в школе.

### ***Рекомендации для повышения мотивации ребенка к учебе***

1 – Воспитывайте интерес в вашем ребенке, предоставляя ему возможность изучать и узнавать о своих интересах, будь то динозавры, звезды, животные, цветы или многое другое.

2- Способствуйте зарождению новых идей, участвуя не только в школьных, но и в других всевозможных общественных мероприятиях.

3 – Попробуйте ставить перед детьми краткосрочные задачи цели, так как иногда дети становятся перегруженными сложными задачами. Это не значит, что данные задачи сложны для выполнения, просто дети могут нервничать из-за того, что на решение или понимание проблемы уходит много времени. Иногда дети сразу могут отказываться в решении задачи, поэтому целесообразно разделять такие задачи на несколько меньших частей.

4 – Помогайте ребенку научиться организовывать свое время, так как после начала учебы в школе ему придется выделять на некоторые предметы больше времени, на некоторые меньше. Поэтому ребенок с раннего возраста должен научиться ценить свое время. Со временем ему самому придется научиться правильно управлять своим временем.

5 – Хвалите вашего ребенка за его усилия. Некоторые дети могут испытывать проблемы с преобразованием своих усилий в конечный результат. Для того, чтобы помочь ребенку добиться успеха, следует оценивать каждое его достижение. Вместо того, чтобы говорить «Ты мог бы сделать это лучше» стоит сказать «Ты очень старался и смог добиться хорошего результата».

6 – Помогите вашему чаду взять свои результаты под контроль: отстающие дети считают, что достижение результата находится вне их контроля, поэтому им кажется, что все их усилия бессмысленны. Ребенок должен научиться осознавать роль личной ответственности за достижение результата.

7 – Показывайте положительное отношение к школе, так как дети должны видеть, что родители высоко оценивают роль образования. Если даже в проблемах ученика виновата школа или учитель, вы должны быть осторожны в своих высказываниях в адрес педагогов.

8 – Помогайте ребенку найти связь между учебой в школе и его интересами. Часто причиной отсутствия мотивации является то, что ребенок не находит никакой связи между учебой и своими интересами и целями. Например, подросток, который хочет заниматься астрономией, должен знать, что для этого ему необходимо изучать математику и физику.

9 – Выполняйте домашнее задание в форме игры, так как большинство детей любят это, поэтому иногда скучную домашнюю работу можно превратить в увлекательную игру. Также проверка работы детей показывает, что вы заботитесь о них. Свяжите домашнее задание ребенка с его интересами или позвольте сделать это ему самому.

10 – Родителям следует иметь в виду то, что мотивация ребенка на обучение должна быть связана не только со школой. Важно знать, что некоторые дети также высоко мотивированы на достижение своих целей, не связанных с учебой в школе.

## Режим дня школьника



**Режим дня школьника** - это чередование труда и отдыха в определенном порядке.

**Режим** – слово французское и в переводе означает «управление». В первую очередь это управление своим временем. Но в конечном итоге – и своим здоровьем, и своей жизнью.

В режиме школьника должно быть все точно распределено: продолжительность учебных занятий в школе и дома, прогулки, регулярность питания, сон,

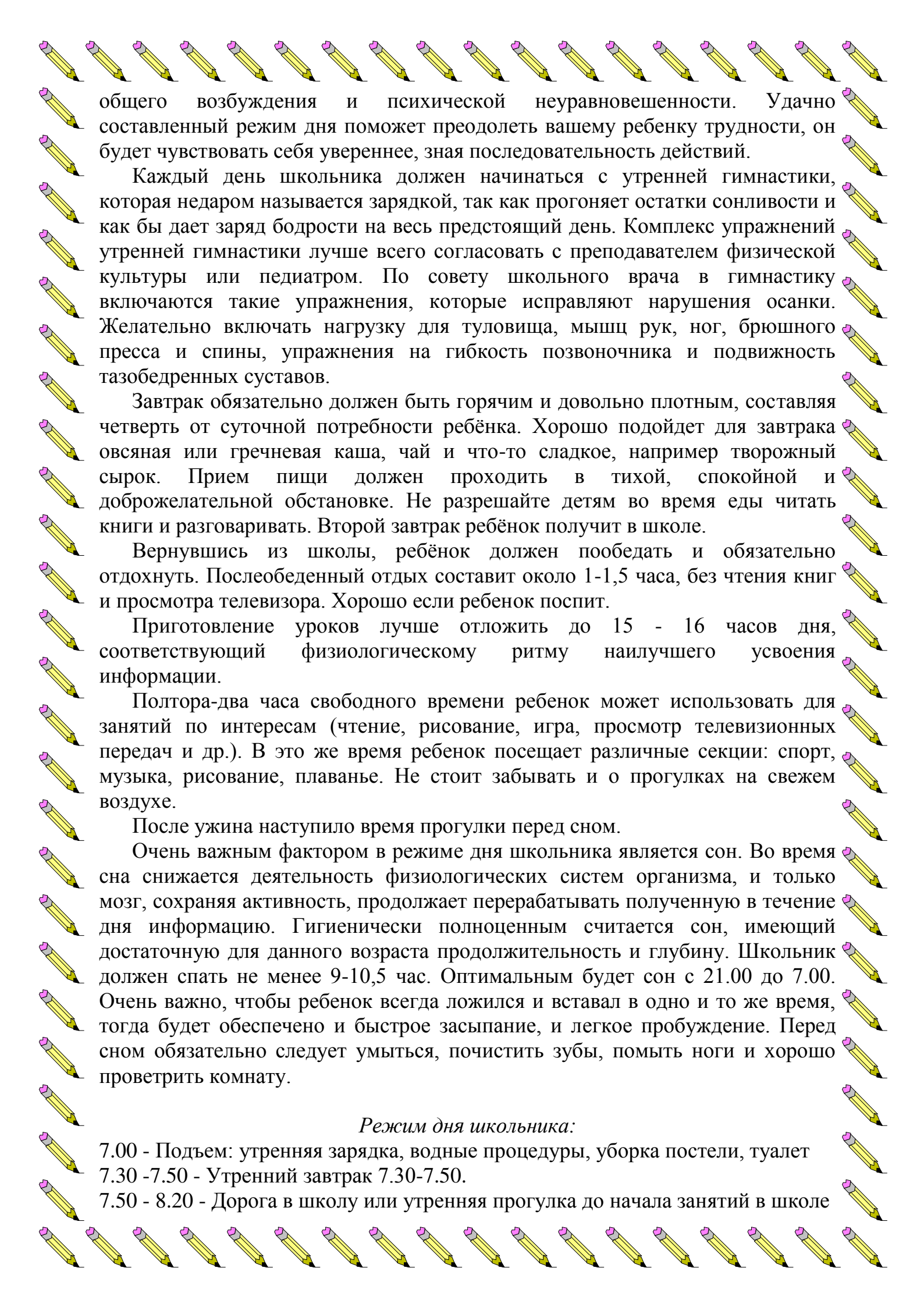
чередование труда и отдыха. И это не случайное требование. Когда человек соблюдает правильный режим, у него вырабатываются условные рефлексы и каждая предыдущая деятельность становится сигналом последующей. Это помогает организму легко и быстро переключаться из одного состояния в другое.

От того, насколько правильно организован режим дня школьника, зависит состояние здоровья, физическое и психическое развитие, работоспособность и успеваемость в школе.

**Правильно организованный режим дня школьника предусматривает:**

1. Правильное чередование труда и отдыха.
2. Регулярный прием пищи.
3. Сон определенной продолжительности, с точным временем подъема и отхода ко сну.
4. Определенное время для утренней гимнастики и гигиенических процедур.
5. Определенное время для приготовления домашних заданий.
6. Определенную продолжительность отдыха с максимальным пребыванием на открытом воздухе.

Формируя режим дня школьника учитывайте периоды физического развития. Для разного возраста есть свои особенности. В 6-7 лет отмечается повышенная чувствительность к неблагоприятным внешним факторам и быстрой утомляемостью при обучении. В младшем школьном возрасте продолжают процессы окостенения и роста скелета, развития мелких мышц кисти и функциональное совершенствование нервной системы. Возраст 11-14 лет характеризуется резкими гормональными сдвигами и интенсивным ростом. Происходит быстрое развитие внутренних органов: сердце растёт быстрее, чем просвет сосудов, и возникает юношеская гипертензия. В 15-18 лет происходит завершение полового созревания, сохраняется преобладание



общего возбуждения и психической неуравновешенности. Удачно составленный режим дня поможет преодолеть вашему ребенку трудности, он будет чувствовать себя увереннее, зная последовательность действий.

Каждый день школьника должен начинаться с утренней гимнастики, которая недаром называется зарядкой, так как прогоняет остатки сонливости и как бы дает заряд бодрости на весь предстоящий день. Комплекс упражнений утренней гимнастики лучше всего согласовать с преподавателем физической культуры или педиатром. По совету школьного врача в гимнастику включаются такие упражнения, которые исправляют нарушения осанки. Желательно включать нагрузку для туловища, мышц рук, ног, брюшного пресса и спины, упражнения на гибкость позвоночника и подвижность тазобедренных суставов.

Завтрак обязательно должен быть горячим и довольно плотным, составляя четверть от суточной потребности ребёнка. Хорошо подойдет для завтрака овсяная или гречневая каша, чай и что-то сладкое, например творожный сырок. Прием пищи должен проходить в тихой, спокойной и доброжелательной обстановке. Не разрешайте детям во время еды читать книги и разговаривать. Второй завтрак ребёнок получит в школе.

Вернувшись из школы, ребёнок должен пообедать и обязательно отдохнуть. Послеобеденный отдых составит около 1-1,5 часа, без чтения книг и просмотра телевизора. Хорошо если ребенок поспит.

Приготовление уроков лучше отложить до 15 - 16 часов дня, соответствующий физиологическому ритму наилучшего усвоения информации.

Полтора-два часа свободного времени ребенок может использовать для занятий по интересам (чтение, рисование, игра, просмотр телевизионных передач и др.). В это же время ребенок посещает различные секции: спорт, музыка, рисование, плавание. Не стоит забывать и о прогулках на свежем воздухе.

После ужина наступило время прогулки перед сном.

Очень важным фактором в режиме дня школьника является сон. Во время сна снижается деятельность физиологических систем организма, и только мозг, сохраняя активность, продолжает перерабатывать полученную в течение дня информацию. Гигиенически полноценным считается сон, имеющий достаточную для данного возраста продолжительность и глубину. Школьник должен спать не менее 9-10,5 час. Оптимальным будет сон с 21.00 до 7.00. Очень важно, чтобы ребенок всегда ложился и вставал в одно и то же время, тогда будет обеспечено и быстрое засыпание, и легкое пробуждение. Перед сном обязательно следует умыться, почистить зубы, помыть ноги и хорошо проветрить комнату.

#### *Режим дня школьника:*

7.00 - Подъем: утренняя зарядка, водные процедуры, уборка постели, туалет

7.30 -7.50 - Утренний завтрак 7.30-7.50.

7.50 - 8.20 - Дорога в школу или утренняя прогулка до начала занятий в школе





8.30 - 12.30 - Занятия в школе

12.30 - 13.00 - Дорога из школы или прогулка после занятий в школе

13.00 - 13.30 - Обед

13.30 - 14.30 - Послеобеденный отдых или сон

14.30 - 16.00 - Прогулка или игры и спортивные занятия на воздухе

16.00 - 16.15 - Полдник

16.15 - 17.30 - Приготовление домашних заданий

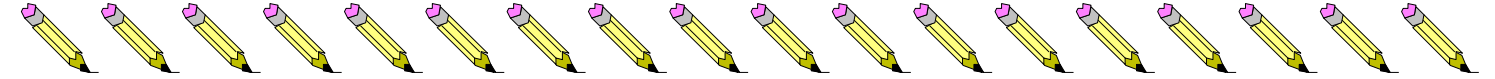
17.30 - 19.00 - Прогулки на свежем воздухе

19.00 - 20.00 - Ужин и свободные занятия (чтение, музыкальные занятия, ручной труд, помощь семье, занятия иностранным языком и пр.)

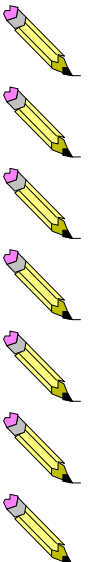

с 20.30 Приготовление ко сну (гигиенические мероприятия - чистка одежды, обуви, умывание)

Учащиеся как первой, так и второй смены должны вставать в 7 часов утра и ложиться в 20 часов 30 минут — 21 час, а старшие — в 22 часа, самое позднее — в 22 часа 30 минут.

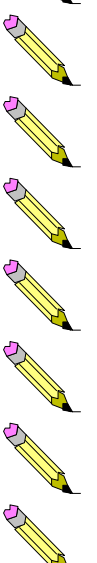

Конечно, вы можете менять занятия местами, основываясь на предпочтениях и приоритетах вашего ребенка, главное сохранять чередование отдыха и труда.



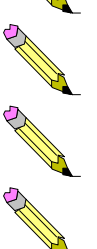
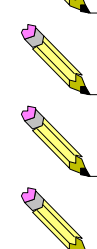
## *Как помочь ребёнку в приготовлении уроков*



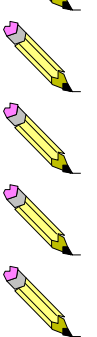
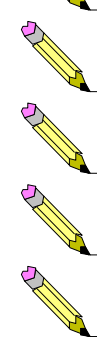
Родители, которые практически сразу предоставляют детям полную самостоятельность в приготовлении уроков, так же неправы, как и те, которые оказывают детям чрезмерную опеку. Одни взрослые сразу заявляют первокласснику: "Уроки заданы тебе, а не мне, вот ты и делай!" Другие ласково спрашивают: "Ну, что нам сегодня задано?" - и раскрывают учебники и тетрадки. В первом случае возникает обида на равнодушие родных к таким важным школьным делам и страдает качество выполняемых заданий, а во втором - формируется безответственность, уверенность, что все будет сделано хорошо и без собственных усилий.



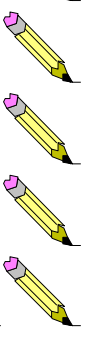
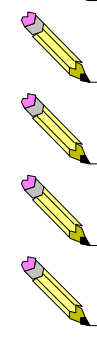
Безусловный долг родителей состоит в том, чтобы наладить процесс приготовления домашних заданий. Сюда входит и организация рабочего места, и уточнение распорядка дня, с тем чтобы выделить на приготовление уроков необходимое время, и определение последовательности приготовления уроков. Кроме того, на первых порах дети делают много ошибок и помарок от неумения распределять внимание, от чрезмерного напряжения, быстрого утомления. Присутствуя при приготовлении первоклассником домашних заданий, родители подбадривают его, объясняют, если ребенок что-то не понял или забыл, но не подменяют его деятельность своей. Конечно, нужно требовать, чтобы домашнее задание было выполнено чисто, аккуратно, красиво. Но все эти требования должны оставаться в пределах возможностей ребенка. Неправы те родители, которые заставляют переписывать домашние задания по десять раз. Добившись даже небольших успехов, можно закрепить их на следующий день. Рывки же не приносят положительного эффекта.



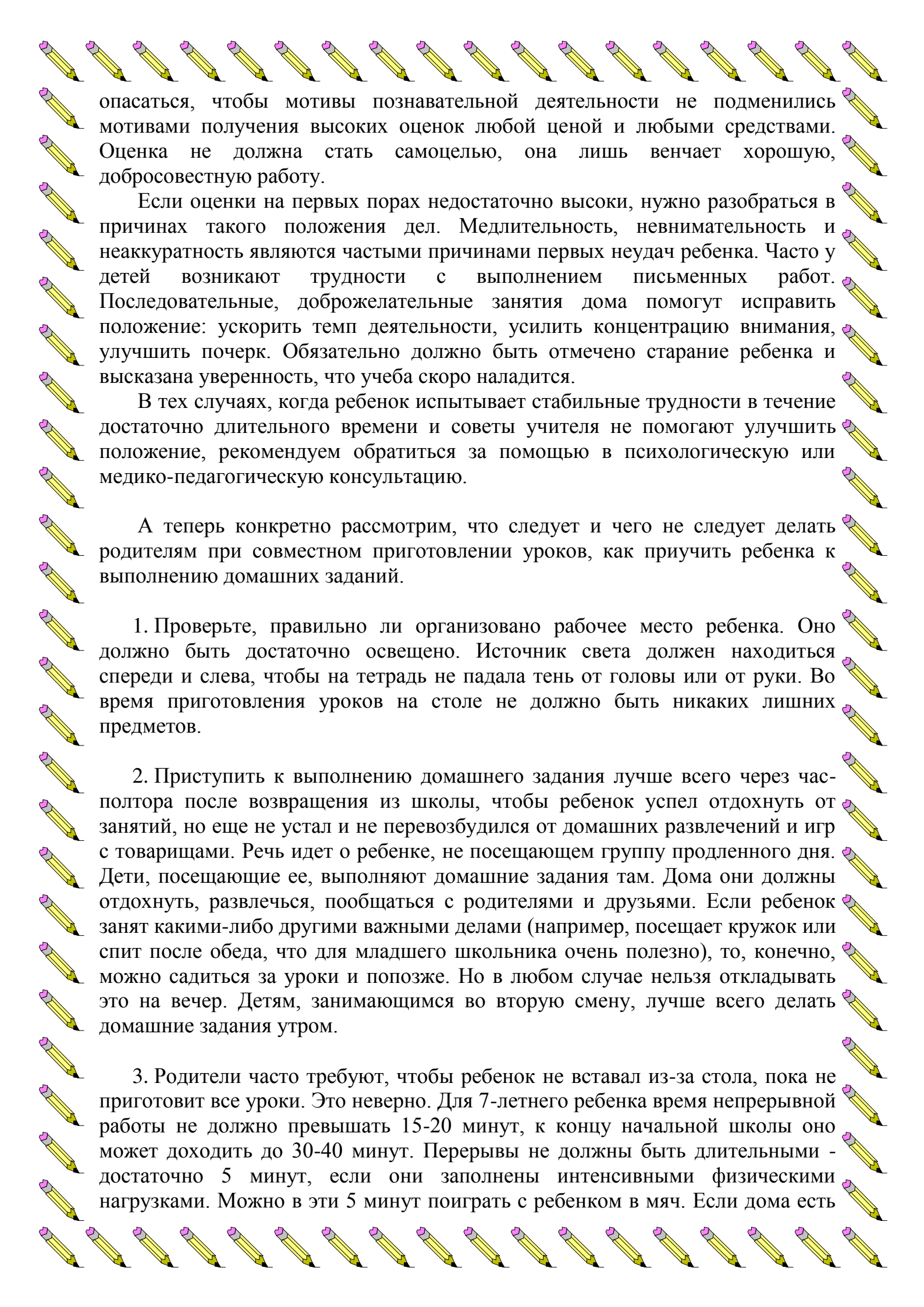
Сегодня первоклассник со слезами на глазах переписет работу десять раз, а завтра выполнит задание небрежно, так как родители были заняты и не проверили качество работы. Как следствие ребенок может начать ловчить, учитывать занятость и настроение родителей, а собственной ответственности у него так и не сформируется.



Но постепенно ребенку будет требоваться все меньше времени для организации занятий. Поэтому прямое участие родителей в выполнении уроков можно будет заменить только присутствием. В этом случае родители могут ограничиться контролем качества выполнения заданий. Неизменными остаются лишь интерес и внимание к жизни первоклассника, умение радоваться его успехам, а при первом появлении трудностей в учебе или общении вы, конечно, должны помочь ему.



Большое волнение испытывает первоклассник, когда ему начинают ставить оценки. Приятно, когда это стабильно высокие оценки. Но нельзя допустить, чтобы ребенок на этом основании почувствовал свое превосходство перед другими, чтобы, расспрашивая детей об их оценках, хвастался своими, дружил только с теми, кто хорошо учится. Следует



опасаться, чтобы мотивы познавательной деятельности не подменились мотивами получения высоких оценок любой ценой и любыми средствами. Оценка не должна стать самоцелью, она лишь венчает хорошую, добросовестную работу.

Если оценки на первых порах недостаточно высоки, нужно разобраться в причинах такого положения дел. Медлительность, невнимательность и неаккуратность являются частыми причинами первых неудач ребенка. Часто у детей возникают трудности с выполнением письменных работ. Последовательные, доброжелательные занятия дома помогут исправить положение: ускорить темп деятельности, усилить концентрацию внимания, улучшить почерк. Обязательно должно быть отмечено старание ребенка и высказана уверенность, что учеба скоро наладится.

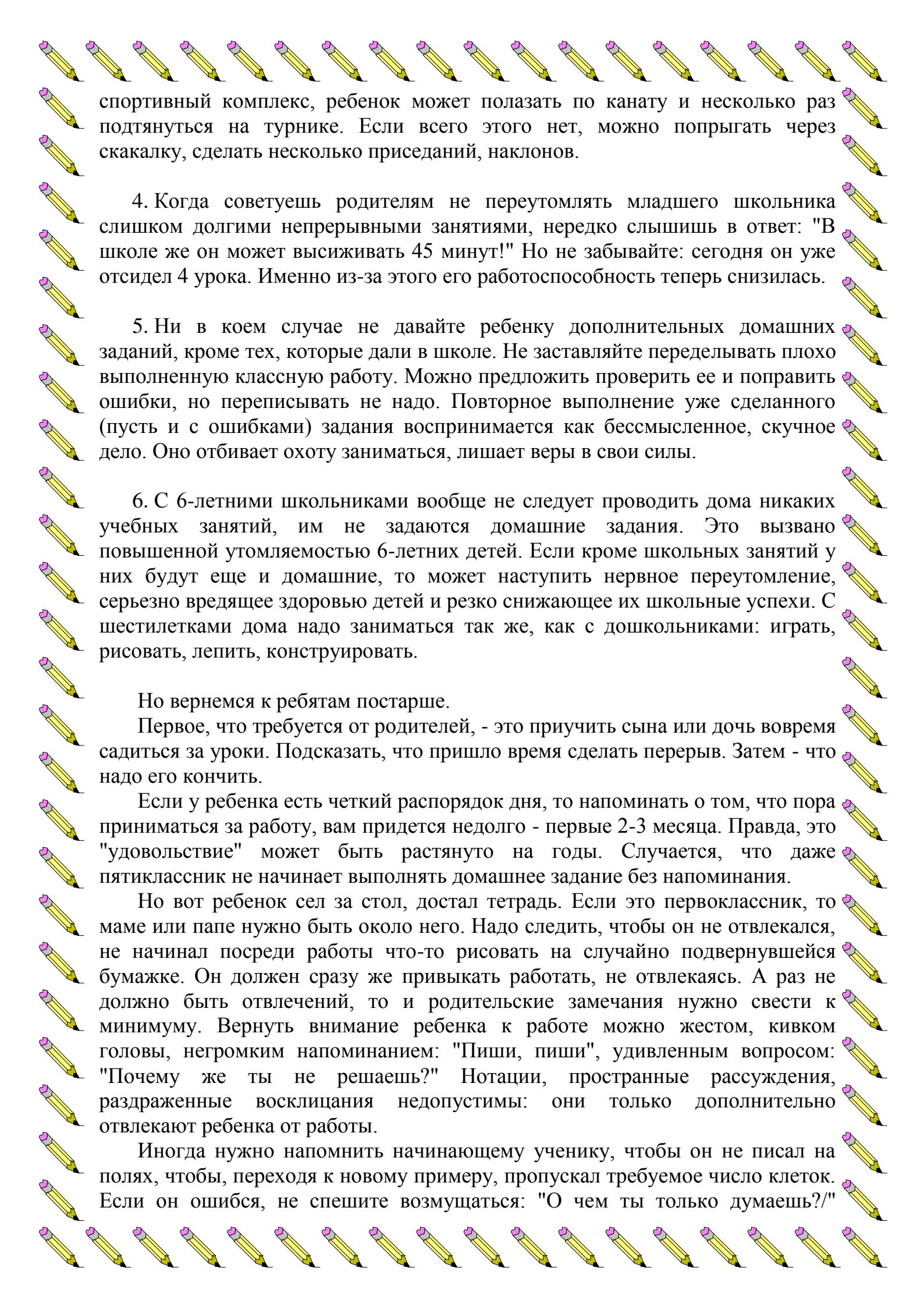
В тех случаях, когда ребенок испытывает стабильные трудности в течение достаточно длительного времени и советы учителя не помогают улучшить положение, рекомендуем обратиться за помощью в психологическую или медико-педагогическую консультацию.

А теперь конкретно рассмотрим, что следует и чего не следует делать родителям при совместном приготовлении уроков, как приучить ребенка к выполнению домашних заданий.

1. Проверьте, правильно ли организовано рабочее место ребенка. Оно должно быть достаточно освещено. Источник света должен находиться спереди и слева, чтобы на тетрадь не падала тень от головы или от руки. Во время приготовления уроков на столе не должно быть никаких лишних предметов.

2. Приступить к выполнению домашнего задания лучше всего через час-полтора после возвращения из школы, чтобы ребенок успел отдохнуть от занятий, но еще не устал и не перевозбудился от домашних развлечений и игр с товарищами. Речь идет о ребенке, не посещающем группу продленного дня. Дети, посещающие ее, выполняют домашние задания там. Дома они должны отдохнуть, развлечься, пообщаться с родителями и друзьями. Если ребенок занят какими-либо другими важными делами (например, посещает кружок или спит после обеда, что для младшего школьника очень полезно), то, конечно, можно садиться за уроки и попозже. Но в любом случае нельзя откладывать это на вечер. Детям, занимающимся во вторую смену, лучше всего делать домашние задания утром.

3. Родители часто требуют, чтобы ребенок не вставал из-за стола, пока не приготовит все уроки. Это неверно. Для 7-летнего ребенка время непрерывной работы не должно превышать 15-20 минут, к концу начальной школы оно может достигать до 30-40 минут. Перерывы не должны быть длительными - достаточно 5 минут, если они заполнены интенсивными физическими нагрузками. Можно в эти 5 минут поиграть с ребенком в мяч. Если дома есть



спортивный комплекс, ребенок может ползать по канату и несколько раз подтянуться на турнике. Если всего этого нет, можно попрыгать через скакалку, сделать несколько приседаний, наклонов.

4. Когда советуешь родителям не переутомлять младшего школьника слишком долгими непрерывными занятиями, нередко слышишь в ответ: "В школе же он может высидеть 45 минут!" Но не забывайте: сегодня он уже отсидел 4 урока. Именно из-за этого его работоспособность теперь снизилась.

5. Ни в коем случае не давайте ребенку дополнительных домашних заданий, кроме тех, которые дали в школе. Не заставляйте переделывать плохо выполненную классную работу. Можно предложить проверить ее и поправить ошибки, но переписывать не надо. Повторное выполнение уже сделанного (пусть и с ошибками) задания воспринимается как бессмысленное, скучное дело. Оно отбивает охоту заниматься, лишает веры в свои силы.

6. С 6-летними школьниками вообще не следует проводить дома никаких учебных занятий, им не задаются домашние задания. Это вызвано повышенной утомляемостью 6-летних детей. Если кроме школьных занятий у них будут еще и домашние, то может наступить нервное переутомление, серьезно вредящее здоровью детей и резко снижающее их школьные успехи. С шестилетками дома надо заниматься так же, как с дошкольниками: играть, рисовать, лепить, конструировать.

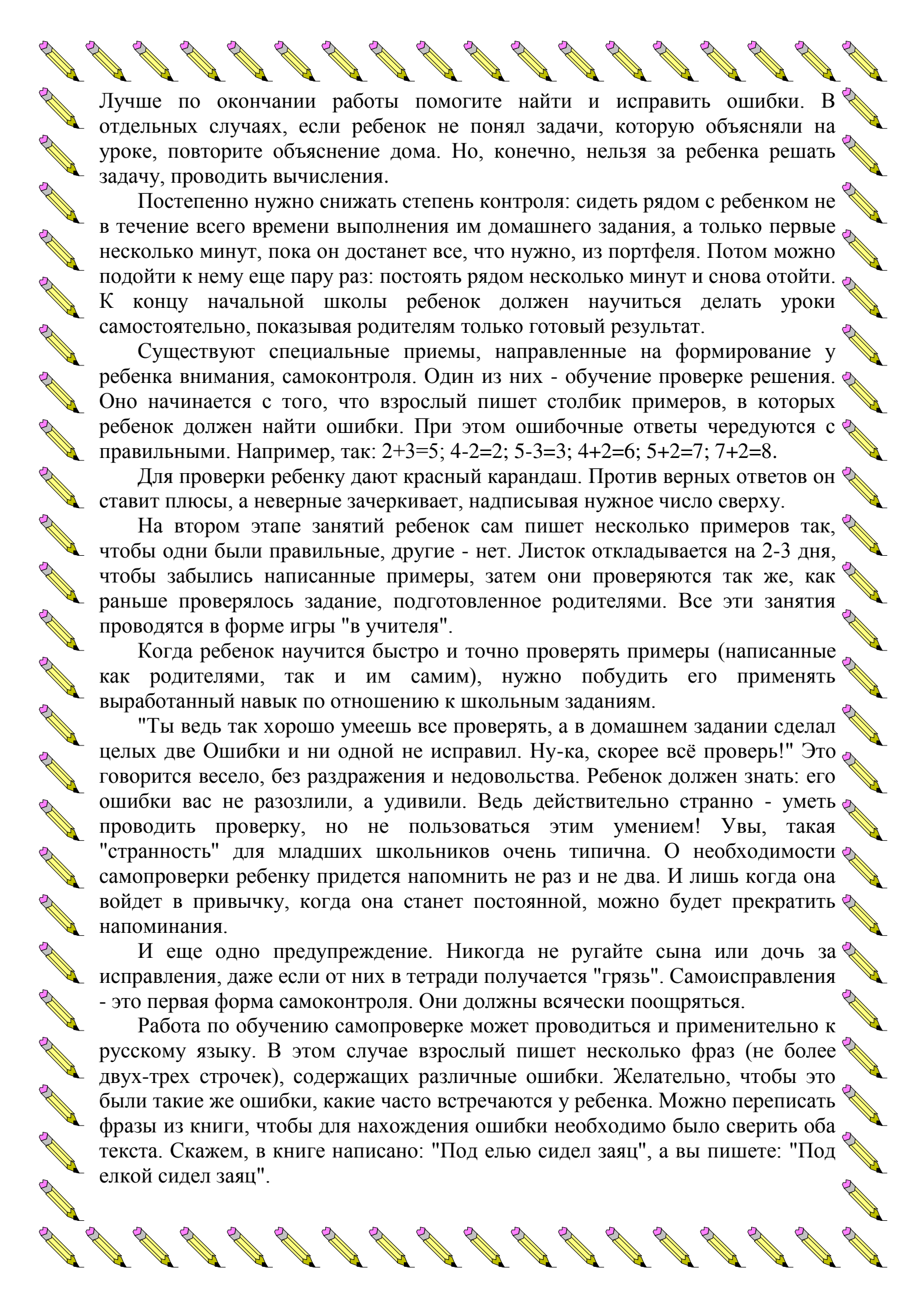
Но вернемся к ребятам постарше.

Первое, что требуется от родителей, - это приучить сына или дочь вовремя садиться за уроки. Подсказать, что пришло время сделать перерыв. Затем - что надо его кончить.

Если у ребенка есть четкий распорядок дня, то напоминать о том, что пора приниматься за работу, вам придется недолго - первые 2-3 месяца. Правда, это "удовольствие" может быть растянуто на годы. Случается, что даже пятиклассник не начинает выполнять домашнее задание без напоминания.

Но вот ребенок сел за стол, достал тетрадь. Если это первоклассник, то маме или папе нужно быть около него. Надо следить, чтобы он не отвлекался, не начинал посреди работы что-то рисовать на случайно подвернувшейся бумажке. Он должен сразу же привыкать работать, не отвлекаясь. А раз не должно быть отвлечений, то и родительские замечания нужно свести к минимуму. Вернуть внимание ребенка к работе можно жестом, кивком головы, негромким напоминанием: "Пиши, пиши", удивленным вопросом: "Почему же ты не решаешь?" Нотации, пространные рассуждения, раздраженные восклицания недопустимы: они только дополнительно отвлекают ребенка от работы.

Иногда нужно напомнить начинающему ученику, чтобы он не писал на полях, чтобы, переходя к новому примеру, пропускал требуемое число клеток. Если он ошибся, не спешите возмущаться: "О чем ты только думаешь?!"



Лучше по окончании работы помогите найти и исправить ошибки. В отдельных случаях, если ребенок не понял задачи, которую объясняли на уроке, повторите объяснение дома. Но, конечно, нельзя за ребенка решать задачу, проводить вычисления.

Постепенно нужно снижать степень контроля: сидеть рядом с ребенком не в течение всего времени выполнения им домашнего задания, а только первые несколько минут, пока он достанет все, что нужно, из портфеля. Потом можно подойти к нему еще пару раз: постоять рядом несколько минут и снова отойти. К концу начальной школы ребенок должен научиться делать уроки самостоятельно, показывая родителям только готовый результат.

Существуют специальные приемы, направленные на формирование у ребенка внимания, самоконтроля. Один из них - обучение проверке решения. Оно начинается с того, что взрослый пишет столбик примеров, в которых ребенок должен найти ошибки. При этом ошибочные ответы чередуются с правильными. Например, так:  $2+3=5$ ;  $4-2=2$ ;  $5-3=3$ ;  $4+2=6$ ;  $5+2=7$ ;  $7+2=8$ .

Для проверки ребенку дают красный карандаш. Против верных ответов он ставит плюсы, а неверные зачеркивает, надписывая нужное число сверху.

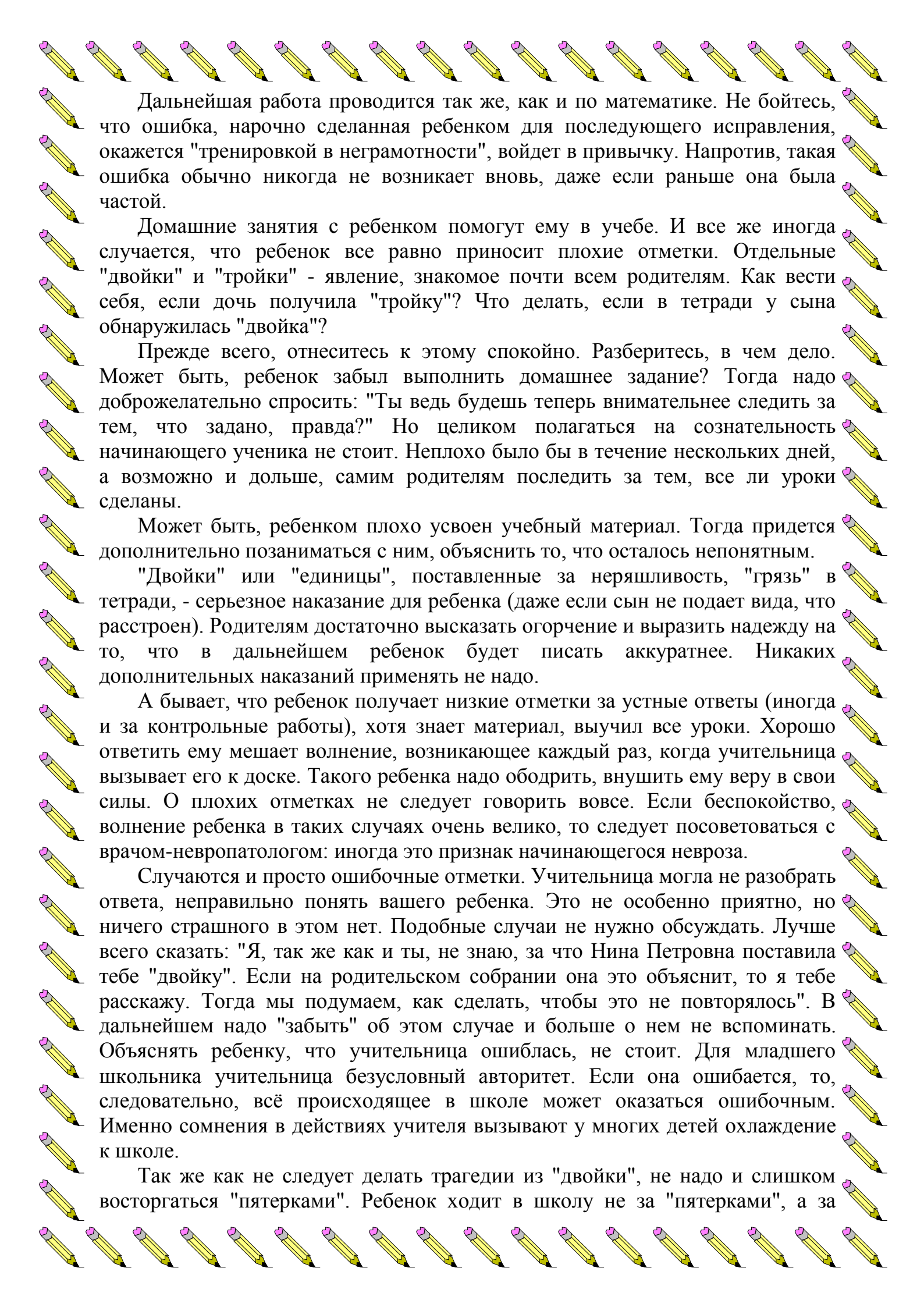
На втором этапе занятий ребенок сам пишет несколько примеров так, чтобы одни были правильные, другие - нет. Листок откладывается на 2-3 дня, чтобы забылись написанные примеры, затем они проверяются так же, как раньше проверялось задание, подготовленное родителями. Все эти занятия проводятся в форме игры "в учителя".

Когда ребенок научится быстро и точно проверять примеры (написанные как родителями, так и им самим), нужно побудить его применять выработанный навык по отношению к школьным заданиям.

"Ты ведь так хорошо умеешь все проверять, а в домашнем задании сделал целых две Ошибки и ни одной не исправил. Ну-ка, скорее всё проверь!" Это говорится весело, без раздражения и недовольства. Ребенок должен знать: его ошибки вас не разозлили, а удивили. Ведь действительно странно - уметь проводить проверку, но не пользоваться этим умением! Увы, такая "странность" для младших школьников очень типична. О необходимости самопроверки ребенку придется напомнить не раз и не два. И лишь когда она войдет в привычку, когда она станет постоянной, можно будет прекратить напоминания.

И еще одно предупреждение. Никогда не ругайте сына или дочь за исправления, даже если от них в тетради получается "грязь". Самоисправления - это первая форма самоконтроля. Они должны всячески поощряться.

Работа по обучению самопроверке может проводиться и применительно к русскому языку. В этом случае взрослый пишет несколько фраз (не более двух-трех строчек), содержащих различные ошибки. Желательно, чтобы это были такие же ошибки, какие часто встречаются у ребенка. Можно переписать фразы из книги, чтобы для нахождения ошибки необходимо было сверить оба текста. Скажем, в книге написано: "Под елью сидел заяц", а вы пишете: "Под елкой сидел заяц".



Дальнейшая работа проводится так же, как и по математике. Не бойтесь, что ошибка, нарочно сделанная ребенком для последующего исправления, окажется "тренировкой в неграмотности", войдет в привычку. Напротив, такая ошибка обычно никогда не возникает вновь, даже если раньше она была частой.

Домашние занятия с ребенком помогут ему в учебе. И все же иногда случается, что ребенок все равно приносит плохие отметки. Отдельные "двойки" и "тройки" - явление, знакомое почти всем родителям. Как вести себя, если дочь получила "тройку"? Что делать, если в тетради у сына обнаружилась "двойка"?

Прежде всего, отнеситесь к этому спокойно. Разберитесь, в чем дело. Может быть, ребенок забыл выполнить домашнее задание? Тогда надо доброжелательно спросить: "Ты ведь будешь теперь внимательнее следить за тем, что задано, правда?" Но целиком полагаться на сознательность начинающего ученика не стоит. Неплохо было бы в течение нескольких дней, а возможно и дольше, самим родителям последить за тем, все ли уроки сделаны.

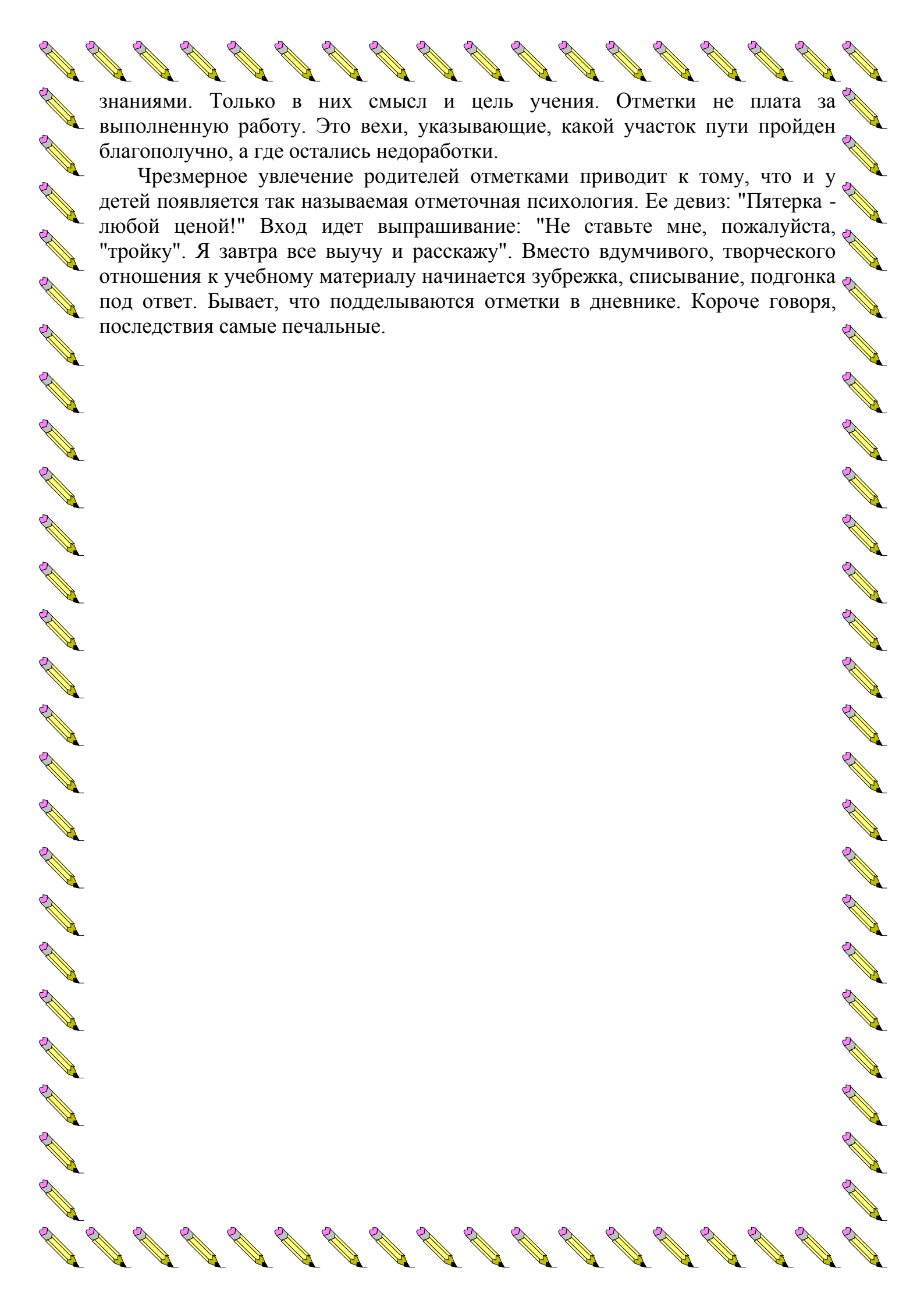
Может быть, ребенком плохо усвоен учебный материал. Тогда придется дополнительно позаниматься с ним, объяснить то, что осталось непонятным.

"Двойки" или "единицы", поставленные за неряшливость, "грязь" в тетради, - серьезное наказание для ребенка (даже если сын не подает вида, что расстроен). Родителям достаточно высказать огорчение и выразить надежду на то, что в дальнейшем ребенок будет писать аккуратнее. Никаких дополнительных наказаний применять не надо.

А бывает, что ребенок получает низкие отметки за устные ответы (иногда и за контрольные работы), хотя знает материал, выучил все уроки. Хорошо ответить ему мешает волнение, возникающее каждый раз, когда учительница вызывает его к доске. Такого ребенка надо ободрить, внушить ему веру в свои силы. О плохих отметках не следует говорить вовсе. Если беспокойство, волнение ребенка в таких случаях очень велико, то следует посоветоваться с врачом-невропатологом: иногда это признак начинающегося невроза.

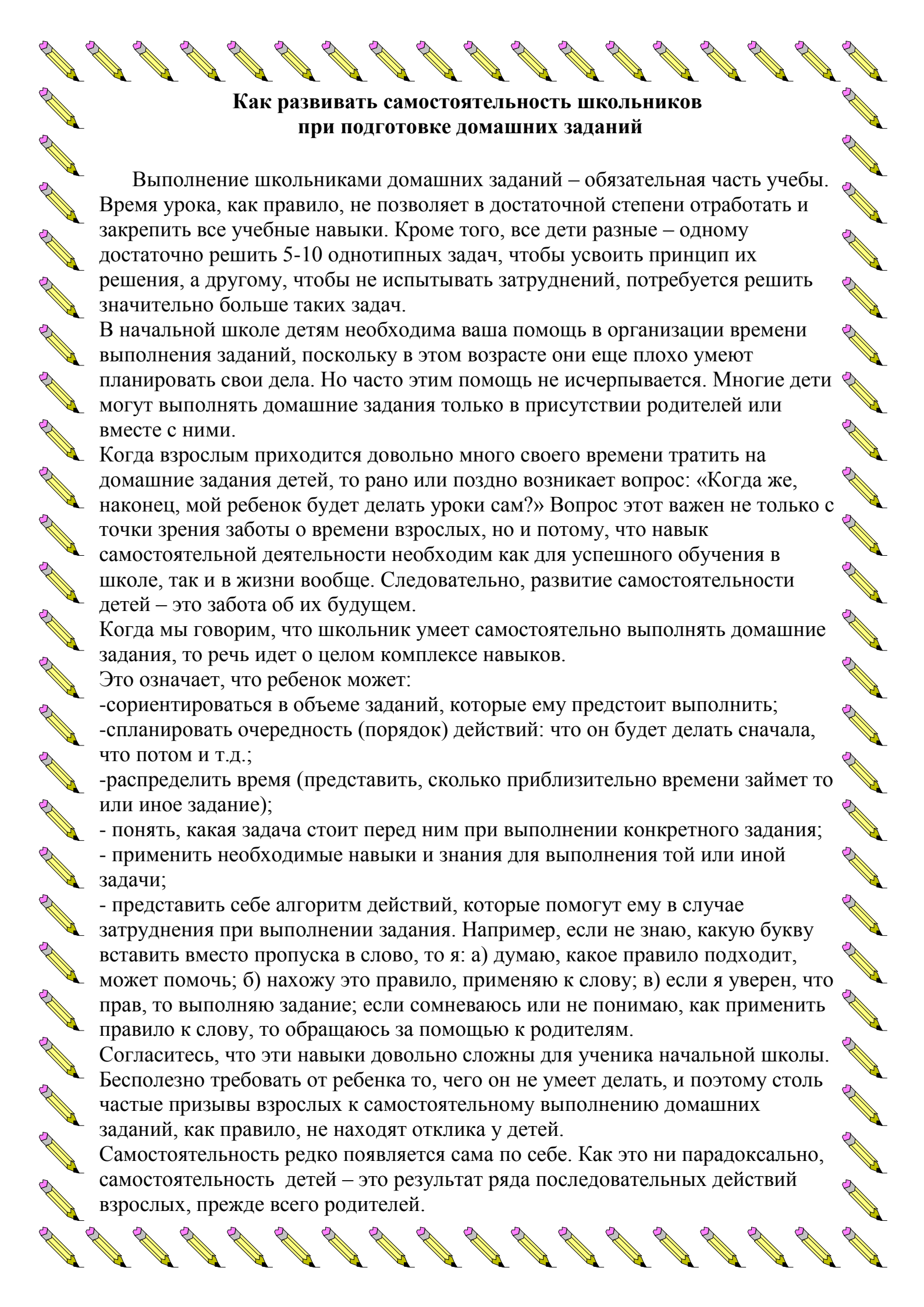
Случаются и просто ошибочные отметки. Учительница могла не разобрать ответа, неправильно понять вашего ребенка. Это не особенно приятно, но ничего страшного в этом нет. Подобные случаи не нужно обсуждать. Лучше всего сказать: "Я, так же как и ты, не знаю, за что Нина Петровна поставила тебе "двойку". Если на родительском собрании она это объяснит, то я тебе расскажу. Тогда мы подумаем, как сделать, чтобы это не повторялось". В дальнейшем надо "забыть" об этом случае и больше о нем не вспоминать. Объяснять ребенку, что учительница ошиблась, не стоит. Для младшего школьника учительница безусловный авторитет. Если она ошибается, то, следовательно, всё происходящее в школе может оказаться ошибочным. Именно сомнения в действиях учителя вызывают у многих детей охлаждение к школе.

Так же как не следует делать трагедии из "двойки", не надо и слишком восторгаться "пятерками". Ребенок ходит в школу не за "пятерками", а за



знаниями. Только в них смысл и цель учения. Отметки не плата за выполненную работу. Это вехи, указывающие, какой участок пути пройден благополучно, а где остались недоработки.

Чрезмерное увлечение родителей отметками приводит к тому, что и у детей появляется так называемая отметочная психология. Ее девиз: "Пятерка - любой ценой!" Вход идет выпрашивание: "Не ставьте мне, пожалуйста, "тройку". Я завтра все выучу и расскажу". Вместо вдумчивого, творческого отношения к учебному материалу начинается зубрежка, списывание, подгонка под ответ. Бывает, что подделываются отметки в дневнике. Короче говоря, последствия самые печальные.



## Как развивать самостоятельность школьников при подготовке домашних заданий

Выполнение школьниками домашних заданий – обязательная часть учебы. Время урока, как правило, не позволяет в достаточной степени отработать и закрепить все учебные навыки. Кроме того, все дети разные – одному достаточно решить 5-10 однотипных задач, чтобы усвоить принцип их решения, а другому, чтобы не испытывать затруднений, потребуется решить значительно больше таких задач.

В начальной школе детям необходима ваша помощь в организации времени выполнения заданий, поскольку в этом возрасте они еще плохо умеют планировать свои дела. Но часто этим помощь не исчерпывается. Многие дети могут выполнять домашние задания только в присутствии родителей или вместе с ними.

Когда взрослым приходится довольно много своего времени тратить на домашние задания детей, то рано или поздно возникает вопрос: «Когда же, наконец, мой ребенок будет делать уроки сам?» Вопрос этот важен не только с точки зрения заботы о времени взрослых, но и потому, что навык самостоятельной деятельности необходим как для успешного обучения в школе, так и в жизни вообще. Следовательно, развитие самостоятельности детей – это забота об их будущем.

Когда мы говорим, что школьник умеет самостоятельно выполнять домашние задания, то речь идет о целом комплексе навыков.

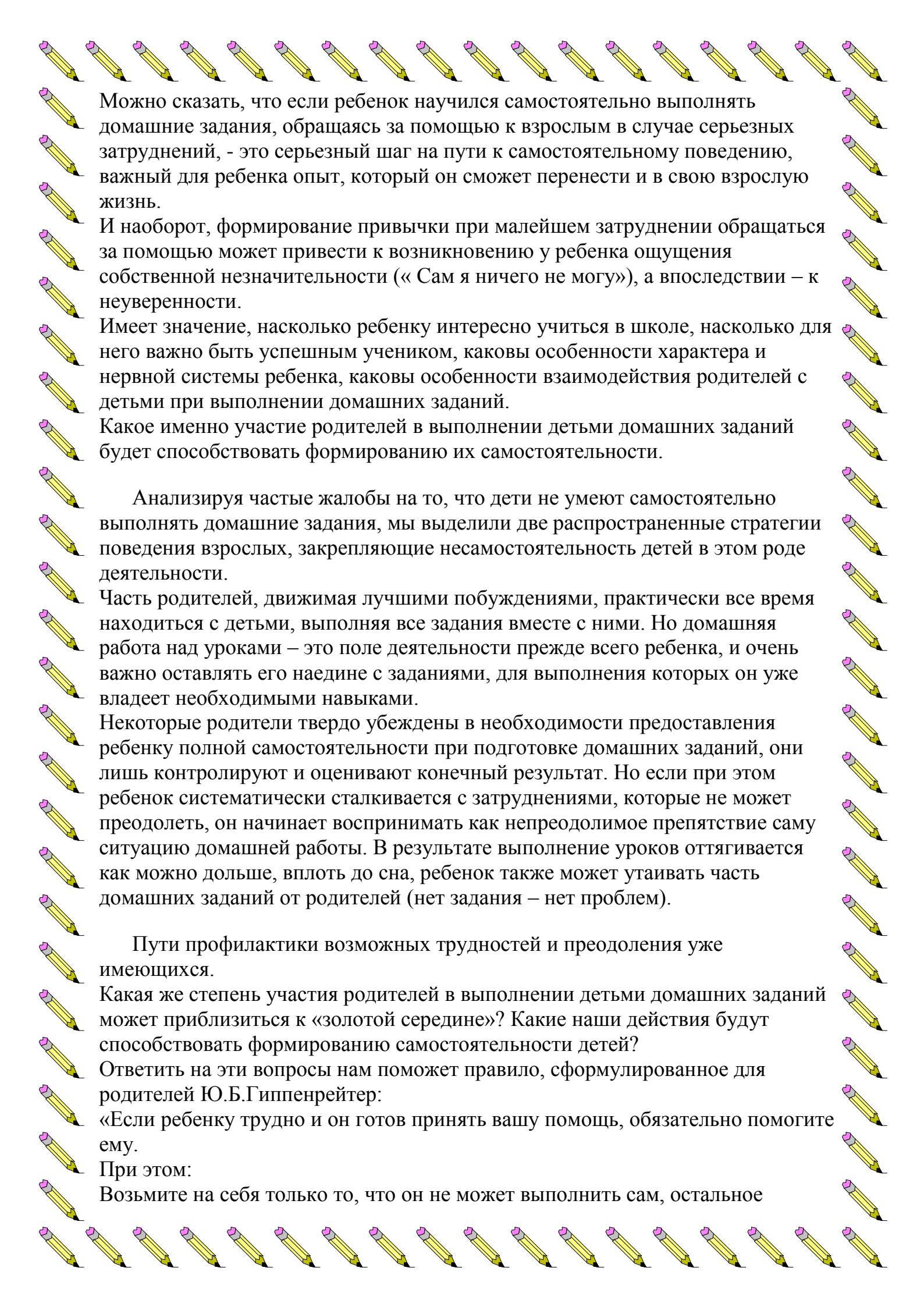
Это означает, что ребенок может:

- ориентироваться в объеме заданий, которые ему предстоит выполнить;
- спланировать очередность (порядок) действий: что он будет делать сначала, что потом и т.д.;
- распределить время (представить, сколько приблизительно времени займет то или иное задание);
- понять, какая задача стоит перед ним при выполнении конкретного задания;
- применить необходимые навыки и знания для выполнения той или иной задачи;
- представить себе алгоритм действий, которые помогут ему в случае затруднения при выполнении задания. Например, если не знаю, какую букву вставить вместо пропуска в слово, то я: а) думаю, какое правило подходит, может помочь; б) нахожу это правило, применяю к слову; в) если я уверен, что прав, то выполняю задание; если сомневаюсь или не понимаю, как применить правило к слову, то обращаюсь за помощью к родителям.

Согласитесь, что эти навыки довольно сложны для ученика начальной школы. Бесплезно требовать от ребенка то, чего он не умеет делать, и поэтому столь частые призывы взрослых к самостоятельному выполнению домашних заданий, как правило, не находят отклика у детей.

Самостоятельность редко появляется сама по себе. Как это ни парадоксально, самостоятельность детей – это результат ряда последовательных действий взрослых, прежде всего родителей.





Можно сказать, что если ребенок научился самостоятельно выполнять домашние задания, обращаясь за помощью к взрослым в случае серьезных затруднений, - это серьезный шаг на пути к самостоятельному поведению, важный для ребенка опыт, который он сможет перенести и в свою взрослую жизнь.

И наоборот, формирование привычки при малейшем затруднении обращаться за помощью может привести к возникновению у ребенка ощущения собственной незначительности (« Сам я ничего не могу»), а впоследствии – к неуверенности.

Имеет значение, насколько ребенку интересно учиться в школе, насколько для него важно быть успешным учеником, каковы особенности характера и нервной системы ребенка, каковы особенности взаимодействия родителей с детьми при выполнении домашних заданий.

Какое именно участие родителей в выполнении детьми домашних заданий будет способствовать формированию их самостоятельности.

Анализируя частые жалобы на то, что дети не умеют самостоятельно выполнять домашние задания, мы выделили две распространенные стратегии поведения взрослых, закрепляющие несамостоятельность детей в этом роде деятельности.

Часть родителей, движимая лучшими побуждениями, практически все время находится с детьми, выполняя все задания вместе с ними. Но домашняя работа над уроками – это поле деятельности прежде всего ребенка, и очень важно оставлять его наедине с заданиями, для выполнения которых он уже владеет необходимыми навыками.

Некоторые родители твердо убеждены в необходимости предоставления ребенку полной самостоятельности при подготовке домашних заданий, они лишь контролируют и оценивают конечный результат. Но если при этом ребенок систематически сталкивается с затруднениями, которые не может преодолеть, он начинает воспринимать как непреодолимое препятствие саму ситуацию домашней работы. В результате выполнение уроков оттягивается как можно дольше, вплоть до сна, ребенок также может утаивать часть домашних заданий от родителей (нет задания – нет проблем).

Пути профилактики возможных трудностей и преодоления уже имеющихся.

Какая же степень участия родителей в выполнении детьми домашних заданий может приблизиться к «золотой середине»? Какие наши действия будут способствовать формированию самостоятельности детей?

Ответить на эти вопросы нам поможет правило, сформулированное для родителей Ю.Б.Гиппенрейтер:

«Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное

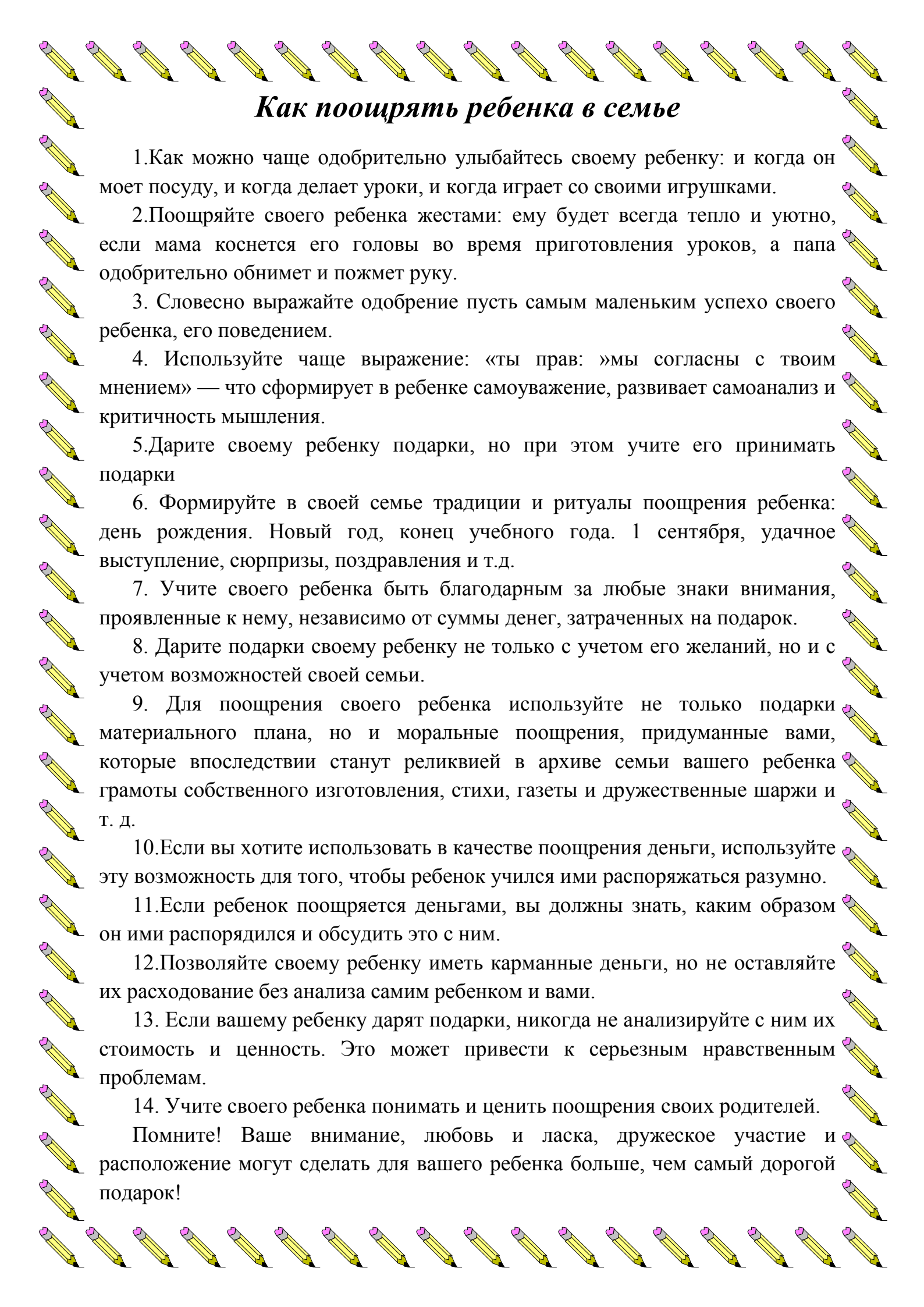


предоставьте делать ему самому;

По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему».

Применяя это правило, следует обратить внимание на компоненты, из которых складывается самостоятельность. Возможно, сначала понадобится значительная помощь родителей: ребенок должен сориентироваться в том, сколько у него заданий на следующий день, каков их объем, что для него легче, а что сложнее. Имеет смысл проговаривать с ним эти шаги. Затем в течение какого-то времени надо будет напоминать ему о том, сколько задано и что именно, а впоследствии у ребенка выработается привычка делать это самостоятельно.

Важно помнить: то, что сегодня ребенок делает с помощью родителей, завтра он сможет выполнить сам, если делать дело с ним, а не за него.



## Как поощрять ребенка в семье

1. Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда делает уроки, и когда играет со своими игрушками.

2. Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и пожмет руку.

3. Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением.

4. Используйте чаще выражение: «ты прав: »мы согласны с твоим мнением» — что сформирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления.

5. Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его принимать подарки

6. Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения. Новый год, конец учебного года. 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления и т.д.

7. Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок.

8. Дарите подарки своему ребенку не только с учетом его желаний, но и с учетом возможностей своей семьи.

9. Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и дружественные шаржи и т. д.

10. Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно.

11. Если ребенок поощряется деньгами, вы должны знать, каким образом он ими распорядился и обсудить это с ним.

12. Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенком и вами.

13. Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам.

14. Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок!

## Как помочь ребенку адаптироваться к школе



Чем станет для ребенка школа — волшебным миром знаний или местом одиннадцатилетнего заточения — во многом зависит от близких ему людей. Ведь если вы сами будете переживать, многократно пересказывать друзьям и знакомым ваши опасения, ребенок будет воспринимать школу как нечто опасное даже до знакомства с ней и до начала систематического обучения.

Если вы станете пугать ребенка, предупреждая его о строгости и дисциплине, царящей в школе, — он, скорее всего, будет робеть даже при упоминании о ней.

Если вы, подогревая интерес ребенка, постараетесь описывать предстоящее обучение только в ярких красках, обещая интересные уроки, добрую учительницу, замечательных товарищей — ребенок вправе будет ожидать того, что школа — это вечный праздник, и тогда ежедневные занятия, требующие терпения, собранности, могут стать для него неприятной неожиданностью. Как же тогда поступить?

1. Старайтесь поддерживать интерес ребенка к школе: поощряйте его потребность задавать вопросы (даже если вы устали от подобных «глупых» вопросов на эту тему). Ваши ответы и рассказы необходимы ему для ощущения уверенности и безопасности.
2. Рассказывайте ребенку о школе, в которой он будет учиться. Любая информация — сколько детей во всей школе, сколько будет в классе, сколько учителей, сколько классных комнат, когда построена и открыта школа, кто из ваших знакомых учился в ней, — все это будет интересно будущему ученику, поможет сделать предстоящее обучение интересным, сформировать у ребенка чувство сопричастности, гордости за свою школу.
3. Показывайте ребенку фотографии из вашей школьной жизни, свои старые школьные тетради и дневники, рассказывайте о своих школьных товарищах.
4. Попытайтесь не обсуждать при ребенке тему выбора школы и учителя, особенно личностные и профессиональные качества того или иного педагога.
5. Сходите вместе с ребенком в школу, расскажите и покажите, где находится его будущий класс, столовая, актовый зал, туалет. Неизвестность может пугать ребенка, поэтому такая экскурсия очень важна для него. Во время посещения школы он точно узнает, в какой обстановке окажется в самый важный день своей детской жизни — 1 сентября.
6. Во время экскурсии постарайтесь узнать мнение ребенка о том, что в школе похоже на детский сад, а что отличается. При необходимости помогите ему найти общее и различное. Такой разговор поможет ему адаптироваться к новым условиям гораздо быстрее.
7. Спросите ребенка, как он поступит в обычных на первый взгляд ситуациях, но которые в действительности могут принести много переживаний. Например, что он будет делать, если захочет на уроке в туалет (почти все дети отвечают: «Герпеть, ведь это уже не детский сад, а школа!»). Или как он поступит, если не сможет найти в раздевалке свою шапку. Или что он сделает, если сосед по парте предложит ему во время урока конфету.
8. Познакомьте ребенка с его будущей учительницей. Пусть он задаст (если захочет) ей интересующие его вопросы. Такая неформальная беседа поможет снизить возможное эмоциональное напряжение, связанное с неизвестным и пугающим предстоящим общением с УЧИТЕЛЕМ.
9. При возможности познакомьте ребенка с будущими одноклассниками.
10. Если появится возможность, пусть ребенок что-нибудь напишет или нарисует на классной доске, на специальном стенде, посидит за школьной партой или просто пообедаст в школьной столовой.
11. После возвращения с экскурсии попросите ребенка нарисовать школу, сравните этот рисунок с предыдущими рисунками на школьную тему, спросите, что изменилось в его представлении о школе.
12. Давайте ребенку правдивую информацию о школе. Не обещайте, что в школе все будет прекрасно и радостно. Готовьте ребенка к тому, что обучение — это труд, а не только праздник. Заверьте ребенка, что вы разделите с ним все предстоящие трудности и победы!

*Удачи вам и вашему ребенку!*

*Счастливого пути по дорогам знаний!*



## Советы родителям будущего первоклассника



1. Будьте ребенка утром спокойно, будьте терпеливы, постарайтесь не подгонять его: рассчитать время, необходимое на сборы в школу, — ваша задача.

2. Не отправляйте в школу без завтрака: если на первых уроках ребенок будет думать о булочке и соке, то не сможет сосредоточиться на материале урока. Если ваш малыш не любит «школьную» еду, обязательно положите ему в портфель то, что он предпочитает, — маленький питьевой йогурт, пирожок или яблоко.

3. Прощаясь перед дверями школы, подбодрите ребенка, пусть он услышит несколько ласковых слов, а не предупреждения вроде «Не балуйся», «Веди себя хорошо» или «Только попробуй принеси плохие отметки».

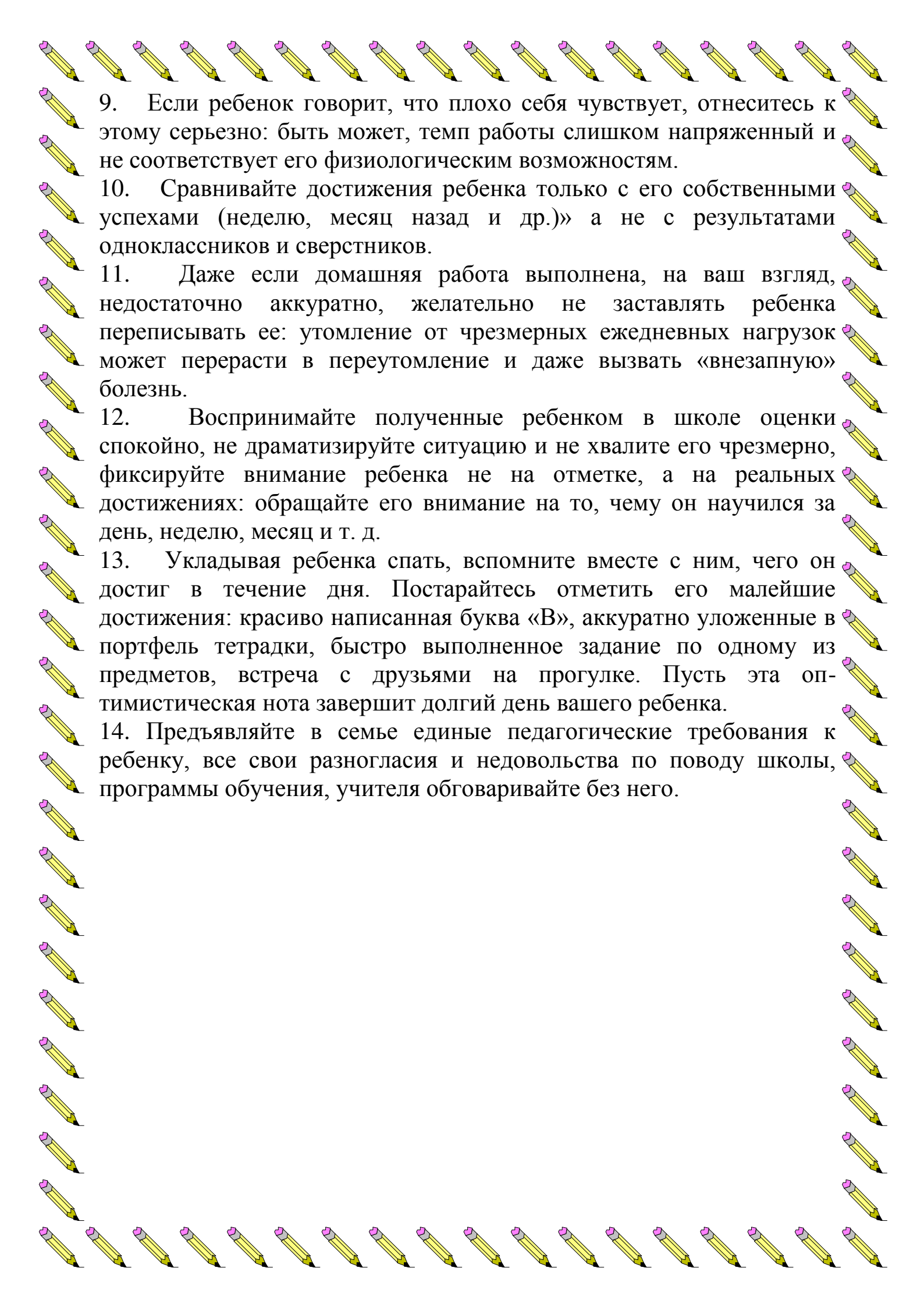
4. Если после уроков учитель сделал какие-то замечания по поводу поведения вашего ребенка или усвоения им материала, не торопитесь сразу выяснять отношения с педагогом (особенно при ребенке) или с самим первоклассником. Если ребенок возбужден, очень хочет поделиться с вами чем-то, выслушайте его. Если огорчен, молчит, не пытайте его вопросами, пусть успокоится и все расскажет сам немного позже. Делайте выводы, выслушав обе стороны.

5. Постарайтесь встречать ребенка после уроков доброжелательно. Даже, если вас волнуют его успехи в школе, не начинайте беседу с ним с вопроса: «Что ты сегодня получил?» Это не самое главное в жизни маленького ученика. В противном случае ваша тревога может только усилить беспокойство, свойственное ему в первые учебные дни.

6. Придя из школы, не усаживайте ребенка сразу за уроки: погуляйте вместе, пообедайте, очень полезен дневной сон.

7. Помогая ребенку при выполнении домашних заданий, наберитесь терпения, подбодрите его: «У тебя все получится», «Давай разберемся вместе». Помогайте только в том случае, если ребенок действительно не справляется сам.

8. Через каждые 15-20 минут работы предоставляйте ребенку возможность сменить вид деятельности, например предложите подвижную игру.



9. Если ребенок говорит, что плохо себя чувствует, отнеситесь к этому серьезно: быть может, темп работы слишком напряженный и не соответствует его физиологическим возможностям.

10. Сравнивайте достижения ребенка только с его собственными успехами (неделю, месяц назад и др.)» а не с результатами одноклассников и сверстников.

11. Даже если домашняя работа выполнена, на ваш взгляд, недостаточно аккуратно, желательно не заставлять ребенка переписывать ее: утомление от чрезмерных ежедневных нагрузок может перерасти в переутомление и даже вызвать «внезапную» болезнь.

12. Воспринимайте полученные ребенком в школе оценки спокойно, не драматизируйте ситуацию и не хвалите его чрезмерно, фиксируйте внимание ребенка не на отметке, а на реальных достижениях: обращайтесь к нему на то, чему он научился за день, неделю, месяц и т. д.

13. Укладывая ребенка спать, вспомните вместе с ним, чего он достиг в течение дня. Постарайтесь отметить его малейшие достижения: красиво написанная буква «В», аккуратно уложенные в портфель тетрадки, быстро выполненное задание по одному из предметов, встреча с друзьями на прогулке. Пусть эта оптимистическая нота завершит долгий день вашего ребенка.

14. Предъявляйте в семье единые педагогические требования к ребенку, все свои разногласия и недовольства по поводу школы, программы обучения, учителя обговаривайте без него.