



Полезные рекомендации родителям первоклашек

Первый год обучения в школе является сложным этапом не только в жизни ребёнка, но и своеобразным испытанием для родителей.

Для того, чтобы помочь детям наиболее благополучно пережить этот этап своей жизни, родителям необходимо всё время учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, возникающего с началом обучения в школе.

Школа с первых дней ставит перед ребёнком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных, психологических и физических сил.

- ребёнку сложно находиться в одной и той же позе в течение урока;
- трудно быть сосредоточенным и следить за мыслью учителя, не отвлекаясь;



-
- сложно самостоятельно контролировать себя, делая всё время то, что от него

требуют , а не то, что хочется;

- сложно сдерживать свои мысли и эмоции, которые появляются в избытке;
- кроме того, ребёнок не сразу усваивает новые правила поведения со взрослыми, не сразу признаёт позицию учителя и устанавливает дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе. Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, чтобы ребёнок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям.

Чтобы родителям было легче помочь своему ребёнку в этот период его жизни, необходимо иметь общее представление о том, что же такое адаптация к школе.

Физиологическая готовность к школе

- это такой уровень развития всех систем организма, при котором ежедневные учебные нагрузки не вредят ребёнку, не вызывают у него чрезмерного напряжения и переутомления. Можно назвать это «запасом прочности» организма, адаптивным ресурсом, который позволяет ребёнку даже при значительном увеличении нагрузок чувствовать себя хорошо.

Первокласснику нужно, по возможности , снизить нагрузку. Для этого вторую половину дня ему лучше провести дома, где желательно обеспечить ребёнку 2-х часовой дневной сон. Старайтесь избегать продлёнки при каждой возможности

Делать домашние задания в середине дня (с 16 до 18), совершать прогулки перед выполнением уроков и перед сном, спать не менее 11 часов в сутки.



Интеллектуальная готовность к школе

Включает в себя навыки учебной деятельности, формирующиеся задолго до школы, и заключается в развитии мыслительных процессов (сравнение, обобщение, выделение главного, определение причинно- следственной связи и т.д), кругозора, речевом развитии и познавательной активности. А не только в умение читать и считать ,как думают многие родители.

- Длительные , многоразовые наблюдения, позволяют ребёнку увидеть одно и то же явление как бы с разных сторон и путём сопоставлений самостоятельно прийти к объяснению наблюдаемого явления.
- Для того чтобы прийти к правильному выводу и заполнить пробел, необходима помощь взрослого, его наводящие вопросы, помогающие направить мысль ребёнка к искомому результату.
- Хвалить за старания и за преодоление трудностей. Объективная оценка результатов деятельности ребёнка способствует выработке правильного отношения к занятию как к серьёзному делу. Если ребёнок слышит часто только похвалу, то может привыкнуть к тому, что всё даётся легко и без усилий. В результате у ребёнка не будет сформировано серьёзное отношение к занятиям.

- **Социально-психологическая готовность к школе**

- это такой уровень развития психических функций, который позволяет быстро

приспосабливаться к общению с окружающими людьми и предметами

(адаптация к новому режиму, адаптация к классному коллективу, адаптация к взаимоотношениям со школьным учителем, адаптация к изменениям дома)

- Адекватная самооценка во многом влияет на успешность адаптации детей. Постоянно сравнивая себя с другими людьми, ребёнок вырабатывает мнение о себе , о своих возможностях и способностях, чертах своего характера и человеческих качествах. Помните, что характер взаимоотношений ребёнка со взрослыми членами семьи он бессознательно переносит из дома в школу

* Умение налаживать контакт с другими людьми, быть общительным и интересным для окружающих- позволяет установить межличностные отношения со сверстниками и педагогами

*Формировать адекватные представления о школьной жизни у ребёнка необходимо до поступления в школу.

Важную роль здесь играют положительное отношение родителей к обучению и их уважение к учительскому труду, которые необходимо наглядно демонстрировать и сообщать ребёнку.

*Умение слушать, реагировать на действия учителя, планировать свою работу, анализировать полученный результат- всё это необходимо для успешного обучения в школе и самостоятельной работы дома.

Для этого нужно постепенно переставать хвалить ребёнка за каждый шаг в работе, оценивайте лишь готовый результат- похвалой или порицанием.

КОРОТКО О ВАЖНОМ:

- Чаще демонстрируйте ребёнку, что вы его любите только за то , что он есть, а не за какие-то его заслуги.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребёнка.
- Никогда не сравнивайте ребёнка с другими.
- Помните, что ребёнок воспринимает себя глазами родителей.

