



*Для того чтобы воспитание детей было успешным,
надо, чтобы воспитывающие люди не переставали
воспитывать себя.* *Л.Н.Толстой*

Предисловие.

Уважаемые родители будущих первоклассников! Предлагаем вашему вниманию сборник рекомендаций для любящих родителей. Любящие родители готовы вкладывать время, силы, деньги в то, что принесет их ребенку пользу.

И все же, как показывает наш опыт психологической работы с семьями, даже любящие родители не всегда знают, что полезно и что вредно в тот или иной период жизни малыша. И особенно это касается возраста 6 – 7 лет, когда ребенок должен пойти в школу.

Анализируя опыт практической работы, интересы и тревоги родителей будущих первоклассников, мы пришли к выводу, что многие вопросы, с которыми родители обращаются к психологу, встречаются неоднократно. А это означает, что проблема актуальна для большого числа людей. И тогда было решено, что обобщение такого опыта в сборник для любящих родителей будет важным и полезным делом: здесь вы сможете найти ответы на многие вопросы, которые беспокоят родителей.

Итак, уважаемые папы и мамы будущих первоклашек, надеемся, что вы разделите взгляды, изложенные в памятках и рекомендациях этого сборника. Возможно, у вас появятся вопросы – тогда задайте их нам. Мы всегда рады сотрудничеству с вашей семьей.

Успехов вам в нелегком, но радостном родительском деле!

Рекомендации для вас подобрала и составила педагог – психолог МАДОУ №18 «Журавушка» Епиченко Галина Юрьевна.

В каком возрасте отправлять ребенка в школу?



На какие критерии опираться при принятии решения о возрасте, в котором начнется школьная жизнь вашего ребенка? На что обратить внимание в первую очередь?

1. Умение регулировать свое поведение и эмоции.

Поведение первоклассника должно быть произвольным, т.е. ребенок должен уметь управлять собой: усидеть на уроке 30 – 40 минут и при этом внимательно

слушать учителя, понимать его объяснения и выполнять задания. Важно, чтобы ребенок мог справляться со своими переживаниями в ситуациях неудачи, ссоры, проигрыша или конфликта, а также адекватно выражать свои чувства и эмоции

2. Умение общаться со сверстниками и взрослыми.

Важно, чтобы ваш первоклашка умел налаживать отношения с разными ребятами, разрешать спорные вопросы, договариваться и выполнять совместные задания. Умение ребенка занять достойное место в коллективе сверстников помогает ему найти друзей и комфортнее чувствовать себя среди одноклассников. Необходимо обратить внимание и на то, что роль и позиция учителя по отношению к ребенку значительно отличается от тех ролей и позиции, которые занимали окружающие взрослые до его поступления в школу. Необходимо, чтобы первоклассник понимал эту разницу.

3. Уверенность в себе и адекватная самооценка.

В школе многие задания связаны с необходимостью проявить способности и знания ученика перед всем классом. Поэтому, когда нужно рассказать у доски стихотворение или решить задачу, важно, чтобы ребенок мог

уверенно и внятно излагать свои мысли и идеи, говорить так, чтобы его слышали другие, не пасовать перед классом.

Необходимо ребенку иметь представление о том, что он знает и умеет делать хорошо, что у него получается, а также о том, что ему пока трудно дается и над чем еще нужно поработать. Адекватность самооценки ребенка зависит от осознания собственных сил и возможностей, а также от понимания своих слабых сторон и недостатков и способности их учитывать.

4. Интеллектуальная готовность.

Чаще всего именно данному критерию уделяют самое большое внимание родители и воспитатели ребенка. Конечно, неплохо, если ребенок знает буквы, умеет считать до десяти, имеет знания и представления о себе и окружающем мире, может объяснить логику происходящего. Но, интеллектуальная готовность с психологической точки зрения – это не столько умение ребенка читать, писать и считать (чему, по сути, и учит начальная школа), сколько умение размышлять, запоминать и быть внимательным на уроке.

5. Желание ребенка идти в школу.

Это условие является одним из самых важных и значимых. Поступление в первый класс – это тот шаг, который кардинально изменяет жизнь ребенка. У него появляются новые обязанности, к нему предъявляются новые серьезные требования, и необходимо, чтобы будущий первоклассник был готов к этим изменениям. Поэтому психологи обращают внимание, чтобы к моменту поступления ребенка в первый класс, у него была сформирована «внутренняя позиция школьника». Это можно рассматривать как принятие на себя роли ученика. Школьная жизнь требует усилий, это повседневный и непростой труд. Не всегда все получается, не всегда хочется выполнять домашнее задание, может появиться усталость от школы, одноклассников и учителей. Но если ребенок понимает важность обучения в школе, если ему интересно учиться, он обязательно справится с трудностями и неудачами, и будет принимать помощь взрослых.

Конечно, принятие решения о том, идти в школу в этом году или подождать еще год, - это ответственный родительский шаг, который в дальнейшем во многом определяет успешность ребенка в школе. В решении этого вопроса необходим комплексный подход. Важно учитывать как мнения людей, которые чаще всего взаимодействуют с ребенком (родителей, родных, руководителей кружков и секций). Так и взгляды специалистов (психологов, воспитателей, педагогов, неврологов). Только взвесив все «за» и «против» можно принять правильное решение.

Как выбирать школу?

При выборе школы многие родители испытывают затруднения. И даже совершив его волнуются, будет ли школа так хороша, как хотелось бы.

Тревога родителей связана с желанием дать своему ребенку лучшее, и она понятна.

1. Убедитесь в том, что именно сейчас самое подходящее время выбирать школу для своего ребенка: и возраст соответствует и здоровье в норме.
2. Поделитесь своими планами с ребенком. Поинтересуйтесь его мнением и уважительно отнеситесь к его мнению. Выслушайте его аргументы, доброжелательно обсудите возможные варианты выбора школы и прогнозируемые плюсы и минусы этого выбора.
3. В беседе с ребенком избегайте критических высказываний в адрес школьных учителей и системы образования в целом.
4. Если проблема выбора решена сама собой (во дворе дома вполне приличная школа с хорошей репутацией), все же неплохо поинтересоваться, по какой образовательной программе учат детей, соответствует ли она склонностям вашего ребенка, уровню его подготовленности.
5. Если вам приглянулась престижная школа, помните, что во многих экспериментальных школах, гимназиях, учебная нагрузка может не учитывать физиологических особенностей детей, познавательной деятельности. Поинтересуйтесь мнением родителей, дети которых уже обучаются в данной школе: насколько реализуется, на их взгляд, концепция данного учебного заведения.
6. Подготовьте ребенка эмоционально к прохождению собеседования и иным процедурам принятия в школу.
7. Знайте, что Министерство просвещения РФ занимает четкую позицию в вопросе диагностических процедур при приеме в школу, подчеркивая, что «исходной целью любого тестирования при приеме в школу может быть только корректировка процесса обучения, с учетом индивидуального развития поступающего в школу».



8. И если вашему ребенку предстоят тестовые испытания, покажите ему собственное спокойствие, чтобы ребенку было легче выдержать эмоциональное напряжение.

Чтобы ребенок хорошо учился в школе.

Замечательно, когда родители заранее готовятся к поступлению ребенка в школу. В это время важно обратить внимание на следующие моменты.

1. Занятия по развитию элементарных навыков письма, счета лучше начинать до школы. В первом классе это облегчит ребенку усвоение программы, он будет чувствовать себя более успешным, что создаст благоприятный эмоциональный настрой и поможет адаптироваться к новым условиям. При этом важно, чтобы ребенок не был перегружен, - занятия с дошкольниками проводятся в игровой форме.
2. Также обратите внимание на то, как ваш ребенок общается с другими детьми, достаточно ли у него контактов, умеет ли он решать конфликтные ситуации со сверстниками, знакомиться и заводить друзей. Дети, не имеющие достаточного опыта общения до школы, при поступлении в первый класс могут испытывать трудности при налаживании отношений с одноклассниками, что непременно скажется и на учебе.
3. К моменту поступления в школу у ребенка должно быть сформировано точное представление о том, что ему предстоит. Вместе поиграйте в школу, посмотрите детские фильмы про школьников, почитайте и обсудите рассказы о школьной жизни. Чтобы создать позитивный настрой перед учебой, вместе с ребенком выберите красивые учебные принадлежности.
4. Помните, будущему первокласснику важно умение регулировать свое поведение – умение повторять инструкцию, работать в группе, чередовать отдых с делом. Если ребенок недостаточно самостоятелен, привык к безграничному вниманию только к себе, его могут ожидать



серьезные испытания. Поэтому, обратите внимание на умение управлять своим поведением еще до школы.

5. Посоветуйтесь с педагогом и психологом относительно того, какую школу лучше выбрать, к чему у ребенка есть способности и склонности.

В первое время в школе для ребенка особенно важны ваша поддержка и заинтересованность. Больше хвалите его за старание и успехи, избегайте наказаний за неудачи. Лучше подбодрите ребенка, объясните ему сложное задание, помогите найти решение проблемы. Самое главное, чтобы он с удовольствием ходил в школу и ему нравилась учеба.

Каким должен быть портфель первоклассника?



Портфель первоклассника должна соответствовать не только эстетическим и прагматическим требованиям, но и определенным гигиеническим параметрам.

1. Использование ранцев для переноски книг, тетрадей, более целесообразно, чем различного рода сумок, портфелей и т.п. Ношение книг и прочих учебных принадлежностей в ранце на спине способствует равномерному распределению нагрузки, формирует правильную осанку, освобождает руки.
2. Для будущих первоклассников лучше приобретать ранцы весом не тяжелее 500г.
3. Материал, из которого сделан верх ранца, должен быть легким, прочным, с водоотталкивающей пропиткой или покрытием, морозоустойчивым, удобным для чистки, ярким по цвету. Соответствие приобретаемого ранца этим требованиям обеспечивает его «жизнеспособность» и длительность использования.
4. Требования к цвету связаны не только с эстетикой, но и с рекомендациями сотрудников ГИБДД. Яркий ранец сигнализирует окружающим, что к его владельцу нужно быть внимательным, особенно если он переходит дорогу. По этой же причине стражи

порядка на дорогах рекомендуют родителям одевать детей в яркую одежду и наклеивать на нее светоотражающие элементы.

5. Размеры ранца для учащихся первых классов должны составлять примерно 300 – 360 мм в длину, иметь высоту передней стенки 220 – 260 мм, ширину 60 – 100 мм.
6. Длина плечевых ремней должна быть приблизительно 60 – 70 см. они должны быть прочно закреплены посередине верхнего края задней стенки или в местах крепления ручки. В нижней части ремней необходимо приспособление, позволяющее изменять их длину в соответствии с ростом ребенка и характером одежды. Хорошо, если один из ремней будет иметь разъем, облегчающий одевание и снятие ранца. Пряжки или другие приспособления для изменения длины ремней следует крепить на дне ранца во избежание порчи одежды и травм.
7. Общий вес содержимого портфеля не должен превышать 2 кг.

Как организовать режим дня первоклассника.

Утром будите своего ребенка спокойно. Пусть он увидит вашу улыбку и услышит ласковый голос. Подгонять с утра, дергать по пустякам, укорять за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали» - плохое начало дня.

Собирайтесь спокойно, без торопливости. Умение рассчитать время – ваша задача, и если это не удастся, это не вина ребенка.

Обязательно покормите ребенка завтраком.

Прощаясь, откажитесь от предупреждений типа «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было плохих отметок!» и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите ласковые слова – у него впереди трудный день.

После школы не следует торопиться садиться за уроки. Необходимо два часа отдыха (еще лучше 1,5 часа поспать) для восстановления сил. Низкая работоспособность с 14 до 16 часов.

Постарайтесь не делать уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут перерыва, хорошо, если он будет подвижным.



Во время приготовления уроков дайте возможность ребенку сделать уроки самому, но если уж нужна ваша помощь – наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка «У тебя все получится! Давай разберемся вместе! Я помогу тебе!», похвала (даже если не очень получается) – необходимы.

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребенку, не отвлекаясь на другие дела. Пусть самым важным в этот момент будут его заботы, радости и неудачи.

Старайтесь помнить, что в течение года есть критические периоды, когда учиться сложнее – быстрее наступает утомление, снижается работоспособность. Это первые 4 – 6 недель у первоклассников, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие.

Следует учитывать, что даже «совсем большие дети» (как нередко мы говорим 7-8 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковые поглаживания. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно заснуть. Старайтесь перед сном забыть о неприятностях, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную.

Факторы успешной адаптации к школе.



Период адаптации ребенка к школе может длиться от двух – трех недель до полугода. Это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, характера его взаимоотношений с окружающими, типа учебного заведения, степени подготовленности ребенка к школьной жизни.

Немаловажным фактором является и поддержка родственников: чем больше взрослых оказывают посильную помощь в процессе обучения, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Первый фактор – удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страха.

Второй – насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, то необходимо поддержать его в трудный момент, излишне не критиковать его за медлительность, а также не сравнивать его с другими детьми.

Важно на первых порах вселить в первоклассника уверенность в успехе, не дать ему впасть в уныние и свыкнуться с мыслью «У меня ничего не получается», иначе бороться с апатией придется очень долго.

Третий признак успешной адаптации – степень самостоятельности ребенка при выполнении учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь после предпринятых им попыток выполнить задание самостоятельно. Нередко родители слишком усердно помогают ребенку, что вызывает порой противоположный эффект: малыш привыкает к совместному выполнению уроков и не хочет делать их в одиночку. Здесь необходимо сразу обозначить границы помощи и постепенно уменьшать их.

И самым важным признаком того, что ребенок освоился в школьной среде, является его удовлетворенность отношениями с одноклассниками и учителем.

Бывает, что родители ругают ребенка за то, что он поздно возвращается из школы, что ему часто звонят друзья «не по делу», что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако, уважаемые родители, хорошо бы помнить, что в этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать их помощь. И ему необходимо помочь в этом непростом деле! От того, какую нишу займет ребенок при распределении социальных ролей, зависит, насколько удачно пойдет его обучение в школе. Давайте вспомним, как трудно избавиться от имиджа «жадины» или «всезнайки», как много проблем появляется в подростковом возрасте именно потому, что когда-то малышу не удалось проявить себя должным образом.

Справляемся с родительской тревогой.

Уважаемые родители будущих первоклассников! Нередко вы беспокоитесь,



сможет ли ваш ребенок достаточно быстро и безболезненно адаптироваться к переменам в его новой – школьной жизни. Поэтому поговорим как мы, родители, можем помочь в этом непростом процессе.

Чаще всего успешной адаптации ребенка мешает именно тревога родителей. Если у вас есть переживания по поводу школы, необходимо справиться со своими чувствами.

Вы опасаетесь, что ваш ребенок чаще станет болеть? Бойтесь, что его будут обижать? Не готовы к тому, что у него появятся близкие люди вне дома? Тревожитесь, что его станут слишком сурово наказывать? Нервничаете по поводу того, что у других детей он научится чему-то плохому? Не стесняйтесь этих чувств и фантазий. Всем любящим родителям пришлось пройти через это. Вам тоже нужно время, чтобы привыкнуть к мысли, что ваш малыш уже подросток и вступает в новую фазу самостоятельной жизни. Понадобится время, чтобы обсудить свои чувства с близкими, улыбнуться над своими страхами, поговорить с будущими учителями.

После тщательной подготовки ребенок приходит в школу. И вот момент, которого вы так боялись. Он куксится и начинает хныкать: «Я не хочу здесь оставаться! Забери меня домой!». Если вы не готовы к такому повороту событий и растеряны – ребенок удвоит шумовую атаку и сдобрит ее драматическими эффектами. Может повалиться на пол и устроить истерику. Может прижаться к вам так, что трое взрослых не оттащат, или забиться в угол и начать дрожать. Словом, он задержит вас на пороге школы и превратит расставание в душераздирающую сцену.

Для разрешения подобных трудностей имеет смысл придерживаться простых правил:

1. Готовьте ребенка к событию заранее.
2. Поднимите малыша пораньше, чтобы у него было время умыться, одеться, полностью проснуться и немножко с вами подурачиться. Зарядившись с утра положительными эмоциями, он куда легче перенесет грядущую разлуку.
3. На прощание дайте ребенку сюрприз: смешной рисунок или забавную печатку на ладошку. Подбодрите его и будьте спокойны и позитивны сами.
4. Пожелайте ему доброго дня, скажите, что любите его. Спокойно обнимите и уходите, помахав рукой.

После того, как ваш первоклашка придет домой, или вы встретите его после уроков, спросите, что хорошего у него произошло. Постарайтесь не торопить его с ответом и внимательно выслушайте его рассказ.

Для успешной адаптации ребенку нужно научиться проявлять гибкость, оптимизм, чувство ответственности. Ему необходимо выработать умение переключаться с одного вида деятельности на другой.

Поддержка всей семьи, мягкий юмор, терпение и доброжелательность, спокойствие и готовность дать маленькому человеку больше самостоятельности в выполнении домашних заданий и подготовке к следующему учебному дню непременно сделают его более защищенным и уверенным в своих силах.

Как преодолеть страх малыша перед школой.

Страх перед школой – достаточно частое явление у ребят, которые еще только готовятся стать учениками. Как правило, это связано с тем, что школа для большинства детей представляется чем-то особенным, непонятным и сложным. Как же помочь будущему первокласснику?

Необходимо заранее готовить ребенка к новому этапу его развития. Необходимо рассказывать о том, что делают дети в школе, чем занимаются. Чем больше информации о «страшном», тем менее страшным оно становится.



Также для ребенка важен практический опыт в выполнении заданий, похожих на школьные. Играйте с ребенком «в школу», меняясь ролями и проигрывая ситуации уроков, ответов у доски, перемен. При этом учитывайте возраст малыша, помните о его ресурсах и такие занятия проводите в виде игры.

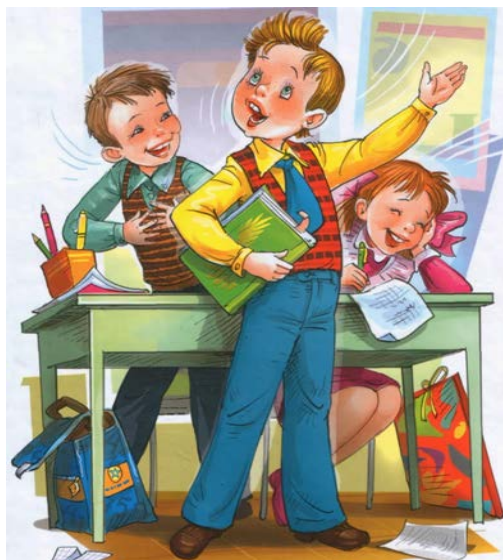
И наконец, важнейшим условием является готовность родителей обсуждать с ребенком его страхи. Такие беседы позволят понять, что кроется в основе страха или тревоги: просто фантазии или способ привлечь внимание к себе и получить дополнительную поддержку родителей.

В случае, если ребенок уже пошел в первый класс, страхи перед школой могут быть вызваны другими причинами. Это могут быть: строгая учительница, слишком активные одноклассники, сложности с усвоением школьной программы.

Если учитель слишком строг, можно поговорить с ним, обсудить особенности вашего ребенка. Если педагог не готов идти на контакт, возможно, есть смысл подумать о переходе в другой класс или школу. Несложившиеся отношения с учителем в начальной школе могут послужить причиной значительных сложностей в будущем: заниженной самооценке, слабой мотивации к обучению.

Если страхи перед школой обусловлены сложностями в отношениях с одноклассниками, ребенку надо учиться дружить, отстаивать свое мнение. Поговорите с ребенком об этом, вместе поищите выходы из сложившейся ситуации. Только вряд ли стоит самим родителям налаживать контакты ребенка с одноклассниками, регулировать конфликты, «организовывать» дружбу. Такое поведение родителей не послужит повышению авторитета сына или дочери среди одноклассников, а для самого ребенка станет препятствием на пути его собственного развития – приобретения навыков успешного общения, самостоятельности и уверенности. А может быть, страх перед школой связан со слишком большой нагрузкой, с которой он не справляется, и поэтому чувствует себя неуспешным и боится такой ситуации. Тогда стоит помочь ему, развивая его внимание, мышление, память, или принять решение о снижении нагрузок.

Причины боязни малыша отвечать перед классом.



Такая особенность поведения ребенка может объясняться разными причинами. Одна из них – это неуверенность. Ребенок может достаточно хорошо знать весь необходимый материал, но когда требуется изложить его перед большой аудиторией, начинает испытывать сильное напряжение, смущение и не может ничего произнести. Иными словами, ребенок стесняется. Конечно, в первую очередь здесь важна реакция

учителя. Очень важно, чтобы педагог смог поддержать ребенка, предоставить ему возможность собраться с мыслями. Он может задавать ученику какие – либо наводящие вопросы, подчеркивать достоинства ребенка и поощрять его ответы перед всем классом. Но не всегда у родителей есть возможность договориться с учителем о таком «специальном» внимании к их ребенку.

Вы и сами можете помочь своему ребенку поверить в себя, научиться спокойно воспринимать ситуацию выступления перед классом, а также иные значимые ситуации. Важно, чтобы ребенок «проговорил» свои страхи и опасения: из-за чего именно он переживает – боится ли плохой отметки, опасается ли критики учителя, насмешек одноклассников или чего-то еще.

Можно поговорить о том, где возникает этот страх или тревога, как она мешает отвечать на уроке, как можно с ней справляться. Попросите ребенка изобразить его с помощью любых подручных материалов, а затем вместе придумайте, как можно от него избавиться (сломать, разрезать на части, выкинуть, сжечь). Можно вместе с ребенком «потренироваться» смоделировав дома различные ситуации выступления перед публикой, а потом поговорить о том, что было сложно и почему.

Необходимо повышать самооценку ребенка в целом. Чем больше он будет знать о своих сильных сторонах, тем лучше станет относиться к себе и, тем увереннее будет чувствовать себя среди других людей. Это не произойдет сразу, но постепенно вы добьетесь успеха.

Другой причиной боязни отвечать перед классом может стать низкий уровень мотивации к обучению – иными словами, желания и наличия интереса у ребенка заниматься этим видом деятельности, конкретным предметом или учебой вообще.

Интерес к учебе может пропадать по разным причинам. Возможно, ребенку трудно справляться со школьной нагрузкой, он часто выслушивает неодобрительные отзывы учителя, и ему уже не хочется стараться, чтобы что-то изменить. Другими словами, ребенок «сдался» и потерял интерес к достижению результата, так как решил, что все его старания бессмысленны. В этом случае важно помогать ребенку справляться с учебной нагрузкой, делать уроки – не за него, а вместе с ним.

Обратите внимание на то, что у него получается, хвалите и поощряйте его успехи, подчеркивайте достижения и делайте акцент на том, что ему помогло добиться высокого результата.

Обращайте внимание на то, что же все-таки привлекает ребенка: может ему нравится рисовать или изготавливать что-то своими руками. Поддерживайте любую активность ребенка и предоставляйте ему возможность реализовать себя.

Можно также предположить, что у ребенка не хватает ресурсов памяти. Тогда обратите внимание на ее развитие. Вы можете в домашних условиях провести небольшую диагностику. Сделайте это в игровой форме, когда ребенок не утомлен, лучше в выходной день. Игра следующая: вы в среднем темпе (примерно одно слово в секунду) перечисляете 10 любых слов.

Например: собака, машина, пылесос, картина, чайник, ягода, телефон, велосипед, книга, улица. Задача ребенка – запомнить эти слова и назвать их вам. Можете сделать это несколько раз. Отмечайте для себя, сколько слов воспроизвел ребенок (в норме ребенок должен вспомнить от 5 до 9 слов после первой попытки).

Обратите также внимание на то, что ребенку удастся с большей легкостью: воспроизводить информацию со слуха или запоминать зрительный материал. Можно повторить тот же самый опыт, но уже с использованием картинок или слов, записанных на бумаге.

Также дома можно использовать ряд игровых приемов для развития памяти. Предложите ребенку следующие игры:

1. Прочтите ребенку какой-либо рассказ и затем попросите его ответить на ряд вопросов по тексту. Например, где происходило действие, сколько было героев, как их звали и проч.
2. Называйте какие-либо слова или словосочетания и пусть ребенок нарисует к ним картинки. По истечению 40 минут попросите его, глядя на картинки, вспомнить и назвать слова.
3. Разложите на столе различные предметы. Попросите ребенка запомнить их. Потом пусть ребенок отвернется, а вы тем временем уберете несколько предметов. Ребенок должен перечислить, чего не хватает.
4. Покажите ребенку картинку с большим количеством деталей. Пусть ребенок рассмотрит ее в течение нескольких минут. Затем картинку уберите и задайте несколько вопросов: какой предмет на ней самый большой, какой самый маленький, какой на картинке есть фрукт или животное, что делает человек?
5. Когда вы где-то гуляете, обращайтесь внимание ребенка на различные мелкие детали: количество этажей в доме, ступенек до вашей квартиры, машин у подъезда и т.д. Вечером попросите ребенка вспомнить эти детали, можно по очереди задавать друг другу вопросы.

Также ребенку можно подсказать способы лучшего усвоения материала. Например, можно делать зарисовки, которые помогут вспомнить какой-либо текст, придумывать образы, сочинять рифмы на слова.

Отношения с учителем.

Особо остановимся на отношениях с учителем.



Первый учитель – важный человек не только в жизни ребенка, но и всей семьи. Будет замечательно, если родители сразу установят контакт с педагогом и согласуют требования, чтобы ребенок не пострадал от разногласий. Прислушайтесь к советам, предложите помощь в организации праздников и общих дел – любое участие взрослых в школьной жизни пойдет на пользу ребенку, и тогда сын или дочь будут иметь повод гордиться родителями. Если родителей не устраивает или им непонятна методика обучения, то нужно попросить учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Любой учитель сделает это охотно, т.к. он заинтересован видеть в родителях помощников, а не критиков.

Ваше положительное отношение к школе и учителю упростит ребенку период адаптации. Спросите у любого знакомого первоклассника, какая у него учительница. В ответ вы, скорее всего, услышите, что она самая лучшая, самая красивая, самая добрая, самая... для первоклассника учительница – один из самых главных взрослых в жизни. Мудрым поступком будет поддержать эту «влюбленность» и не ревновать. Сотрудничайте с учителями вашего ребенка, предлагайте помощь, проявляйте активность.

Часто родители не согласны с методами обучения, или им не нравится учитель. Папа и мама обсуждают это за вечерним чаем, часто забывая, что здесь же «наматывает на ус» информацию маленький первоклашка. Мы смотрим на учителя глазами взрослых людей, а малыш его боготворит. Для него он окружен ореолом и воспринимается совершенно в другом измерении. Вспомните своего первого учителя, вспомните, как вы радовались его улыбке, как ждали его одобрения или просто знака внимания.

А теперь встанем на место этого малыша: он любит своих папу и маму, верит им, но и учитель для него почти родной человек, его авторитет очень высок. Первоклашка растерян: он не знает, кому верить...

Уважаемые мамы и папы, помните – «взрослые» разговоры предназначены для взрослых и проблемы решать тоже на уровне взрослых! Давайте дадим первокласснику возможность жить в школе волшебной жизнью новичка и радоваться новым событиям!

Как помочь ребенку выполнить домашнее задание.



На первых порах выполнения домашних заданий посидите вместе со своим ребенком. Это для него очень важно! От того, насколько спокойными и

уверенными будут его первые школьные шаги, зависят его будущие школьные успехи.

Пока у вашего ребенка не сформирована привычка делать уроки. Формируйте эту привычку спокойно. Превратите ритуал начала выполнения уроков в увлекательную игру, напоминайте об уроках спокойно. Будьте терпеливы!

Оформите рабочее место ребенка, поставьте красивый и удобный стул, закрепите настольную лампу, повесьте расписание уроков, интересные стихи и пожелания школьнику перед началом выполнения уроков.

Учите ребенка выполнять уроки в этом рабочем уголке.

Объясните ребенку главное правило учебной работы – учебные принадлежности всегда должны находиться на своем месте. Постарайтесь привести в пример свое рабочее место.

Неуклонно формируйте у ребенка привычку приводить в порядок свое рабочее место после выполнения уроков. Если ему это трудно делать или он устал, помогите ему. Пройдет немного времени, и он сам будет убирать свое рабочее место.

Если ребенок делает уроки в вашем присутствии, пусть сформулирует вам, что он должен сделать. Это успокаивает ребенка, снимает тревожность. Некоторые дети считают, что они не так поняли задание и испытывают страх, еще не начав это задание выполнять.

Если ребенок делает что-то неправильно, воздержитесь от желания поругать его. То, что вам кажется простым и понятным, для него пока кажется трудным и таинственным.

Воздержитесь от многократного переписывания домашних заданий. Это может подорвать ваш авторитет и его интерес к школе и учению.

Старайтесь как можно раньше приучить ребенка делать уроки самостоятельно и обращаться к вам только в случае необходимости.

Учите вашего ребенка выполнять любое дело, в том числе и домашние задания без злобы и раздражения. Это сохранит его и ваше здоровье.

Ребенок скрывает плохие оценки...

Часто родителя, узнавшего об обмане, переполняют обида, гнев и разочарование и все эти эмоции он незамедлительно стремится выплеснуть на ребенка. Результат – взаимная обида. А причины сложившейся ситуации остаются за рамками обсуждения.

По какой причине дети чаще всего лгут родителям?

Ложь, связанная со школьными оценками, чаще всего встречается, когда существует большая вероятность наказания. Даже если ребенка перестали ругать, но у него есть опыт наказания



за плохие отметки, это становится барьером для того, чтобы говорить правду. Для большинства детей плохие оценки сами по себе – повод для расстройства. Когда же ребенка ругают за то, что и так его огорчает, это обидно вдвойне.

Другой причиной скрывать плохие отметки служит желание не расстраивать родителей. Довольно часто эти два мотива переплетаются.

Чтобы успешно разрешить ситуацию с детской ложью из-за отметок, взрослым важно понять, чем для них является успеваемость ребенка. А для этого попытайтесь ответить на несколько вопросов.

- Что означают для меня отметки моего ребенка?
- Что я чувствую, когда узнаю о плохих отметках моего ребенка?
- Воспринимаю ли я их как собственные оценки?
- Хочу ли я, чтобы мой ребенок всегда получал хорошие отметки?
- Какими бывают мои первые реакции, когда ребенок или учитель сообщают мне о неудовлетворительных оценках?

Когда вы ответите на эти вопросы, возможно, вам станет понятным поведение ребенка, который не хочет рассказывать вам о своих неудачах.

Важно, чтобы ребенок чувствовал доверие к себе со стороны родителей, испытывал доверие к ним. Если родители относятся к неудачам ребенка спокойно, ориентируют его на то, что в будущем он сможет лучше справиться с поставленным заданием, то и ребенок спокойнее воспринимает подобные ситуации. Повышается его вера в себя, возникает желание

действительно быть успешнее, подкрепляемое позитивным отношением родителей.

Ложь – это всегда нарушение доверия к обманщику со стороны обманутого. Раскрытие лжи всегда изменяет отношения между людьми, и эту мысль обязательно важно донести до ребенка. Обсуждая ситуацию лжи, поддержите ребенка и выразите готовность доверять ему.

Как относиться к отметкам ребенка?



Ребенок получил плохую отметку? Поймите, ему очень хочется быть в ваших глазах хорошим, а если это не получается, ребенок начинает врать и изворачиваться, чтобы выглядеть в ваших глазах хорошим.

Сочувствуйте своему ребенку, если он долго трудился, но результат его труда невысок. Объясните ему, что важен не только высокий результат. Больше важны знания, которые он сможет приобрести в результате ежедневного труда и стараний.

Не заставляйте своего ребенка «вымаливать» себе оценку в конце четверти ради вашего душевного спокойствия. Пусть ваш ребенок не учится ловчить, унижаться и приспосабливаться ради положительного результата в виде высокой отметки.

Сомнения по поводу объективности выставленной вашему ребенку оценки не выражайте вслух. Есть сомнения – идите в школу и попытайтесь объективно разобраться в ситуации. Обвинять беспричинно других взрослых и детей в проблемах собственных детей – бесперспективное занятие.

Поддерживайте ребенка в его , пусть и не очень значительных, но победах – над собой, над своей ленью.

Можно устраивать маленькие праздники по случаю получения отличной отметки. Хорошее запоминается ребенком надолго и хочется его повторить.

Демонстрируйте положительные результаты своего труда, чтобы ребенку хотелось вам подражать.

Справляемся со школьной нагрузкой.

Ребенок пришел из школы. Помните – он на спаде работоспособности!

Вот почему абсолютно необходимо ему сначала пообедать, отдохнуть – и ни в коем случае не садиться сразу же за уроки (а так, к сожалению, бывает часто). Отдохнуть надо бы не лежа. Не у телевизора, а на воздухе, в активных играх, в движении.

Нередки случаи, когда родители лишают ребенка прогулки – в наказание за плохие оценки, поведение и т.п. Худшее трудно придумать!

Наказали не проступок, а самого ребенка, его завтрашнее настроение в школе.

Для детей часто болеющих, ослабленных, со слабой нервной системой лучшим отдыхом будет полуторачасовой дневной сон в хорошо проветренной комнате. Сон способствует еще и разгрузке опорно – двигательного аппарата и служит хорошей профилактикой нарушений осанки. Но это для детей ослабленных, есть же много таких, для кого лучшим отдыхом будет движение.

«Больной» вопрос – телевизор и гаджеты. Младшим школьникам рекомендуется смотреть телевизор не более 40-45 минут в день! А детям возбудимым, ослабленным – лучше сократить и это время. Не рекомендуется смотреть телевизор лежа, а сидеть надо на расстоянии от 2 до 5.5 м. от экрана. Хорошо сзади установить подсветку, чтобы снизить контрастность экрана.

Для снижения утомления важно соблюдение необходимой продолжительности ночного сна. Первокласснику рекомендуется спать 11,5 часа в сутки, включая 1.5 часа дневного сна. Чтобы сон был спокойным и глубоким, нужно соблюдать элементарные правила: перед сном исключите шумные игры, отложите занятия спортом, просмотр страшных фильмов. Исследования показывают: среди первоклассников, увы, необходимые нормы ночного сна выдерживают только 24% детей, остальные недосыпают от получаса до полутора. И это не проходит бесследно: результатом является ухудшение памяти, внимание, работоспособность.

Что же помогает организму справиться со школьной нагрузкой? Прежде всего, волшебная сила движения.



Вы замечали, как вырываются дети из школы? Как хочется им бегать, прыгать! Они как обезьянки, уцепившись за что угодно, крутятся, кричат... И часто можно услышать: «Вот говорят, что они устали, а носятся, как угорелые»... Поэтому и носятся, что очень устали от неподвижного сидения за партой, потому и кричат, что долго молча слушали учителя, потому и «бесятся», что нужна разрядка.

Почему ребенку необходимо больше двигаться? Специальные исследования показывают. Что у школьников, которые ежедневно занимаются физическими упражнениями, много двигаются, бывают на свежем воздухе, отмечаются несколько большие прибавки в росте, значительнее увеличивается окружность грудной клетки, повышается жизненная емкость легких и сила мышц, улучшается обмен веществ.

После прогулки у ребенка розовеют щеки, он становится веселым, активным, не жалуется на усталость и головную боль. А если вместо вечернего сидения у телевизора прогуляться перед сном? Малыш уснет быстрее, и спокойнее будет спать, а утром встанет бодрый и меньше устанет за учебный день. Такие благоприятные изменения происходят потому, что укрепляется основа нашей деятельности – нервная система: повышается сила, подвижность и уравновешенность нервных процессов. В результате нервная система приобретает способность быстро приспосабливаться к новой обстановке, к новым видам деятельности, не поддаваться утомлению.

Нужно ли заниматься подготовкой ребенка к школе летом?



Поступление в
важное событие в
него начнется новая
правилами,
Ему придется решать

познакомиться с друзьями, научиться организовывать свое время, привыкнуть к новому распорядку.

первый класс –
жизни ребенка. У
жизнь, с иными
нагрузками, режимом.
множество задач:

И, конечно, помощь взрослых очень важна в этот период. Прежде всего, ребенку понадобятся ваши спокойствие, поддержка и внимание, а не давление и родительские тревоги. Интересоваться делами первоклассника

следует не эмоционально и бурно, переживая первые неудачи, а обсуждая, что можно сделать, чтобы исправить ошибки, подружиться с тем, кто нравится, уверенно отвечать у доски.

Помните, что не стоит сравнивать достижения вашего ребенка с успехами одноклассников: не спрашивайте его о том, как написали контрольную другие ребята или кто еще не смог решить задачу.

Самым полезным для ребенка является сравнение его «сегодняшнего» с ним «вчерашним», ведь даже если успехи не очень значительны, всегда есть продвижение и развитие. Родителям важно это видеть! Такой подход поможет ребенку поверить в свои силы.

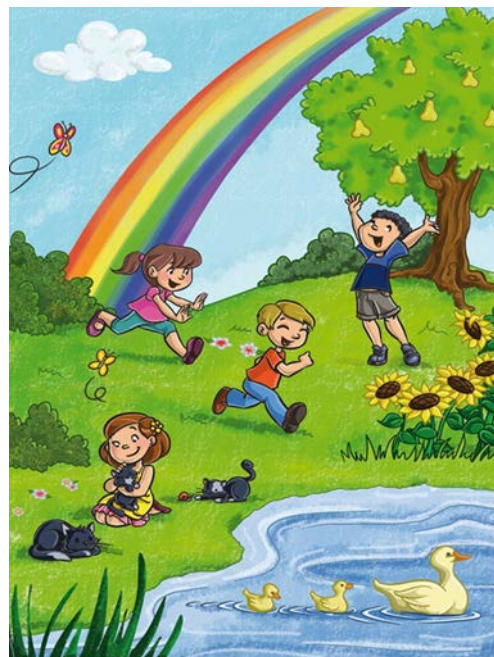
А последним, поистине «детским» летом, будущему ученику важно просто набраться сил, в первую очередь физических, и хорошо отдохнуть. Заниматься чтением, письмом, математикой, конечно, вы можете, но перегружать ребенка не надо. Очень важно, чтобы у него не пропало желание и интерес к учебе, а за знаниями и умениями он отправится осенью.

Играя, готовимся к школе.

Дошкольный возраст является решающим периодом развития ребенка. В это время зарождаются основы личности, складывается воля и произвольное поведение, активно развивается воображение, творчество, инициативность. Эти важные качества формируются не на учебных занятиях, а в главной деятельности дошкольника – игре. Между тем, именно игре фактически не остается места в жизни ребенка.

Современные дошкольники практически не знают традиционных детских игр и не умеют играть.

Сворачивание игры в дошкольном возрасте печально отражается на психическом и личностном развитии детей. педагоги начальных классов отмечают, что дети становятся другими. Многие не могут ни на чем сосредоточиться, постоянно отвлекаются, не понимают простых задач, у них отсутствует творческое воображение и инициативность, а главное – они не хотят учиться. Все это – результат повышенной тревожности родителей за будущее ребенка, а значит, «неправильно» прожитого малышом периода дошкольного детства, отсутствия в нем нормальной игры.



Игра помогает ребенку понять себя и свое отношение к миру, наводит порядок в его голове. Игра – это практически единственная область, где дошкольник может проявить свою инициативу и творческую активность. Именно в игре дети учатся контролировать и оценивать себя, понимать свои действия и «хотеть действовать правильно». Преимущество игры перед любой другой детской деятельностью заключается в том, что в ней ребенок сам, добровольно, подчиняется определенным правилам. И именно выполнение этих правил доставляет ему максимальное удовольствие. В результате поведение ребенка становится осмысленным и осознанным, и в конечном счете – волевым.

А потому пусть последнее предшкольное лето для вашего будущего первоклашки наполнится радостью игры и общения с вами.

Предлагаем вашему вниманию игры, в которые вы можете поиграть со своим малышом.

«Горячие руки»

Это игра на развитие быстроты реакции. Ведущий становится в круг, остальные вокруг него. Игроки поднимают руки на уровень пояса и держат их ладонями вверх. Ведущий стремится «осалить» кого-нибудь по ладони. Игроки спасаясь, быстро опускают руки. Кого ведущий «осалил» - тот водит. Игроки могут и не опускать руки, а поворачивать их ладонями вниз. Игра проходит веселее, когда ведущий пытается быстрее перемещаться по кругу в разных направлениях.

«Кошечка»

Нежное поглаживание игрока водящим сопровождается ласковыми словами, усыпляющими бдительность играющего: «Кошечка, кошечка...». Мгновенное последующее движение, позволяющее «осалить» игрока со словами: «Брысь под лавку!». Игрок должен успеть убрать руки. Если он того не сделал, то отдает фант.

«Успей поймать»

Игра особенно уместна в ситуации томительного ожидания, например, на вокзале, в аэропорту. Воспользуйтесь ненужным чеком или билетом. Ребенок должен успеть захватить ладонями предмет, брошенный с небольшой высоты. Можно использовать полиэтиленовый пакет, удерживающий воздух. Он прекрасно парит в воздухе, что позволяет его перебрасывать, предавать и производить любые другие действия руками, ногами, головой. Фантазируйте вместе с ребенком.

«Не дай упасть».

Это игра на развитие дыхания. Обыкновенное перышко, пушок может служить игровым предметом. Регулируя силу воздушной струи на выдохе, можно удерживать перышко в полете, изменить уровень высоты. Можно также как можно дольше удерживать палку (карандаш) в вертикальном положении на раскрытой ладони. Усложненный вариант: перемещение с палкой до определенного ориентира.

Играйте с ребенком и будьте счастливы!

