



Памятка родителям первоклассника

- **3. Между выполнением уроков следует делать перерывы. 15-20 минут занятий – 5 минут отдыха.**

- 4. Чередуйте устные и письменные задания.** Начинайте приготовление уроков с самых трудоемких или тех, что даются ученику тяжелее остальных.

- 5. Очень важно приучить ребенка к самоконтролю.** После выполнения задания попросите сына или дочь проверить написанное. Если он сам нашел и исправил ошибку – обязательно похвалите! Лишь когда самопроверка войдет в привычку, можно прекратить напоминать.

- 6. Ошибки ребенка не должны вас раздражать, они должны удивлять.** Дайте ребенку почувствовать вашу уверенность в его успехе. Не ругайте за ошибки, не восклицайте: «Мы столько раз писали это слово, а ты опять пишешь неправильно!» Лучше удивитесь: «Ой! Как же это получилось?»

Ваш ребёнок - первоклассник



СОВЕТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

С поступлением в первый класс начинается новый период жизни не только для ребёнка, но и для родителей. Обучение в школе не ограничивается только учёбой, – это для маленького человечка неизвестная среда с новыми впечатлениями, своими правилами и требованиями. Задача родителей – помочь своему школьнику быстрее адаптироваться к новым условиям. Этот жизненно важный период можно пройти «безболезненно» если соблюдать самые простые правила.

Собираемся в школу

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

Проявляйте «правильный» интерес к его учёбе.

Это значит, что родители должны спрашивать не только об оценках и поведении своего ребёнка, а просто послушать о его делах в школе. Пусть рассказывает вам обо всём, что вызывает у него интерес, и не ленитесь отвечать на его вопросы (если они будут). При этом избегайте резких критических замечаний в адрес педагогов, даже если ребёнок высказывает на них обиду. Старайтесь дипломатично обсудить возникшую проблему.

Формируйте у ребёнка уверенность в своих силах

Для этого не забывайте хвалить его за любые успехи. Если же что-то у него не получается, и он начинает нервничать или жаловаться, – дайте понять, что это временное явление, и всё получится, но надо ещё пробовать. Это также важно для развития у первоклассника терпения и усидчивости, которой ему пока так не хватает.

Помогите ребёнку организовать своё рабочее место

Оно должно быть удобным, нравиться ему самому, и в то же время, располагать к учёбе. Дайте ему понять, что он уже сам в состоянии поддерживать в порядке свой школьный уголок. Это будет развивать ответственное отношение к его новым обязанностям.



Делаем домашнее задание

1. Не требуйте от ребенка, чтобы он сразу после школы садился за уроки. Перерыв в 2-3 часа ему просто необходим. А еще лучше, если Ваш первоклашка поспит полтора часика - это лучший способ восстановить умственные силы. Помните, что лучшее время, для приготовления уроков - с 15 до 17 часов.
2. Не заставляйте его делать все уроки в один присест. После 15-20 минут занятий лучше делать 10-15-минутные "переменки", и лучше, если они будут подвижными.
3. Не сидите над душой, когда ребенок делает домашнее задание. Дайте ему возможность работать самостоятельно. Но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу") и похвала, даже если у него не очень-то получается, жизненно необходимы. Иначе быстро отобьете у ребенка охоту просить Вас о помощи в будущем.

*Сроки адаптации первоклассников
могут быть различными.*



Обычно устойчивая приспособляемость к школе отмечается в первом полугодии обучения.

Однако установлено, что у 20 - 30% шестилетних детей этот процесс не завершается в течение первого года обучения.

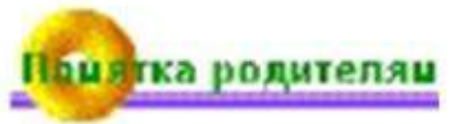
Оптимальный адаптационный период составляет один-полтора месяца.

Наиболее напряженными для всех детей являются первые четыре недели обучения. В это время не следует повышать нагрузку, темп работы.





Взаимодействие с учителем.



- Только вместе со школой можно добиться желаемых результатов в воспитании и обучении детей. Учитель – ваш первый союзник и друг вашей семьи. Советуйтесь с ним, поддерживайте его авторитет.
- Замечания о работе учителя высказывайте в школе, на собрании. Нельзя этого делать в присутствии детей.
- Обязательно посещайте все занятия и собрания для родителей. Если не сможете, сообщите об этом учителю лично или запиской через ребенка.
- Содействуйте тому, чтобы ребенок участвовал во всех касающихся его мероприятиях, проводимых в классе, школе.
- Обязательно оказывайте посильную помощь школе (классу).



Помощь первокласснику в период адаптации к школе (советы родителям)

- ❖ Создайте ребенку комфортные условия и личное рабочее место.
- ❖ Школьные принадлежности покупайте вместе, дайте ребенку выбрать то, что ему нравится.
- ❖ Придерживайтесь распорядка дня, выделяйте время для игр и отдыха.
- ❖ Не перегружайте ребенка кружками и секциями, не заставляйте заниматься тем, что ему не нравится.
- ❖ Обязательно гуляйте с ребенком на свежем воздухе.
- ❖ Питание ребенка должно быть сбалансированным и содержать все необходимые витамины и микроэлементы.



Условия адаптации:

Физиологические

- Изменение режима дня
- Необходимость игры
- Правильная посадка
- Организация правильного питания
- Развитие двигательной активности
- Воспитание самостоятельности и ответственности



Психологические

- психологический климат в семье
- самооценка ребёнка
- самоценность ребёнка для родителей
- формирование интереса к школе
- дружеское общение с одноклассниками
- недопустимость физического воздействия
- предоставление самостоятельности
- учёт темперамента ребёнка
- организация контроля за учёбой
- поощрение за успехи и достижения
- моральное стимулирование
- развитие самоконтроля и самооценки

