

Первый раз - в первый класс

Поступление в школу – один из важнейших периодов в жизни детей. Поступление в школу первоклассника приводит к эмоциональной стрессовой ситуации: меняется режим дня, привычный стереотип поведения, возрастает физическая и психоэмоциональная нагрузка. Успешность периода адаптации к школе во многом определяет весь дальнейший процесс обучения и развития. Чтобы адаптация проходила успешно необходимо придерживаться следующих правил:

- Поддерживайте ребёнка в его стремлении стать школьником.
- Обсудите с ребёнком правила и нормы, с которыми он встретится в школе.
- Ваш ребёнок пришёл в школу учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получиться. Ребёнок имеет право на ошибку.
- Составьте с ребёнком распорядок дня, следите за его соблюдением. Не пропускайте трудности, возможные у ребёнка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если, например, у ребёнка есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними до поступления в школу.
- Поддерживайте ребёнка в его желании добиться успеха. Помните, что похвала («Молодец!», «Ты хорошо справился!») – это эмоциональная поддержка.
- Показывайте ребёнку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
- Нельзя никогда говорить ребёнку, что он хуже других.
- Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребёнком.
- Учите ребёнка свободно и непринуждённо общаться не только со своими сверстниками, но и с взрослыми людьми.
- Не стесняйтесь подчёркивать, что вы им гордитесь.
- Оценивайте только поступки, а не самого ребёнка.
- Не отправляйте ребёнка одновременно в первый класс и в какую-нибудь секцию или кружок, начните водить его туда за год до начала учёбы или со второго класса.
- Ребёнок может концентрировать внимание не более 10 -15 минут. Поэтому, делая с ним уроки, прерывайтесь каждые 10-15 минут и давайте ребёнку подвигаться (побегать, потанцевать) несколько минут. Можно чередовать письменные задания с устными.
- Помните: ребёнок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- Иногда пробуйте поставить себя на место своего ребёнка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.