

Рекомендации родителям по адаптации ребенка к школе

Самое важное и необходимое для ребенка любого возраста, а для первоклассника особенно - это правильный **режим дня**. Большинство родителей знают это, но на практике довольно трудно убедить, что многие трудности обучения, ухудшение здоровья связаны именно с **нарушениями режима**.

Очень важно иметь расписание дня, составленное вместе с ребенком, и **ГЛАВНОЕ - его соблюдать**.

Пробуждение

Не нужно будить ребенка, он может испытывать чувство неприязни к матери, которая вечно тормозит его, стаскивая одеяло. Научите его пользоваться будильником, пусть это будет его **личный будильник**.

Когда ребенка утром торопят, то часто он делает все еще медленнее. Это его естественная реакция, его мощное оружие в борьбе с расписанием, который его не устраивает.

Итак, ребенок встал, сделал утреннюю зарядку, позавтракал (завтрак обязательно должен быть горячим, не надейтесь, что ребенок поест в школе).

Выход в школу

Если ребенок забыл положить в сумку учебник, завтрак, очки; лучше протянуть их молча, чем пускаться в напряженное рассуждение о его забывчивости и безответственности.

Не ругать и не читать нотаций перед школой. На прощание лучше сказать: "Пусть все сегодня будет хорошо", чем "Смотри, веди себя хорошо, не балуйся". Ребенку приятнее услышать доверительную фразу: "Увидимся в два часа".

Возвращение из школы

Детей ослабленных, часто болеющих, со слабой нервной системой лучшим отдыхом будет полуторачасовой дневной сон в хорошо проветренной комнате...

Пора спать

Особенно важно для борьбы с утомлением соблюдение необходимой продолжительности ночного сна. Первокласснику

необходимо спать 11,5 часа в сутки, включая 1,5 часа дневного сна.

Эмоциональная поддержка

1) ни в коем случае не сравнивать его результаты с эталоном, достижениями других, более успешных, учеников. Лучше вообще никогда не сравнивать ребенка с другими детьми (вспомните свое детство).

2) Сравнить ребенка можно только с ним самим и хвалить только за одно: улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем - 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями.

Как это можно сделать?

- Искренне интересоваться школьной жизнью ребенка, как его учебными успехами и трудностями, так и отношениями ребенка с другими детьми.
- Подчеркивать, выделять в качестве чрезвычайно значимой ту сферу деятельности, где ребенок больше успешен, помогать тем самым обрести ВЕРУ в себя.
- Главная награда - это доброе, любящее, открытое, доверительное общение в те минуты, когда ребенок спокоен, уравновешен, что-либо делает. (Хвалите его деятельность, работу, а не самого ребенка, он все равно не поверит). Мне нравится твой рисунок. Мне приятно видеть, как ты занимаешься со своим конструктором и т.д.).
- Ребенку надо найти сферу, где он мог бы реализовать свою успешность (кружки, танцы, спорт, рисование, изостудии и т.д.).

Учительница

Учительница, даже самая строгая, даже не всегда справедливая, для ребенка, особенно в первое время, - "самая-самая", и ваше негативное отношение к ее требованиям только затруднит ребенку его собственное определение в статусе ученика.

По статье «Родителям первоклассника»,
автора - Елены ДАНИЛОВОЙ,
кандидата психологических наук,

Педагог-психолог учителям

Практические рекомендации психолога для учителей

1. Не забывайте, что перед вами не бесполой ребенок, а мальчик или девочка с определенными особенностями мышления, восприятия, эмоций.
2. Никогда не сравнивайте между собой детей, хвалите их за успехи и достижения.
3. Обучая мальчиков, опирайтесь на их высокую поисковую активность, сообразительность.
4. Обучая девочек, не только разбирайте с ними принцип выполнения задания, но и учите их действовать самостоятельно, а не по заранее разработанным схемам.
5. Ругая мальчика, помните о его эмоциональной чувствительности и тревожности. Изложите ему кратко и точно свое недовольство. Мальчик не способен долго удерживать эмоциональное напряжение, очень скоро он перестает вас слушать и слышать.
6. Ругая девочку, помните о ее эмоциональной бурной реакции, которая мешает ей понять, за что ее ругают. Спокойно разберите ее ошибки.
7. Девочки могут капризничать из-за усталости (истощение правого "эмоционального" полушария). Мальчики в этом случае истощаются информационно (снижение активности левого "рационально-логического" полушария). Ругать их за это бесполезно и безнравственно.
8. Ориентируйте программы и методики обучения на конкретного ребенка с определенным типом функциональной асимметрии полушарий, дайте ему возможность раскрыть свои способности, создайте ему ситуацию успеха.
9. Обучая ребенка грамотному письму, не разрушайте основы "врожденной" грамотности. Ищите причины неграмотности ребенка, анализируйте его ошибки.
10. Не забывайте, что ваша оценка, данная ребенку, всегда субъективна и зависит от вашего типа асимметрии

- полушарий. Возможно, вы относитесь к разным типам мозговой организации и по-разному мыслите.
11. Вы должны не столько научить ребенка, сколько развить у него желание учиться.
 12. Помните, что любой ребенок может чего-то не знать, не уметь, в чем-то ошибаться.
 13. Лень ребенка — сигнал неблагополучия вашей педагогической деятельности.
 14. Для гармоничного развития ребенка необходимо научить его по-разному осмысливать учебный материал (логически, образно, интуитивно).
 15. Для успешного обучения мы должны свои требования превратить в желания ребенка.
 16. Сделайте своей главной заповедью — «Не навреди!»