

Готовность к школе

Что нужно знать родителю о ребенке, который идет в школу?

- Что он еще живет в дошкольном детстве: мире игр и игрушек, мире свободного времени.
- Он не совсем готов к тому, что ему со всех сторон будут говорить «надо» и «ты - обязан».
- Что его работоспособность - 15-20 минут, затем нужен отдых или переключение на другой вид деятельности.
- Что ему обязательно будут нужны свежий воздух после занятий и движение.
- Для того чтобы ему спокойнее было первое время учиться, Вы будете нужны ему рядом, как никогда: проводить в школу, встретить, быть рядом, когда он делает уроки, вместе гулять и т.д.
- Старайтесь сделать в выходные что-то интересное с ребенком и для ребенка: праздник, выпуск семейной газеты, запуск воздушного змея, пикничок в лесу, поход в музей и пр.
- Не забывайте заглядывать в рюкзак своего ребенка. Если, конечно, он приучен к порядку, то проблем будет меньше, а если нет...
- Постарайтесь заранее (летом) научить открывать дверной замок (если в этом есть такая необходимость), предупредив об осторожности.
- Все бытовые дела попробуйте «отрепетировать» заранее, иначе на бедного неокрепшего ребенка разом свалятся и обучение, и дисциплина, и новые взаимоотношения, и бытовые проблемы.
- Берегите психику ребенка.
- Вам нужно будет сдерживать свои эмоции, если вдруг ребенок придет из школы чрезмерно возбужденным: обидели, отняли, не дали, забыли и др. Надо спокойно выяснить, что произошло, и стараться вслух не делать своих «взрослых выводов».
- Ребенку нужны положительные эмоции. Не забывайте хвалить ребёнка - поделки ставьте на самое видное место, тетрадь с пятеркой покажите бабушке и дедушке и т.д.
- Дайте возможность ребенку почувствовать себя счастливым и умеющим.

Как построить день первоклассника.

Допустим, ваш ребенок находится в школе с 8 до 12 часов.

- Приходит домой - обедает.
- Затем 2-3 часа он может заниматься своим любимым делом, гулять на улице, помогать по дому.
- Если есть возможность, то после выполнения уроков лучше погулять. Свежий воздух - спасение для вашего ребенка.

- Затем можно приступать к выполнению уроков (лучше их делать в одно и то же время).
- Поскольку утомляемость у первоклашек высока, лучше каждые 30 минут делать перерыв: полить цветы, съесть яблоко и т.п.
- Телевизору лучше уделять совсем мало времени.
- Ложиться спать желательно в одно и то же время, не позже 9 часов. Тогда утром не будет проблем со вставанием.

Рекомендации родителям

- Надо обязательно хорошо отдохнуть летом.
- Во время отдыха еще раз *спокойно* поговорить о школе: о ее буднях и праздниках.
- Вместе пойти выбирать все школьные принадлежности (чтобы они были в радость).
- Желательно взять отпуск хотя бы на две-три недели, чтобы быть рядом с ребенком в первые школьные дни.
- Создать дома обстановку спокойствия и доброжелательности.
- Встречать ребенка из школы с улыбкой.
- Не ругать и не наказывать за ошибки и незнание. Он только начинает учиться.
- Обязательно гулять после уроков.
- С любовью оборудовать его домашнее «школьное» место.
- Когда он возвращается из школы, подробно спрашивайте его о том, что интересного было в школе.
- Первое время домашние задания старайтесь выполнять вместе.
- Не забывайте, что ребенку нужно Ваше признание и похвала.
- Ребенок не может быстро адаптироваться к школе. Этот период может длиться от месяца до года. И если вы увидите, что становится меньше слез, «не могу» и «не хочу», то, значит, это маленькая победа Ваша и Вашего ребенка.

Педагог-психолог: Блошкина Т.А.

