

РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ
на период адаптации ребенка к школе
(на какие моменты стоит обратить внимание):

1. постарайтесь сделать так, чтобы утро для ребенка было приятным. Будите его ласково, готовьте вкусный завтрак, включайте любимые мультфильмы. У большинства взрослых самое ужасное воспоминание о школе – это хмурое, холодное утро и сборы впопыхах. От того, в каком настроении ребенок отправится на учебу, зависит, как начнутся – и продолжатся – его школьные годы;
2. будьте внимательны к учебе ребенка, но без навязчивости. Если слишком контролировать ситуацию – ребенок к этому привыкнет, и будет делать уроки только «из-под палки». Он должен понимать: все, что касается школы – сфера его личной ответственности. При этом он всегда может рассчитывать на вашу помощь;
3. как только ваш ребенок стал школьником, он гораздо больше времени предоставлен сам себе. Поэтому, чтобы вы были за него спокойны, следует, прежде всего, развить у ребенка самостоятельность. Ребенок должен уметь при необходимости оставаться дома один. Научите его соблюдать основные принципы безопасности
4. развивайте навыки самообслуживания, необходимые ребенку в школе: он должен уметь самостоятельно переодеваться в спортивную форму, собирать портфель и т. д. Составьте вместе с ребенком список того, что нужно положить в портфель на каждый день (можно использовать картинки). Сначала вместе собирайте портфель по этому списку, но постепенно передавайте ребенку обязанность собирать портфель самостоятельно.
5. у ребенка должно быть сформировано умение организовать рабочее место, своевременно начать работу, поддерживать порядок на рабочем месте в ходе учебной работы.
6. готовьте ребенка к тому, что в школе он может столкнуться и с негативными оценками своей работы. Учите его не теряться, когда критикуют или - детский вариант - дразнят. Дома важно иметь опыт и похвалы, и порицания. Критикуя его, вы даете оценку не его личности в целом, а конкретному поступку (вместо фразы «Ты плохой мальчик \ плохая девочка!» скажите «Я расстроен (а) твоим поступком, потому что.... (и описывайте, что именно вас расстроило в его \ее поведении)»). Прекрасно, если выработана достаточно устойчивая положительная самооценка. Тогда на замечание или на не слишком высокую оценку учителя ребенок не обидится, а постарается что-то изменить.

7. важно учить ребенка выражать свои потребности словами. Дома окружающие понимают его с полуслова или по выражению лица. Не стоит ждать того же от учителя или одноклассников. Просите ребенка сообщать о своих желаниях словами, по возможности организуйте такие ситуации, когда ему нужно попросить о помощи незнакомого взрослого или ребенка.
8. в школе ребенок нередко будет попадать в ситуации сравнения со сверстниками. Значит, стоит понаблюдать за ним в играх, включающих соревновательный момент, конкуренцию детей. Как он реагирует на успех других, на свои неудачи?
9. старайтесь, чтобы ребенок привыкал работать самостоятельно, не требовал постоянного внимания и поощрения со стороны взрослого. Ведь на уроке учитель вряд ли сможет уделить каждому одинаковое внимание. Постепенно переставайте хвалить ребенка за каждый шаг в работе - хвалите за готовый результат.
10. при выполнении любого дела не позволяйте останавливаться на середине. Необходимо сразу ориентировать ребенка на выполнение любого задания с начала до конца - при уборке комнаты, помощи родителям, выполнении задания и т.д.
11. приучайте ребенка спокойно сидеть и работать в течение определенного времени при выполнении домашнего задания. По возможности включайте в распорядок дня самые разнообразные занятия, чередуя спокойную работу за столом с подвижными играми. Особенно это важно для возбудимого, подвижного ребенка. Постепенно он привыкнет к тому, что кричать и бегать можно в определенное, "шумное" время. Тогда будет способен и в школе дожидаться перемены.

Важно, чтобы мы понимали: невозможно стать школьником в один момент. Поступив в школу, ребенок становится школьником далеко не сразу. Это становление происходит на всем протяжении обучения в начальной школе, а сочетание черт дошкольника с особенностями школьника будет характеризовать весь этот период.

Ребенку необходимо понять, в каких ситуациях он должен быть школьником – на уроке, во время приготовления домашнего задания; а когда он имеет право вести себя как дошкольник. Это значит, что не стоит осуждать его интерес к игрушкам. Если мы активно поощряем его учебные успехи, важно поддержать и его игровую инициативу. Это значит, что мы не только говорим: «Какой молодец, взял книжку и читает!», но и также: «Как здорово ты умеешь играть!». Для многих детей характерно даже некоторое усиление интереса к игре. Это естественное явление, помогающее, кроме всего прочего, снять эмоциональное напряжение.

Очень важно опираться на желание ребенка учиться. Как правило, большинство детей идут в первый класс, горя желанием стать школьниками. Важно всячески поддерживать это желание. Если родитель искренне интересуется школьной жизнью ребенка, расспрашивает его о школе, делится своим опытом, это, безусловно, укрепляет учебную мотивацию ребенка. Направляйте внимание своего ребенка на позитивные моменты в школе: на хорошие оценки, похвалы учителя, воспитателя; на проявления самостоятельности в отношениях и играх с ребятами.

Уже в самом начале учебы ребенок сталкивается с первыми успехами и неудачами. И здесь возникает очень сложный вопрос: как относиться к успехам и неудачам ребенка, как хвалить его или ругать? Обучение в школе – это совершенно новая деятельность для ребенка. **для того, чтобы у ребенка сформировалось положительное отношение к школе, важно, чтобы он понимал: учиться ему по силам, он может справиться с учебными заданиями. Ему необходимо ощущение собственной успешности. Вот почему в первое время ему особенно важно поощрение.** Но хвалить первоклассника – это не просто называть его молодцом или умницей. Здесь есть несколько тонкостей! Поощрение должно быть конкретным: мы хвалим не ребенка самого по себе, а какую-то черту его поведения, результат его деятельности. Когда мы говорим ребенку: «Ты сегодня очень аккуратно написал буквы!» или «Мне очень нравится хвостик у этой цифры!», ребенок получает информацию о том, что нужно делать, чтобы быть хорошим школьником. Если же мы говорим: «Умница, отлично!» - то не очень понятно, за что ребенка хвалят, и ему трудно сориентироваться в том, какое поведение является одобряемым. Бывает и так, что порой не знаешь, за что ребенка похвалить. В этом случае нужно найти что-то такое, что у него все-таки получается хорошо, пусть это всего лишь один крючок из прописей. Кроме того, психологи отмечают, что наиболее эффективным способом отметить достижения ребенка является косвенная похвала, когда взрослые в присутствии ребенка в разговоре между собой упоминают то, что ребенку удалось сделать хорошо и свои позитивные переживания в общении с ним. Можно сказать: «Он поразил меня сегодня!» или «Когда она рассказывала стихотворение, я испытывала гордость за нашу дочь!».

В школе ребенок впервые сталкивается с внешней оценкой своих действий. Первые оценки связаны для него как с положительными, так и с отрицательными переживаниями. Для многих детей отметка – это не оценка его работы, а его самого: «Если я получаю хорошие оценки, значит, я хороший». Такая позиция опасна, потому что в будущем может привести к формированию зависимости от мнения окружающих, от внешней оценки. Поэтому важно, чтобы ребенок понимал: иногда у него что-то не получается, но он сам при этом не становится плохим. Если ребенок болезненно переживает из-за оценок, можно помочь ему, используя слово «зато», т.е. постараться найти в работе какое-то достоинство. Хорошо, если это не просто

утешение взрослого, а совместное с ребенком обсуждение задания. Например, это может выглядеть так: «Задачу ты решил неправильно. А что тебе удалось? Да, зато у тебя получились очень красивые цифры».

Конечно, школьная жизнь – это не только радостные моменты. Иногда ребенок бывает грустным, обиженным, рассерженным на школу, на учителя, одноклассников. Важно дать ему возможность выразить негативные чувства. Если мы внимательно выслушаем его, признаем, что обучение в школе действительно может быть трудным или не всегда интересным, мы поможем ребенку освободиться от гнетущих мыслей и чувств. Сказав ребенку: «Я вижу, ты расстроился. Тебе было обидно. Даже, наверное, в школу ходить не захотелось», - мы оказываем ему необходимую эмоциональную поддержку.