

Рекомендации психолога: «Ваш ребенок идет в первый класс»

Образование может сделать ребенка умным, но счастливым делает его только душевное, разумно организованное общение с близкими и любимыми людьми – семьей.

В ваших силах создать в семье именно такую обстановку, которая не только подготовит ребенка к успешной учебе, но и позволит ему занять достойное место среди одноклассников, чувствовать себя в школе комфортно.

Итак, некоторые практические рекомендации.

- * Будите ребенка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.

- * Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если вчера предупреждали.

- * Не торопите. Умение рассчитать время – ваша задача, и если это плохо удастся, это не вина ребенка.

- * Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придется много работать.

- * Ни в коем случае не прощайтесь, «предупреждая»: «Смотри, не балуйся», «Веди себя хорошо», «Чтобы сегодня не было плохих отметок». Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов – у него впереди трудный день.

- * Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это займет немного времени.

- * Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать ребенку «взбучку», постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка. Кстати, всегда нелишнее выслушать «обе стороны» и не торопиться с выводами.

- * После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два-три часа отдыха (а в первом классе хорошо бы поспать час-полтора) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.

- * Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте возможность ребенку работать самому, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («не волнуйся, все получится», «давай разберемся вместе»), похвала – необходимы.

- * В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...», порой условия становятся невыполнимыми, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

- * Постарайтесь найти в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы и радости и неудачи.

- * Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без ребенка. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителями, врачом, психологом. Не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдете много полезного.

- * Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4–6 недель обучения в школе, конец второй четверти (примерно 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательным к состоянию ребенка.

- * Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние, чаще всего это объективные показатели трудности учебы.

- * Помните, что даже «совсем большие дети» (мы часто говорим: «Ты уже большой» 7–8 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную.

Советы школьного психолога

Уважаемые родители!

Учение в школе — это новый период в жизни вашего малыша. Очень важно, чтобы с первых дней пребывания в гимназии ребенок чувствовал себя комфортно. От этого будет зависеть успешность его обучения и общения в школе. Дети далеко не одинаково легко «вживаются» в новые условия жизни — школьное обучение. Наблюдается три уровня адаптации детей к школе. Зная их содержание, вы сможете определить, как проходит период привыкания к школьной жизни у вашего ребенка.

Уровни адаптации	Содержание
1	2
Высокий уровень	— Первоклассник положительно относится к школе. Предъявляемые требования воспринимает адекватно. — Учебный материал усваивает легко, глубоко и полно, успешно решает усложненные задачи. — Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя. Выполняет поручения без внешнего контроля. — Проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится ко всем урокам). — Общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. — Занимает в классе благоприятное статусное положение
Средний уровень	— Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний. — Понимает учебный материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно. — Усваивает основное содержание учебных программ. — Самостоятельно решает типовые задачи. — Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при условии контроля с его стороны. — Общественные поручения выполняет добросовестно. — дружит со многими одноклассниками
Низкий уровень	— Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе. — Нередко жалуется на здоровье, у него доминирует подавленное настроение. — Наблюдаются нарушения дисциплины: — Объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно. — Самостоятельная работа с учебником затруднена. — При выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса.

Для того чтобы период адаптации к школе прошел ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников. Необходимым условием успешной адаптации ребенка в школе является степень участия родителей в его школьной жизни, в организации приготовления уроков, особенно в первый год обучения.

