

## Ваш ребёнок - первоклассник



## СОВЕТЫ ПЕДАГОГА-ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ В ПЕРИОД АДАПТАЦИИ

С поступлением в первый класс начинается новый период жизни не только для ребёнка, но и для родителей. Обучение в школе не ограничивается только учёбой, – это для маленького человечка неизвестная среда с новыми впечатлениями, своими правилами и требованиями. Задача родителей – помочь своему школьнику быстрее адаптироваться к новым условиям. Этот жизненно важный период можно пройти «безболезненно» если соблюдать самые простые правила.

### *Собираемся в школу*

Не торопите его. Правильно рассчитать время, которое нужно ему на сборы в школу - это Ваша, а не его задача. И если он не успевает собраться - это Ваша вина: завтра разбудите его пораньше на столько, на сколько он "закопался" сегодня.

### *Формируйте у ребёнка уверенность в своих силах*

Для этого не забывайте хвалить его за любые успехи. Если же что-то у него не получается, и он начинает нервничать или жаловаться, – дайте понять, что это временное явление, и всё получится, но надо ещё пробовать.

Это также важно для развития у первоклассника терпения и усидчивости, которой ему пока так не хватает.

### *Делаем домашнее задание*



1. Не требуйте от ребенка, чтобы он сразу после школы сел за уроки. Перерыв в 2-3 часа ему просто необходим. А еще лучше, если Ваш первоклашка поспит полчаса - это лучший способ восстановить умственные силы. Помните, что лучшее время, для приготовления уроков - с 15 до 17 часов.

2. Не заставляйте его делать все уроки в один присест. После 15-20 минут занятий лучше делать 10-15-минутные "переменки", и лучше, если они будут подвижными.

3. Не сидите над душой, когда ребенок делает домашнее задание. Дайте ему возможность работать самостоятельно. Но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу") и похвала, даже если у него не очень-то получается, жизненно необходимы. Иначе быстро отобьете у ребенка охоту просить Вас о помощи в будущем.

### *Проявляйте «правильный» интерес к его учёбе.*

Это значит, что родители должны спрашивать не только об оценках и поведении своего ребёнка, а просто послушать о его делах в школе. Пусть рассказывает вам обо всём, что вызывает у него интерес, и не ленитесь отвечать на его вопросы (если они будут).

При этом избегайте резких критических замечаний в адрес педагогов, даже если ребёнок высказывает на них обиду. Старайтесь дипломатично обсудить возникшую проблему.

### *Помогите ребёнку организовать своё рабочее место*

Оно должно быть удобным, нравиться ему самому, и в то же время, располагать к учёбе. Дайте ему понять, что он уже сам в состоянии поддерживать в порядке свой школьный уголок. Это будет развивать ответственное отношение к его новым обязанностям.