

Помощь родителей в адаптации к школе ребенку-первокласснику



Помощь родителей в адаптации к школе ребенку-первокласснику

- Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку. Не подгоняйте с утра и не дергайте по пустякам. Не надо укорять его за ошибки, даже если вчера предупреждали.
- Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая: «Смотри не балуйся!», «Веди себя хорошо!» и т.д. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.
- Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?» Встретьте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как Вы сами чувствовали себя после тяжелого рабочего дня). Если ребенок чересчур чем-то возбужден, жаждет чем-то поделиться, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте его!
- Выслушав замечание учителя, не торопитесь устраивать взбучку, постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем происходил без ребенка. Кстати, всегда не лишне выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.
- После школы не торопитесь сажать ребенка за выполнение уроков, необходимы 2-3 часа отдыха, желательно сна. Лучшее время для подготовки домашнего задания - с 15 до 17 часов.
- Не заставляйте делать уроки за один присест. После 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут «перемены» – желательно подвижной.
- Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте ребенку возможность работать самому, но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Обратитесь к нему спокойно: «Не волнуйся, все получится, давай разберемся вместе. Я помогу». Похвала, даже если что-то не получается, необходима.
- В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если сделаешь, то...» Порой условия становятся невыполнимыми не по вине ребенка, и Вы можете оказаться в сложной ситуации.
- Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее и утомление наступает быстрее, работоспособность снижена. Это первые 4-6 недель после начала занятий, конец учебного года или первая неделя после зимних каникул. В эти периоды следует быть особо внимательным к состоянию ребенка.
- Не игнорируйте жалобы ребенка на головную боль, усталость и плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.
- Учтите, что даже дети повзрослее очень любят сказки на ночь, песенки и другие признаки проявления нежности. Все это успокаивает их и помогает снять напряжение и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном о неприятностях, не обсуждать завтрашнюю контрольную.

