

Как помочь **первокласснику** справиться со стрессом в адаптационный период

Поступление в школу — это стресс для ребёнка. Чтобы безболезненно пережить вместе с ним этот жизненный этап, попробуйте использовать следующие приёмы.

1. С утра настраивайте ребёнка на доброе отношение ко всему. Скажите: «Доброе утро!», приготовьте что-нибудь вкусненькое на завтрак, собирайтесь в школу без суеты.
2. Ласково, без нравоучений проводите ребёнка в школу. Покажите ему путь от дома до школы. Но помните: самый короткий путь не всегда самый безопасный!
3. Встречая ребёнка после уроков, порауйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно (без вас) несколько часов. Расспросите о школьных делах, похвалите, поддержите. Не расстраивайтесь, если ребёнок поначалу не будет много рассказывать о школе. Столько эмоций, впечатлений, что ему трудно пока обобщить весь объём новой информации.
4. Если появились первые трудности, будьте щедры на похвалу, а не на критику. Делайте конкретные замечания и ни в коем случае не касайтесь личности ребёнка. Он должен быть уверен, что вы его любите не за хорошую учёбу, а за то, что он есть на свете.
5. Никогда не сравнивайте своего ребёнка с другими детьми. Это может привести к формированию низкой самооценки или к озлоблению.
6. Если учитель предъявляет претензии к вашему ребёнку, не объединяйтесь с ним против ребёнка. Не ругайте его в школе, при одноклассниках, а позже дома спокойно объясните ему, в чём он не прав.
7. Не позволяйте ребёнку замыкаться на школьных неудачах. Постоянно подчёркивайте важность не отметки, а самого процесса обучения, познания нового и интересного. Найдите такую форму деятельности вне школы, где ваш ребёнок сможет проявить свои способности, обретёт уверенность в себе.
8. Особые усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребёнка происходят изменения.



Как приучить ребёнка собирать портфель

1. Начинать учить складывать вещи в портфель следует с самых первых дней учёбы. Иначе малыш привыкнет к тому, что это обязанность мамы. Кроме этого, если мама сама собирает портфель, то чаще всего ребёнок не знает, где и что лежит. Поэтому он будет тратить на поиски нужной вещи драгоценное время урока.
2. Родителям требуется терпение, чтобы контролировать процесс укладки вещей в портфель. Вы не должны срываться и ругать малыша за то, что он пока делать не умеет. Вместе с ним последовательно и аккуратно разложите все вещи по нужным отделениям.
3. Сначала собирайте портфель вместе, потом ребёнок начнёт делать это сам под вашим руководством, а потом самостоятельно, но с обязательной проверкой. Вот алгоритм обучения и привыкания к новой обязанности. Обязательно хвалите ребёнка, если он сделал все правильно.
4. Собирать портфель следует вечером, после того как все задания приготовлены и школьные дела завершены.
5. В портфель следует складывать только то, что необходимо по расписанию на следующий день. Поэтому лучше, если расписание будет перед глазами и ребёнок может с ним работать (этому тоже надо учить).
6. Мама должны обращать внимание не только на то, что следует положить, но и что следует из портфеля убрать. Порой портфель ребёнка напоминает мусорный бак. Надо приучать малыша выбрасывать весь ненужный хлам из портфеля. А ещё следует обращать его внимание на то, что мусор не следует складывать в портфель, для него существует другое место.
7. В портфеле могут находиться не только школьные принадлежности, но и другие нужные вещи. Например, влажные салфетки для рук и лица просто необходимы.

При подготовке памятки были использованы разработки учителя начальных классов Фёдоровой Светланы Геннадьевны, учителя начальных классов Скрипник Елены Александровны



Как заниматься с **первоклассником**, пока нет домашних заданий

Очень многие ответственные и заинтересованные родители беспокоятся, что в 1-м классе нет домашних заданий, и поэтому сами стараются нагрузить ребёнка: проводят диктанты, заставляют решать примеры, задачи и т. д. Делать этого не стоит. Помните, что главное в 1-м классе — не сформировать какие-то навыки ребёнка, а развить психологические функции, необходимые для продуктивной учебной деятельности, научить учиться, сохранить и укрепить желание ходить в школу.

Вот некоторые советы, как можно заниматься с первоклассником:

1. Читайте вместе с ребёнком детские книги. Сначала вы читаете большую часть текста, а потом постепенно передаёте «пальму первенства» ребёнку. Главная задача — не «натаскать» первоклассника на быстрое чтение, а привить ему интерес к самому этому процессу.
2. Посещайте со своим ребёнком библиотеку и запишитесь туда сами. Выясните, какие книги предпочитает ваш ребёнок (фантастику, компьютерную тематику, приключения и т. п.).
3. Не заставляйте ребёнка писать бесконечные строчки букв, ведь он ещё не умеет правильно писать. А если вы просите ребёнка многократно повторить написание какой-либо буквы, то его рука «запомнит» именно такое — неправильное — написание этой буквы. Лучше займитесь лепкой, рисованием букв, конструированием их из проволоки. Подобные занятия способствуют запоминанию зрительного образа буквы и развитию мелкой моторики.
4. Математикой занимайтесь практически, используя любые жизненные ситуации. Например, для закрепления навыков счёта сосчитайте вместе с ребёнком ступеньки лестницы в вашем подъезде, деревья под окном и т. п. Составляйте условия задач (или просите ребёнка их придумать) из конкретных вещей и предметов, которые можно увидеть на улице, в квартире и т. д. Например, стоя у дороги, можно «увидеть» следующую задачу: в одну сторону едут 3 машины, а в другую — 5 машин. Сколько всего машин едет по дороге? На сколько больше машин едет в одну сторону, чем в другую?
5. Постоянно обращайтесь внимание ребёнка на явления и закономерности окружающего мира. Не заставляйте первоклассника заучивать параграфы из учебника по окружающему миру. Лучше беседуйте с ним обо всём, что привлечёт его внимание: «Почему осенью деревья сбрасывают листву? Как устроен компьютер?» Чем больше таких вопросов задаёт ребёнок, тем лучше.
6. Развивайте воображение, фантазию ребёнка: пусть он нарисует своё настроение, сказочную птицу или придумает свою сказку с такими, например, героями, как ёжик, Красная Шапочка, Баба-яга и др.
7. Мастерите вместе с ребёнком то, что ему интересно, и то, что вы сами умеете и любите.

! Приспосабливайте условия ребёнка и принимайте его интересы, будьте с ним рядом всегда и везде, делайте ему.

