

Памятка родителям Первоклассников

Особенности адаптации ребенка к школе во многом зависят от поведения родителей, и для того, чтобы этот процесс для школьника прошел наиболее безболезненно, в помощь Вам предлагаем следующие рекомендации:

- В 6-7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Отличительная черта любого здорового ребенка этого возраста – познавательная активность, но эффективнее всего младшие школьники усваивают новые знания через игру.

«Принуждение душиет истинный интерес ребенка к учебе, лишает его радости поиска и познания». (Ю.Б. Гиппенрейтер)

- Крайне важен для успешной адаптации ребенка **правильный режим дня**:
 - для восстановления сил необходим сон в количестве не менее 9 часов;
 - выполнение домашнего задания необходимо начинать каждый день в одно и то же время, самым продуктивным считается период с 15.00-16.00;
 - компьютер, телевизор и любые занятия, требующие значительной зрительной нагрузки должны длиться не более часа в день;
 - после 20 минут занятий необходимо делать 10-15- минутный перерыв, так как ребенок не в состоянии концентрировать внимание дольше этого времени (для снятия напряжения ребенок может попрыгать на месте, потанцевать под музыку, выполнить физические упражнения).
- Для успешного обучения важно помочь ребенку организовать порядок на рабочем месте (убрать посторонние предметы).
- Терпимо относитесь к тому, что ребенок не сразу усваивает новые знания. Поддерживайте, не ругайте за двойки и неаккуратность в тетради. Чрезмерная строгость, осуждение, угрозы, крик не только не способствуют желанию учиться, проявлению интереса к знаниям, но и вызывают отрицательное отношение к школе и учителю, разрушают взаимопонимание детей и родителей, формируют чувство вины, ощущение собственной неполноценности.

Страх – плохой помощник как в воспитании, так и в обучении

- Поддерживайте спокойную и стабильную атмосферу в доме. Чаще хвалите ребенка, ему необходимо ощущать, что в него верят! Используйте ободряющие фразы:
 - «Я знаю, ты этому обязательно научишься»;
 - «У тебя уже стало лучше получаться»;
 - «Не волнуйся»;
 - «Я тебе помогу»;
 - «Давай выясним вместе».

Снять напряжение помогут шутки и юмор ☺ ☺

- Важнейшее условие для формирования положительного мнения ребенка о самом себе – это удачное завершение дела. Успех порождает успех. Чем лучше с каждым разом у него будут получаться домашние задания, тем больше он будет хотеть сесть за них снова. Это естественное формирование внутренней мотивации.

Кроме того, для формирования позитивного отношения ребенка к учебе важно подкреплять выполнение домашнего задания положительными эмоциями (после завершения очередного упражнения можно предложить ребенку фрукт или полезную сладость).
- Развивайте в ребенке индивидуальность. Он таков, каков есть. Он не родился соревноваться с другими. Позвольте ребенку каждый день его жизни быть собой.

Сравнивайте вчерашние достижения ребенка с нынешними и отмечайте даже минимальный прогресс

- Ни в коем случае ребенок не должен ощутить, что неудачи в школе могут лишить его любви родителей. Если члены семьи ставят свое отношение к школьнику в зависимость от полученных им оценок («Я не могу и не хочу любить двоечника»), то они отдаляют его от себя, а значит, уменьшают возможность своего влияния на него.

Итак, ваша поддержка, вера в ребенка, в его успех помогут преодолеть все преграды!