

Советы родителям к 1-му сентября

Традиционно первым днем обучения является 1 сентября. Это один из самых напряженных дней в жизни ребенка. Вокруг него много ажиотажа, который будоражит и пугает. В результате "счастливый день" может омрачиться неожиданными капризами, тошнотой, вялостью или необузданной активностью. Все это - результат перенапряжения нервной системы ребенка. Предвидя такие последствия, родители должны продумать ряд мер для снятия напряжения.

Рекомендации для родителей

1. Спланируйте заранее этот день, выделив время для отдыха, как психического, так и физиологического.
2. Поддержите ребенка на самом старте обучения. Объясните правила поведения в школе.
3. Ни в коем случае, прощаясь, не говорите: "Смотри не балуйся!", "Веди себя хорошо!". Подбодрите ребенка, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.

Первая неделя в школе.

Первая неделя обычно проходит на эмоциональном подъеме и является организационной. У ребенка новый режим дня. К новому режиму привыкают и взрослые - как утром разбудить, чем накормить, когда отправить в школу, когда встретить, погулять, выполнить уроки (если они есть), как вовремя уложить спать.

Рекомендации для родителей.

- * 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".
- * Желательно, чтобы в семье только один человек являлся носителем и контролером режима дня, чтобы у ребенка не рассеивалось внимание на разные требования.
- * Не расстраивайтесь, если ребенок в первые дни не собирает вечером портфель, не готовит одежду. Ничего страшного в этом нет. Собирайте портфель совместно с ребенком, постепенно приучая его к самостоятельности.

* Терпимее относитесь к неорганизованности и ошибкам ребенка, ошибка - это не преступление.

Первые месяцы в школе.

К концу первого месяца у многих детей наблюдается эмоциональный спад, надоедает рано вставать, сидеть на уроках, могут появиться первые трудности в обучении. Главное - спокойно и уверенно преодолевать их вместе с ребенком. Взрослые должны проявить максимальную изобретательность, чтобы поддержать мотив к учению, найти практическую ценность полученных ребенком знаний и постепенно формировать у него познавательную активность.

Рекомендации для родителей

- Родителям необходимо поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения.
- В жизни ребенка появился человек более авторитетный, чем родители. Это учитель. Родителям необходимо уважать мнение первоклассника о педагоге.
- Никогда не говорите отрицательно об учителе в присутствии ребенка, так как учитель становится для ребенка эталоном, кумиром и таким он останется до 4-го класса. Решайте все недоразумения непосредственно с учителем.
- Режим родителей должен быть подчинен режиму школьника, родители должны своим примером (а не нотациями) показывать, как организовывать учебные дни.
- Формируйте познавательную активность: учитесь вместе с детьми, вместе посещайте музеи, театры, выставки, читайте книги ребенка, а затем обсуждайте их, подыскивайте новые книги для совместного чтения, размышляйте вместе над интересующими вас проблемами, ходите вместе в библиотеку.
- Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, что вы сами чувствуете после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми).
- Если ребенок хочет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займет много времени.
- После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимы два-три часа отдыха (в том числе и сон) для восстановления сил.

- Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15-10 минут занятий необходимы 10-15-минутные "переменки", лучше, если они будут подвижными.

- Во время приготовления уроков не сидите над душой, дайте ребенку возможность работать самому, но если уж нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка ("Не волнуйся, все получится!", "Давай разберемся вместе!", "Я тебе помогу!") и похвала (даже если не очень получается) необходимы.

- Найдите 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, радости и неудачи.

- Учтите, 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, помогает снять напряжение, накопившееся за день. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятности, не выяснять отношения.