

Советы родителям первоклашки (Как подготовить ребенка к школе)

1. РАССКАЗЫВАЙТЕ ПОЗИТИВНЫЕ ИСТОРИИ ИЗ СВОЕЙ ШКОЛЬНОЙ ЖИЗНИ

Важно сформировать у будущего школьника позитивное отношение к школе. Если ребенок хочет учиться и уверен, что в школе интересно, тогда неизбежный стресс, связанный с новыми правилами и распорядком дня, обилием незнакомых людей, будет успешно преодолен. Для этого чаще рассказывайте своему чаду забавные истории из своей школьной жизни.

2. НЕ ПУГАЙТЕ ШКОЛОЙ

Ни в коем случае не ведите при ребенке разговоры, что у него «закончилось детство», не жалейте его: мол, бедненький, начинаются трудовые будни.

Даже в шутку не пугайте школой. Не стоит при малыше также обсуждать предстоящие расходы, сокрушаясь о дороговизне формы или канцтоваров.

3. ПОКУПАЙТЕ ШКОЛЬНЫЕ ПРИНАДЛЕЖНОСТИ ВМЕСТЕ С РЕБЕНКОМ

Покупать портфель и все принадлежности для школы нужно с ребенком, тогда он оказывается вовлеченным в процесс подготовки к первому сентябрю. Пусть малыш сам выберет себе пенал, ручки, карандаши и линейки, тетради с красочным рисунком на обложке. Придя домой, не прячьте покупки в шкаф — дайте их ребенку, чтобы он привык к новым для него вещам. Пусть он собирает портфель, носит его по квартире, раскладывает на столе тетради и карандаши, тогда простые указания учителя: «Достаньте красную ручку или тетрадь в линейку» не вызовут у малыша трудностей: он четко будет знать, где у него что лежит. Хорошо также сходить с ребенком в выбранную школу, если вы еще этого не сделали. Погуляйте возле школы. Так малыш быстрее привыкнет к новому месту.

4. ИГРАЙТЕ В ШКОЛУ

Пусть все игрушки вашего чада пойдут в первый класс, а самая любимая станет учителем. В такой игре можно объяснить основные школьные правила: как сидеть за партой, как отвечать на уроке, как попроситься в туалет, что делать на перемене (15-минутные «уроки» должны чередоваться с пятиминутными «переменками»).

6. НАЧИНАЙТЕ ЖИТЬ ПО НОВОМУ РАСПОРЯДКУ ДНЯ

За месяц до школы нужно плавно подгонять режим дня к новому распорядку. Старайтесь, чтобы ребенок ложился спать не позже десяти вечера, вставал в 7—8 утра. Очень важно сформировать у малыша представление о том, что за чем нужно делать утром и вечером. Перед сном: собрать портфель, приготовить одежду (трусики, маечку, носочки), проверить, чистая ли форма. В преддверии первого сентября выполняйте этот ритуал, играя. Пусть ребенок собирает свои детские книжки в портфель, складывает одежду на стул.

7. ПОДРУЖИТЕ МАЛЫША С ЧАСАМИ

Необходимый для школы навык — ориентация во времени. Если ваш малыш еще не разбирается, который час, научите его этому. Многим деткам легче ориентироваться по электронным часам. Малыш должен знать, что значит четверть часа, полчаса, через час. Повесьте в детской большие часы (любые, главное, чтобы ребенок мог узнавать по ним время). Во время чтения, игры или еды можно поставить часы на стол и обратить внимание ребенка на то, во сколько началось действие и во сколько оно закончилось.

8. ТРЕНИРУЙТЕ ВНИМАТЕЛЬНОСТЬ И ПАМЯТЬ

9. БУДИТЕ РЕБЁНКА СПОКОЙНО. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.

10. Умение рассчитать время — ваша задача, и если вам это плохо удаётся, то вины ребёнка в этом нет.

11. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака. До школьного завтрака ему придётся много работать. Убедитесь, что ребёнок попил достаточно воды.

12. Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжёлого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребёнок чересчур возбуждён, жаждет поделиться с вами чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте «на потом», выслушайте, это не займёт много времени.

13. После школы не торопите садиться за уроки, необходимо 2–3 часа отдыха (а в первом классе хорошо бы часа полтора поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15.00 до 17.00. Занятия вечерами бесполезны, ребёнку уже сложно что-либо запомнить или усвоить. Завтра придётся всё начинать сначала.

14. Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15–20 минут занятий необходимы 10-15-минутные «переменки». Во время таких переменок важно, чтобы ребёнок встал и подвигался, размялся.

15. Во время приготовления уроков не сидите у ребёнка «над душой», дайте возможность ему поработать самому, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («у тебя всё получится», «вот молодец», «давай разберёмся вместе», «я тебе помогу»), похвала (даже если пока не очень получается) необходимы. Не акцентируйте внимание на оценках.

16. И, конечно, наше любимое королевское правило: найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребёнку, не отвлекаясь на домашние заботы, компьютер, телефон, телевизор и общение с другими членами семьи. Это время я называю «Время разума, души и тела». В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи. Делайте в это время с ребёнком именно то, что интересно ему.

17. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности в учёбе.

18. Выбирайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом.