

ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКА

Значение для ребенка доброжелательной и уважительной атмосферы в семье в период адаптации к школе велико. Если он будет чувствовать, что дома его любят, понимают и поддерживают, он справится со всеми трудностями. Что вам нужно делать?



Начало учебы – это стресс: в жизнь ребенка приходят незнакомые люди, новые взаимоотношения, правила и обязанности. Задача родителей – создать максимально благоприятные условия для его адаптации к этим сложным условиям. Им необходимо заниматься не только развитием способностей и навыков своего чада, но и обеспечивать ему в семье благоприятный и позитивный психологический климат. Во многом именно от поведения родителей зависит, как в дальнейшем будет учиться их ребенок, и то, какое отношение к школе у него сформируется.



Адаптация ребенка к школе будет происходить естественно и гармонично, когда в семье царит обстановка, наполненная искренними чувствами и взаимопониманием.

Мы дадим несколько советов, которые помогут вам поддерживать первоклассника в обычной «домашней» жизни после того, как он в первый раз войдет в школьный класс.

1. Следите за нагрузкой. Не будьте слишком требовательны, ведь даже взрослые имеют право на ошибку. Не набрасывайтесь на ребенка с упреками, если, отвечая на уроке, он растерялся и забыл выученное стихотворение. Вместо этого подумайте, не слишком ли загружен у него день и вообще рабочая неделя. Учеба должна гармонично совмещаться с отдыхом, поэтому устраивайте ребенку небольшие праздники и сюрпризы, например отправьтесь в выходные дни в цирк, музей, парк и т. д. Следите и за тем, чтобы он получал полноценное питание, а не сидел на бутербродах и снеках.

2. Больше наблюдайте. Посмотрите на своего ребенка глазами психолога: как он ведет себя в общественных местах, как реагирует на различные ситуации (не купили желаемую игрушку, проиграл битву в танки старшему брату, устал ходить по магазинам, проголодался и т. п.), как контролирует свои эмоции. В шесть-семь лет он должен адекватно выражать свои чувства, управлять желаниями, понимать, что значит «нельзя», иногда «через не хочу» делать то, что необходимо. Когда детское поведение вас настораживает и вы не знаете, что делать, посоветуйтесь со специалистом.

3. Будьте терпеливы. Если ребенок устал заниматься и бросает домашнее задание, так и не доделав, не настаивайте. Дайте ему передохнуть несколько минут (вспомните упражнение из своего детства «Мы писали, мы писали, наши пальчики устали»), а затем продолжите. Постепенно приучайте ребенка, чтобы он в течение 15–20 минут мог, не отвлекаясь, заниматься одним делом. Не принуждайте и не угрожайте (не получишь сладкого, не посмотришь мультик, не пойдешь гулять), а попробуйте найти способ заинтересовать. Кстати, прекрасным средством, тренирующим усидчивость и внимание, могут стать настольные игры, рассчитанные на развитие навыков чтения и счета, внимания, памяти, логики



(«Эрудит», «Уно», «Морской бой» и даже «Монополия»). Такие игры станут и отличным вариантом общего семейного досуга, который сближает домочадцев.

4. Посмотрите в зеркало. Получив первое замечание о плохом поведении в школе, проанализируйте «погоду в доме». Дети часто неосознанно перенимают и копируют поведение, манеры и речь своих родителей. Если домашние отдают распоряжения приказным тоном (сделай то, принеси это), грубы друг с другом, часто ссорятся, выясняют отношения, не жалея ругательных слов, то и ребенок может вести себя вызывающе, дерзить и задираться. Обратите внимание, знает ли ваше чадо «волшебные» слова: здравствуйте, до свидания, извините, спасибо, пожалуйста? Если нет, то, возможно, вы сами нечасто ими пользуетесь?

5. Уважайте его личное пространство. Дистанция, разделяющая вас, увеличилась еще больше: у вчерашнего «малыша» появилась новая жизнь, которую определяют школьное расписание, домашние задания, взаимоотношения с учителями и одноклассниками. Возьмите за правило никогда не отчитывать ребенка перед его сверстниками («Ты снова забыл сделать уроки (оставил грязную посуду на столе, закинул грязные носки под кровать)»). Учебные моменты, которые вас беспокоят, старайтесь обсуждать тет-а-тет с преподавателем. Умерьте свой пыл и не прибирайтесь без его ведома в шкафу, втихомолку не копайтесь в ранце. Причем, чем старше становится школьник, тем строже вы должны соблюдать эти правила. Чем без конца залезать в его мобильный телефон, лучше заранее позаботиться о разумном ограничении доступа в интернет.



6. Проявляйте интерес. Ежедневно спрашивайте, как прошел его день в классе, что нового он узнал, какое задали домашнее задание и т. д. Больше обращайте внимание на то, что он делает дома: чем занимался после школы, сколько времени играл на компьютере, а сколько – делал уроки. Делайте это ненавязчиво, чтобы он не подумал, что вы сиюминутно контролируете его или командуете им.

7. Учите выигрывать. Еще одно необходимое условие подготовки к школе и всестороннего развития ребенка – переживание успеха. Обязательно создайте ему такие условия деятельности, в которых он узнает, что это такое (спортивные соревнования на пару с папой, освоение какого-то нового навыка и т. п.). Только не нахваливайте по пустякам: похвала должна быть заслуженной.

8. Прививайте любовь к учебе. Часто от родителей можно слышать жалобы: ребенок с удовольствием ходит в школу, но учиться не хочет. Наличие мотивации к учебе, которая проявляется как любознательность и интерес к окружающему миру, играет большую роль в адаптации к школе.

* Стимулируйте познавательные способности ребенка: рассказывайте ему интересные факты о том, что вас окружает, вместе читайте и обсуждайте книги,



смотрите познавательные фильмы, знакомьте его с поэзией и произведениями искусства, водите в музеи и на выставки, рассчитанные на детский возраст. При этом задавайте вопросы и учите его размышлять над прочитанным и увиденным, побуждайте к выражению собственного мнения.

* Помогайте ему расширять лексикон: используйте новые слова, приучайте воспринимать длинные предложения со сложным смыслом. Делать это лучше в игровой форме. Не забывайте о том, что ребенок всегда берет с родителей пример, и если вы, например, с удовольствием изучаете иностранный язык, осваиваете какой-то музыкальный инструмент или просто любите читать, то у него будет меньше проблем с мотивацией к учебе.

* Развивайте умение доводить дело до конца. Первоклассник должен быть готов к неизбежным трудностям в учебе, а для этого у него должно сложиться правильное отношение к своим возможным неудачам. Занимайтесь с ребенком совместными домашними делами, поручайте ему такие, выполнение которых потребует от него определенных умственных и физических усилий: пусть попробует аккуратно сложить свои футболки, предварительно выглаженные вами, или собрать и вынести рассыпавшийся мусор. Приводите примеры и объясняйте, как это важно – уметь преодолевать трудности.

* Поощряйте ребенка в желании самому осваивать различные навыки. Старайтесь не давать готовых ответов на вопросы, на которые он уже может найти ответ самостоятельно. Почаще спрашивайте: «А ты как думаешь?» Активно включайте его в процесс подготовки места для уроков и школьных принадлежностей: пусть сам выберет себе рюкзак, дневник, пенал, ручки и тетрадки. Тогда он почувствует не страх приближающихся перемен, а радостное волнение от подготовки к чему-то новому.

9. Не учите на ошибках. Мотивация первоклассника к учебе во многом определяется тем, на что направлено основное внимание родителей: на ошибки или на то, что получается хорошо. Если в прописи вы подчеркиваете красным буквы, которые не получились, увидит ли ребенок вместе с красными подчеркиваниями хорошо написанные буквы? Скорее всего, нет. Подсознательно он запомнит то, что выделено. Если зеленым (или любым другим цветом) вы подчеркнете то, что написано верно, тогда и восприятие, и эмоции ребенка будут

иными. Он попытается повторить то, что получилось. Здесь работает совсем иная внутренняя мотивация – не старание избежать ошибки, а стремление сделать хорошо.

10. Поддерживайте и ободряйте. Помогайте своему чаду в формировании собственной активной жизненной позиции, которая просто необходима, чтобы занять свое «место под солнцем» в школьном пространстве. Для этого развивайте в нем чувство собственного достоинства, адекватную самооценку, умение дружить и уважать. Здесь вам помогут и доверительные беседы, и объяснения «почему так, а не иначе», и развитие позитивного взгляда на себя и окружающий мир. Чем больше ребенок чувствует принятия и любви от своей семьи, тем крепче будет его внутренняя опора и тем он более уверенно будет чувствовать себя в школьном коллективе!



11. Создайте рабочую атмосферу. Даже если ремонт в детской вы не планировали, найдите немного времени, чтобы превратить комнату выпускника детского сада в жилище ученика.



Смена привычного интерьера оказывает сильное действие на детскую психику: такие «подготовительные» мероприятия помогут будущему первокласснику свыкнуться с необходимостью скорых перемен, а совместные походы по магазинам убедят в том, что вы цените его мнение и считаетесь с ним.

* Разделите пространство: сделайте в комнате три зоны – рабочую, игровую и зону отдыха. Сделать перепланировку поможет легкая ширма. Торжественно отселите всех кукол, мишек и трансформеров в отдельную коробку или корзину: они не должны болтаться на рабочем столе и мешать школьным делам.

* Устройте генеральную уборку в шкафах. Подумайте о том, где будут лежать учебники, где – чистая бумага, а где – канцелярия. При необходимости укрепите на стене пару навесных карманов или полочек. Ваша задача – обеспечить ребенку удобный доступ ко всем материалам для занятий (книгам, тетрадям, карандашам и фломастерам, краскам, пластилину и т.п.).

* Оформление интерьера – дело индивидуальное. Пришпилить к кровати карту мира или водрузить на стол глобус – решайте сами. Но есть несколько советов, которые будут актуальными для всех родителей первоклашек. Не покупайте крутящийся офисный стул, которых в магазинах сейчас великое множество, в том числе привлекательных «детских» расцветок: он обеспечит ребенку не комфорт и удобство, а проблемы с осанкой. Берите **обычный стул с жесткой спинкой**, только проверьте его высоту относительно стола. Если ноги не достают до пола, поставьте специальную подставку. При выборе **настольной лампы** учитывайте, что свет должен быть средней яркости и падать с левой стороны (с правой – для левшей). Помните, что пластмассовые плафоны потенциально пожароопасны, а металлические – сильно нагреваются, поэтому располагайте лампу повыше, чтобы ребенок, случайно схватившись за нее, не обжегся. Над столом повесьте расписание уроков (так вы всегда будете в курсе событий предстоящего дня) и часы (они помогут вам отслеживать время выполнения того или иного задания).