

# **Советы педагога-психолога**

## **Памятка родителям первоклассников**

1. Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
4. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
5. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
6. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка ("Молодец!", "Ты так хорошо справился!") способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
8. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
9. Учение - это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

# ***Ваш ребенок - первоклассник!***

*"Какими дети рождаются, это ни от кого не зависит, но чтобы они путем правильного воспитания сделались хорошими - это в нашей власти"*

**Плутарх.**

**У вас Событие - ваш ребенок впервые переступил порог школы. Как он будет успевать в школе, понравится ли ему быть учеником, как сложатся взаимоотношения с учителем, одноклассниками? Эти тревоги одолевают всех родителей, даже если в школу идет уже второй, третий или пятый ребенок.**

**Это естественно, поскольку каждый маленький человек - неповторим, у него свой внутренний мир, свои интересы, свои способности и возможности. И главная задача родителей совместно с педагогами - так организовать обучение, чтобы ребенок с удовольствием посещал школу, познавал окружающий мир и, конечно, хорошо учился.**

## ***Воспитание в младшем школьном возрасте***

С первого школьного дня главным занятием в жизни ребенка на долгие годы становится учеба. Требования на данный момент к младшим школьникам довольно велики, и с каждым днем планку поднимают все выше и выше.

Наряду с повысившимися требованиями к выдержке и дисциплине ребенка важно также развитие уже имеющихся знаний, прилежания и желания учиться. Правила, существующие в современных школах, таковы, что их может выполнить любой нормальный ребенок. Для развития личности ребенка очень важно, чтобы он продолжал выполнять какие-то поручения по дому. Аргументы родителей, освобождающих его от выполнения домашних дел, потому что малыш перегружен в школе, несостоятельны.

При всей необходимости привыкания детей к новой жизненной ситуации нельзя освобождать их от обязанностей по дому. Отказ от поручения ребенку выполнения этих обязанностей может не только усилить уже существующие у него проблемы привыкания к школе, но и создать новые! Если, например, ребенок дома не привык соблюдать порядок и дисциплину, то ему будет гораздо труднее привыкать к этому в школе.

Большое значение для сохранения той радости, которая бывает у детей, когда они только начинают свою учебу, имеет атмосфера, царящая в семье. Хорошие отношения между всеми членами семьи положительно влияют на сохранение желания учиться у детей. Наряду со всеми другими стимулами для них очень важна радость матери, отца или похвала учительницы по поводу того, что он правильно выполнил то или иное задание. По чаще говорите своему ребенку, что вы его любите, это дает ему силы и желание стремиться и добиваться хороших результатов в учебе.



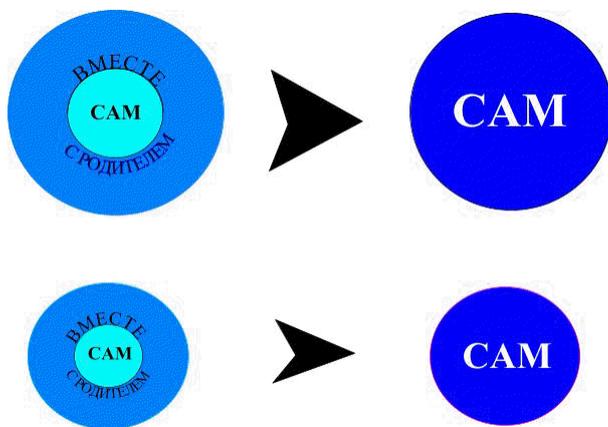
## *Имейте веру в вашего ребенка*

Иметь веру в детей не означает, что вы должны верить, что они всегда будут поступать правильно. Это означает принимать детей такими, какие они есть. Это значит, что они будут действовать соответственно своему возрасту в большинстве случаев - то есть что не всегда они будут готовить еду и стричь лужайку, как обещали. Вместо того чтобы расстраиваться по этому поводу и действовать неуважительно по отношению к ним, мы можем предвидеть это и использовать для мотиваций более приемлемые методы.

Вера в детей не означает, что они готовы к самостоятельности. Им все еще необходимы ваша любовь, поддержка и помощь в обучении жизненным навыкам. Если мы верим, нам не нужно контролировать и наказывать их. Это дает нам терпение воспитывать их, применяя методы доверия, такие, как совместное решение проблемы, доведение дела до конца, семейные советы. Задавая им вопросы "что, как и почему?", мы помогаем детям учиться на своих ошибках. Наличие веры включает в себя прогнозирование предстоящей перспективы и знание того, что дети очень сильно меняются, что они не собираются остаться такими навсегда.

Вспомните все ошибки, которые вы совершили, будучи ребенком, включая те, о которых вы не хотели, чтобы узнали ваши родители. Разве вы не изменились к лучшему? Разве вы сейчас не ответственный и серьезный человек? Вера в детей означает, что с вашей любовью, поддержкой и жизненным опытом, который вы им передаете, они тоже вырастут ответственными людьми.

## *Особое время вместе*



Детям необходимо время, чтобы побыть с каждым из родителей отдельно. Когда они еще малы, очень важно проводить немного времени один на один с вашими детьми. Когда они

становятся старше, особое время может стать одним из пунктов распорядка дня. Если другие дети будут мешать, объясните и попросите выйти. Также спонтанно играйте с детьми. Возитесь на полу, ходите в парк, готовьте вместе пищу или играйте в игры - все что захотите. Важно, чтобы время проходило весело. Пусть у них останутся воспоминания о приятно проведенном времени вместо одних серьезных мероприятий. Семейное веселье не занимает много времени и не требует большой суммы денег. Все, что нужно, - это желание и игровое настроение. Многие проблемы исчезают, когда дети проводят с вами много особого времени.

## Советы родителям первоклассников

*Сегодня мне хочется обратиться к самым, пожалуй, счастливым родителям – родителям первоклассников – с такими словами: "Дорога наша жизнь, но дорожке детей нет ничего". Так давайте остановимся на некоторых важных аспектах воспитания в адаптационный период.*



- Поступление в школу для ребенка – это стресс. Очень много нового и непривычного видит он в школе. Особенность сегодняшних детей, пришедших в первый класс, – быстрая утомляемость. На первом уроке они откровенно зевают, на третьем – лежат на партах. Чем мы, взрослые, можем помочь ребенку? Прежде всего стоит помнить о старых и надежных способах поддержания здоровья первоклассника. Это соблюдение режима дня: сон не менее 10 часов в сутки, обязательно полноценное питание, физические упражнения. Оправданным будет ограничение просмотра телепередач до 30 минут в день. Хорошо восстанавливают эмоциональное благополучие ребенка длительные (до двух часов) прогулки на воздухе – не прогулка по магазинам, а прогулка в парке. С раннего утра настраивайте ребенка на доброе отношение ко всему. Скажите: "Доброе утро", – и собирайтесь в школу без суеты.
- а) Придя с ребенком в школу, постарайтесь обойтись без нравоучений, так как они ничего, кроме утренней усталости, не дают. А вот объяснить безопасный путь в школу ребенку необходимо. Безопасный, но не короткий.  
б) Встречая ребенка в школе после уроков, порадитесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно, без вас, целых три часа. Терпеливо выслушайте его, похвалите, поддержите и ни в коем случае не ругайте – ведь пока еще не за что. Что же делать, если появились первые трудности? Будьте щедры на похвалу, для первоклассника сейчас это очень важно. Замечание должно быть конкретным, а не касаться личности ребенка. Он не неряха, просто сейчас у него в тетради маленький беспорядок. Не делайте ребенку несколько замечаний сразу.  
в) Ни в коем случае не сравнивайте ребенка с другими детьми. Это ведет либо к озлоблению, либо к формированию неуверенности в себе.
- Я не встречала родителей, которые бы обижались на своих детей за испачканные пеленки, а вот за испачканные тетрадки – сколько угодно. Хотя и в том и в другом случае период марания неизбежен. Ребенку не нужна позиция прокурора, которую так часто занимают родители: "Будешь переписывать пять раз, пока не получится хорошо!" Это недопустимо. Пожалуйста, помните об этом.
- Сегодня одна из главных задач школы – оздоровление ребенка, и потому в целях облегчения процесса адаптации первоклассника применяется ступенчатый режим учебных занятий с постепенным наращиванием учебной нагрузки: в сентябре – 3 урока по 35 минут каждый, со второго полугодия – 4 урока по 35 минут.
- Духовное и физическое здоровье первоклассника зависит от контактов со всеми, кто работает в школе. Невозможно не уважать учителя начальной школы, потому что он работает и живет жизнью своих ребят. Поддержите словом и делом своего учителя, помогите ему. Не спешите осуждать учителя, администрацию школы, не торопитесь категорично высказывать свое мнение о них – лучше посоветуйтесь: ведь все, что делается учителем, прежде всего делается на благо вашего ребенка.

## **Родителям первоклассников: как помочь ребенку учиться**

*"Помогать или помогать? Сидеть рядом или не сидеть?" - такие вопросы непременно задают учителю на родительских собраниях. В самом начале обучения, пока первоклассник привыкает к школьным требованиям, усваивает необходимые навыки поведения, овладевает учебными умениями, он особенно нуждается в пристальном внимании, поддержке, ободрении, присутствии и контроле близких людей.*

### **Чуть-чуть о самостоятельности**

Ни для кого не секрет - дети должны быть самостоятельными. Но, к сожалению, не все понимают, что такое самостоятельность. Конечно, это не бесцельное и бесконтрольное бегание по улицам, это не подготовка уроков, напрочь лишенная присмотра и заинтересованности взрослых.

А ведь в некоторых семьях обычным явлением бывает самоустранение родителей. "Проверяя" уроки, они молча берут протянутую ребенком тетрадь, молча просматривая написанное, словно не замечая старания или неаккуратности, ошибок и поправок, молча возвращают тетрадь обратно, не выразив ни ободрения, ни недовольства. А раз родители ничего не говорят, у ребенка создается впечатление благополучия, удовлетворенности взрослых его успехами.

Вдумчивое же и серьезное отношение родителей к школьным делам своего ребенка обязательно окупит себя. Взрослые быстро начинают распознавать, когда ребенок действительно может сам готовить уроки, когда он точно понимает задание и твердо знает, чего от него хотят.

Неизменной проверки требует на первых порах также и все, сделанное в группе продленного дня.

Если сравним, вы увидели, что сын или дочь в школе занимается лучше, чем дома, знайте - это сигнал опасности - усердия ребенка хватит только на младшие классы. Насколько бы самостоятельным он ни был, как только осознает, что его работа никого не интересует, а достижения оставляют домочадцев равнодушными, он станет равнодушным и сам - так спокойнее.

Безусловно, в самом начале обучения, пока первоклассник привыкает к школьным требованиям, он особенно нуждается в пристальном внимании, ободрении, присутствии и контроле близких людей.

### **Возможные варианты**

Обычно любящие родители стараются приурочить к началу учебного года отпуск. Мама берет его в сентябре, папа - в октябре, глядишь и четверть закончилась, а там можно подумать и о продленке.

Иной раз в доме к этому моменту появляется братик или сестренка. Считается, что так мама сможет больше времени уделять своему первокласснику. Тоже вариант. Но он таит в себе много неожиданностей, сложностей, неизбежных волнений и хлопот. Сумеет ли женщина справиться? Не почувствует ли первенец себя одиноким, отверженным и забытым.

Всякая семья поступает по-своему. Главное - принять верное решение и действовать разумно, чтобы не оставить ребенка без внимания, но и избежать мелочной опеки.

### **Утро вечера мудренее**

Каждое утро пестрые вереницы детей стекаются к дверям школы. Среди этого говорливого потока особенно выделяются пары: большой и маленький. Чаще всего взрослые провожают учеников начальных классов. Замечательный обычай, доставляющий огромное удовольствие детям. Не отказывайтесь от него даже в том случае, если не надо переходить улицу. Несколько минут рядом с отцом или матерью - и ребенок чувствует значительность события, которое произошло в его жизни: он стал школьником. Вскоре ребенок поймет, что эта дорога не прогулка, а начало трудового дня.

Стремитесь максимально использовать утреннее время для полезного взаимного общения. Пусть оно станет для ребенка желанным. Поднимите настроение малыша, если он "встал не с той ноги", ободрите, если чем-то недоволен. Многого можно успеть по пути: повторить уроки, прочесть выученное вчера наизусть стихотворение, определить главную цель дня.

Если подсчитать, сколько драгоценных минут родители ежедневно тратят на нотации, указания, то окажется, что это ощутимая, если не основная, часть их соприкосновения с ребенком. На

содержательные беседы, истинное общение времени не остается. А детская душа жадно требует именно этого.

## **Встреча встрече рознь**

Вспомните слова, которые произносятся чаще всего родители, когда их сын или дочь возвращается из школы. Конечно, вы угадали: "Какие сегодня оценки?" А вы попробуйте иначе. Встретив малыша в школьном вестибюле и направляясь к дому, спросите его: "Что сегодня на уроках было интересного? Что тебе понравилось, а что огорчило?" Какой необъятный внутренний мир, неизведанный пласт жизни собственного ребенка вы обнаружите. Как трепетно и доверчиво раскроется перед вами его сердце. Это дорогого стоит.

Дети любят похвалу, всегда стараются доставить радость родителям, но они должны быть уверены: их дела волнуют взрослых, заставляют близких беспокоиться и переживать. Вот и найдите повод похвалить ребенка. Пусть он почувствует удовлетворение от учебы, восторг от ощущения успеха. Таким образом, конкретная помощь первокласснику складывается из нескольких вещей:

- Непосредственного присутствия рядом с ними родителей;
- Заинтересованности взрослых в учебном труде ребенка;
- Постоянного контроля за его деятельностью.

## **От контроля к ответственности и самостоятельности**

В первые школьные дни лучше всего сесть за уроки вместе с ребенком, рядом, так, чтобы при необходимости, быстро остановить его руку: "Подожди, давай вместе подумаем!"

Но проходит время, и взрослый отодвигается подальше. Он все еще следит за каждым действием малыша, стараясь направлять и поправлять его, но уже не протягивает руку, а останавливает словом: "Подожди, подумай".

Через пару недель, если все идет благополучно, взрослый отодвигается еще дальше, в другой конец комнаты, и "занимается своим делом" (читает книжку, вяжет, шьет), однако неуклонно продолжает наблюдать за поступками ребенка, давая точные задания и, проверяя результаты его работы через определенные промежутки времени. Для этого бывает достаточно произнести фразу: "Мне нужно прочитать статью, а ты пока напиши строчку и позови меня, я посмотрю". Или: "Реши четыре примера и дай проверить". Контроль чуточку отстранен, но ребенок настроен на добросовестную работу и знает, что должен ответить за ее качество. И если задание будет выполнено прилежно и аккуратно, это лучшее свидетельство появившихся у него новых качеств: старательности и ответственности.

Следующий шаг - еще дальше отодвинуть контроль взрослого, а самоконтроль, наоборот, увеличить. Вы можете предложить ребенку написать половину упражнения или вычислить все примеры и внезапно выйти из комнаты, предоставить его самому себе. Ваше неожиданное отсутствие усилит степень ответственности школьника. Возможно, результаты подчас даже ухудшатся, не смущайтесь и не огорчайтесь. Если подобное и случится, беда невелика, просто придется на время вернуться к предыдущему этапу. Постепенно ребенок обязательно привыкнет к самостоятельной работе, и ваше присутствие вообще перестанет быть необходимым.

Однако следует иметь в виду, что слишком часто желания детей расходятся с их реальными возможностями и умениями. Поэтому поначалу родителям понадобится ежедневно все проверять, следить за записями в дневнике, мгновенно откликаясь на замечания, если конечно, таковые будут. И, безусловно, неуклонно стремиться к тому, чтобы подготовка к школе стала обязательной составной частью режима дня.

Помимо этого, желательна помощь родителей при организации рабочего места, планировании действий, продумывании их порядка и содержания.

## **Действенная помощь**

Ну вот, наконец, дети усвоили основные навыки поведения в школе, привыкли к новому образу жизни, приобрели первые знания и умения. Деятельность ребенка постоянно усложняется, а вместе с тем приходит необходимость предпринять очередной шаг в формировании мотивов учения. Теперь уже нельзя ограничиться контролем и поощрением, требуется действенная помощь родителей.

Помощь эта надобна первокласснику прежде всего для того, чтобы научиться работать именно так, как рекомендует учитель или учебник.

Посудите сами. Например, в учебнике ребенок прочитал такое весьма распространенное указание: "Списать текст, вставить пропущенные слова и подчеркнуть мягкие согласные". На первый взгляд, обозначены три действия: списать, вставить, подчеркнуть. Если же присмотреться внимательнее, то

увидишь, что за тремя названными действиями стоят и неназванные.

В действительности школьнику понадобится проделать следующее:

- 1 - прочитать весь текст;
- 2 - правильно устно разместить пропущенные слова;
- 3 - переписать упражнение, вставляя эти слова в текст;
- 4 - вспомнить, какие согласные называются мягкими;
- 5 - найти их в каждом слове;
- 6 - подчеркнуть.

Фактически ребенку предстоит распределить свое внимание между шестью разными действиями и правильно наметить их последовательность. Если эта очередность не ясна ему с самого начала, появляются ошибки, придется возвращаться назад, а то и переделывать задание. Время, затраченное на выполнение работы, существенно увеличится, в тетради появятся помарки, накопится усталость, настроение испортится.

### ***Как помочь первокласснику?***

Если вы замечаете, что ему трудно удержать в поле внимания все компоненты задания, действия ребенка нужно разбить на этапы.

Сначала спросите: "Подумай, с чего начнешь?" И пусть ребенок выполняет основную часть инструкции: переписывает текст, вставляя пропущенные слова.

Затем перейдите ко второму этапу, подсказав, что и здесь есть несколько шагов: надо вспомнить, какие согласные называются мягкими, найти слова, в которых они имеются, и подчеркнуть их.

Дайте ребенку возможность самостоятельно определить нужную последовательность действий и попытайтесь обосновать ее целесообразность. Позвольте ему самому решить, как удобнее: сначала найти слова с мягкими согласными, а затем подчеркнуть их или же находить и сразу подчеркивать.

На первых порах следите, чтобы ученик в процессе работы обязательно сопоставлял выполненные пункты с требованиями задания, а, закончив упражнение, еще раз проверил себя. Впоследствии такая очередность в действиях станет для него привычным делом.

Очень скоро вы с удовольствием убедитесь в благотворности подобной работы. Она не только скажется на самостоятельности и правильности подготовки уроков, поможет ребенку избежать обидных промахов, но и продвинет его в умственном развитии. Прибавьте к этому удовлетворение и гордость первоклассника, который сам спланировал необходимые действия, и сам проконтролировал их.

Как видите, без помощи взрослых первокласснику не обойтись.

Терпение, такт, выдержка и мудрость родителей помогут начинающему школьнику поверить в свои возможности, почувствовать радость первых завоеванных трудом успехов.