

ТЫ – ПЕРВОКЛАССНИК!

КАК ПРОХОДЯТ ПЕРВЫЕ ДНИ В ШКОЛЕ?

Первые дни в школе – радостный период в жизни маленького первоклассника и его родителей. Но вместе с тем он приносит и волнения, и сложности. Ведь начинать любое новое дело всегда трудно!

Адаптация

Маленький школьник пройдет период адаптации. И длительность этого периода зависит от личных качеств ребенка и поведения родителей. Вы должны четко понимать, что первое время ребенок будет вести себя не так, как обычно. Он может стать рассеянным, забывчивым, несобранным, плаксивым. Со стороны может показаться, что ваш ребенок ленится или капризничает. Но на самом деле маленький первоклассник находится в состоянии крайнего нервного напряжения. И очень важно, чтобы родители это понимали и запаслись терпением. И не страшно, если первое время у ребенка что-то будет получаться плохо. Он ведь не волшебник, он только учится...

Хвалить малыша за любые, даже самые незначительные успехи (и даже вовсе без них), всячески поощряйте, подбадривайте, поддерживайте интерес к учебе!

Контакт с учителем

Интересуйтесь школьной жизнью ребенка. Постарайтесь с первых дней наладить контакт с учителем – сейчас он ваш первый друг и помощник. Интересуйтесь, как учится ребенок, как ведет себя, нет ли проблем в общении со сверстниками... Обязательно прислушивайтесь к учительским советам, рекомендациям и просьбам. Как правило, учитель проводит с вашим ребенком гораздо больше времени, чем вы сами. И ему порой заметно то, что может укрыться от родительских глаз, пусть даже очень внимательных и любящих. Кроме того, имея специальное образование, учитель зачастую видит выход из тех или иных ситуаций гораздо лучше нас. И совет будущего профессионала будет нелишним.

Перемена

Вот звенит звонок с урока, начинается перемена. Хорошо, если у учителя есть возможность организовать на переменках подвижные игры. Но такое бывает не всегда. А потом маленькие школьники, как правило, предоставлены сами себе. Они либо беспорядочно носятся по коридору, либо достают мобильные телефоны и всю перемену проводят за игрой. Научите своего ребенка нескольким подвижным играм времен вашего детства. Он, в свою очередь, научит им одноклассников. Это даст

возможность ребятам не только подвигаться на перемене, расслабиться, снять нервное напряжение, но и убережет от бессмысленной беготни и травм.

После уроков

По нынешним временам у маленького школьника остается не так уж и много свободного времени. И очень важно, чтобы часть этого времени была занята прогулками на свежем воздухе и спортивными занятиями. Регулярные тренировки в спортивной секции помогут ребенку выплеснуть накопившуюся энергию, снять напряжение, будут воспитывать упорство и ответственность. Лучше всего подойдут подвижные виды спорта: плавание, легкая атлетика, всевозможные виды единоборств, футбол. Для девочек хороши танцы, гимнастика.

Чтобы маленький школьник не просиживал в свободное время перед телевизором или за компьютером, важно занять его чем-то интересным и полезным.

Занятий для детей очень много: лепка из пластилина, глины или пластики, рисование и раскрашивание, игры с мозаикой, конструктором, оригами. Купите дочке наборы с бумажных кукол с одежками, а сыну – машинки – самоделки из бумаги. Только не те, которые «без ножниц и клея», а именно с необходимостью вырезать по контуру. Не забывайте о всевозможных настольных играх, конструкторах, головоломках, пазлах. А параллельно с «ручной работой» можно поставить ребенку интересную аудиокнигу на диске: пусть работает руками и слушает – это полезно!

Распорядок дня

Все школьники нуждаются в составлении распорядка дня, а первоклассникам он необходим на порядок больше. Ведь в жизни ребенка произошли серьезные изменения, к которым не просто привыкнуть. Расписание поможет маленькому школьнику не тратить слишком много времени на уроки и вовремя ложиться спать. Достаточный ночной сон особенно важен для первоклассника. Ведь его организму нужно научиться справляться с новыми нагрузками...

Придя из школы, ребенок должен пообедать и обязательно отдохнуть. Если удастся уложить его поспать – прекрасно! Как правило, в 1 классе домашних заданий не задают. Но часто бывает так, что нужно что-то повторить, прочитать, закончить начатую в классе работу... не стоит усаживать маленького школьника за уроки сразу после школы. По мнению психологов, лучшее время для выполнения домашних заданий – с 16 до 18 часов.

Важно, чтобы домашняя атмосфера была расслабляющей и успокаивающей. Пусть в жизни ребенка, как и раньше, присутствуют мамины объятия, чтение на ночь, совместные игры и прогулки. Ведь ваш первоклассник – это все еще маленький ребенок.

Пусть главным вашим советчиком будет любовь к ребенку, терпение и понимание. И тогда все первые школьные трудности будут «по зубам» всей замечательной семье!

Источник: Кудрявцев В. Воображение ребенка: природа и развитие: - Психологический журнал.-2001.