

Рекомендации родителям в период адаптации детей к обучению в школе.

Первый год обучения в школе для ребенка – это время серьезных перемен. В этот период родителям нужно всеми силами поддерживать первоклассника. При условии соблюдения следующих рекомендаций, взрослые члены семьи смогут значительно облегчить ребенку процесс психологической адаптации к школе.

1. Постарайтесь не менять место жительства в первые полгода привыкания ребенка к школе. В идеальном варианте, в этот период не должен меняться состав семьи.
2. Не стоит одновременно с началом школьного обучения начинать занятия в учреждения дополнительного образования.
3. Помните, что в период адаптации, как и всего последующего обучения, у ребенка должен быть налаженный режим.
4. Пробуждение школьника должно быть спокойным, не подгоняйте его. Помните, что умение распланировать время – это пока еще ваша задача. С вечера помогите ему собрать портфель, а с утра поднимите его на 20 минут пораньше, чтобы у всех был небольшой запас.
5. Расставайтесь на позитивной ноте. По дороге в школу, вспомните его успехи и пожелайте удачи.
6. В первое полугодие постарайтесь в первый год обучения избежать группы продленного дня. Гораздо лучше, если школьник будет вторую половину дня проводить дома, а не в школе.
7. После возвращения из школы, дайте ребенку расслабиться, а потом уже задавайте вопросы о том, как прошёл день. Однако, если он возбужден и жаждет сам рассказать вам последние новости – отложите дела и послушайте.
8. К выполнению домашнего задания ребенку целесообразнее приступать через 2-3 часа после завершения занятий в школе. За это время

начинающий школьник успеет отдохнуть и приступит к работе с новыми силами. В процессе работы над домашним заданием, помните, что на данном этапе первоочередное значение имеет формирование навыков обучения, а не полученная оценка. Ваше дело – помочь, а не выполнение работы.

9. Принимайте во внимание, что новоиспеченному школьнику сложно выполнить всё домашнее задание не отвлекаясь. После 15 – 20 минут активной работы следует сделать десятиминутный перерыв.

10. В случае если к Вам поступила жалоба от учителя, постарайтесь выслушать обе стороны отдельно друг от друга, только потом принимайте решение.

11. Учитывайте тот факт, что в течение года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4 – 6 недель для первоклассников, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребёнка. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое состояние.

12. Расскажите ребенку о своих школьных годах, проявляйте искреннюю заинтересованность в его успехах, трудностях и переживаниях.

13. В случае возникновения трудностей не пренебрегайте помощью классного руководителя и школьного психолога.

14. Новая социальная роль школьника накладывает большую ответственность на ребенка и существенно меняет его жизнь. Однако это не должно лишать его свободного времени, беззаботного общения со сверстниками и игры.