



ДЕСЯТЬ ЗАПОВІДЕЙ ДЛЯ МАМИ І ТАТКА ПЕРШОКЛАСНИКА

Починайте «забувати» про те, що ваша дитина маленька. Давайте їй посильну роботу дома, визначте коло її обов'язків. Зробіть це м'яко: «Який ти в нас уже великий, ми навіть можемо

довірити тобі помити посуд».

- Визначте загальні інтереси. Це можуть бути пізнавальні інтереси (улюблені мультфільми, казки, ігри), так і життєві (обговорення сімейних проблем).

- Залучайте дитину до економічних проблем родини. Поступово привчайте порівнювати ціни, орієнтуватися в сімейному бюджеті (наприклад, дайте гроші на хліб і на морозиво, коментуючи суму на той й на інший продукт).

- Не лайте, а тим більше – не ображайте дитини в присутності сторонніх. Поважайте почуття й думки дитини. На скарги з боку навколишніх, навіть учителя або вихователя, відповідайте: «Спасибі, ми обов'язково поговоримо на цю тему».

- Навчіть дитину ділитися своїми проблемами. Обговорюйте з нею конфліктні ситуації, що виникли з однолітками і дорослими.

- Постійно говоріть з дитиною. Розвиток мовлення – запорука гарного навчання. Слухайте уважно, ставте запитання, щоб дитина почувала, що вам це цікаво.

- Відповідайте на кожне запитання дитини. Тільки в цьому випадку її пізнавальний інтерес ніколи не згасне.

- Постарайтеся хоч іноді дивитися на світ очима вашої дитини. Бачачи світ очима іншого – основа для взаєморозуміння.

- Частіше хваліть вашу дитину. На скарги про те, що щось не виходить, відповідайте: «Обов'язково вийде, тільки потрібно ще раз спробувати». Формуйте високий рівень домагань. І самі вірте, що ваша дитина може все, потрібно тільки допомогти. Хваліть словом, усмішкою, ласкою й ніжністю.

- Не будуйте ваші взаємини з дитиною на заборонах. Погодьтеся, що вони не завжди розумні. Завжди пояснюйте причини ваших вимог, якщо можливо, запропонуйте альтернативу. Повага до дитини зараз – фундамент шанобливого ставлення до вас тепер і в майбутньому.

Пам'ятка для батьків майбутнього першокласника

У 6 – 7 років формуються мозкові механізми, що дозволяють дитині бути успішною у навчанні. Медики вважають, що у цей час дитині дуже важко. І тисячу разів були праві наші прабабусі, які відправляли своїх нащадків у гімназії тільки у 9 років, коли нервова система вже сформувалася.

Однак серйозних зривів і хвороб можна уникнути і сьогодні, якщо дотримуватися найпростіших правил.

Правило 1

Ніколи не відправляйте дитину одночасно в перший клас і якусь секцію або гурток. Сам початок шкільного життя вважається важким стресом для семирічних дітей. Якщо маля не зможе гуляти, відпочивати, робити уроки без поспіху, у неї можуть виникнути проблеми зі здоров'ям, невроз. Тому, якщо заняття музикою та спортом здаються необхідною частиною виховання, почніть водити дитину у ці гуртки за рік до початку навчання або із другого класу.

Правило 2

Пам'ятайте, що дитина може концентрувати увагу не більш як на 10 – 15 хв. Тому, коли ви з нею будете робити уроки, кожні 10–15 хвилин необхідно перериватися й обов'язково давати маляті фізичну розрядку. Можете просто попросити пострибати на місці 10 разів, побігати або потанцювати під музику кілька хвилин. Почати виконання домашніх завдань краще з письма. Можна чергувати письмові завдання з усними. Загальна тривалість занять не має перевищувати однієї години.

Правило 3

Комп'ютер, телевізор і будь-які заняття, що вимагають значного зорового навантаження, мають тривати не більше години на день – так вважають лікарі-офтальмологи й невропатологи в усіх країнах світу.

Правило 4

Протягом першого року навчання ваше маля потребує підтримки. Дитина не тільки формує стосунки з однокласниками й учителями, але й уперше розуміє, що з нею самою хтось хоче дружити, а хтось – ні. Саме у цей час у маляти складається свій власний погляд на себе. І якщо ви хочете, щоб із нього виросла спокійна і впевнена у собі людина, – обов'язково хваліть! Підтримуйте, не лайте за й неакуратність у зошиті. Усе це – дрібниці порівняно з тим, що від нескінченних докорів і покарань ваша дитина не буде вірити у себе.



Способи допомогти першокласникам у процесі адаптації до школи:

- дбати про здоров'я дитини;
- допомагати в повторенні завдань, що вивчались на уроках;
- підтримувати в дитини впевненість у своїх силах, високу самооцінку;
- не сварити дитину за неналежний рівень виконання завдань;
- правильно організувати робоче місце дитини;
- привчати її до охайності й порядку на робочому місці та в портфелі;
- забезпечувати дотримання режиму дня;
- планувати разом із дитиною раціональний режим дня так, щоб у ньому знайшлося місце тривалим прогулянкам, спортивним і рухливим іграм, повторенню шкільного матеріалу, щирим розмовам про проблеми і труднощі;
- привчати дитину до самостійності;
- заохочувати найменші успіхи дитини в навчанні й поведінці, використовуючи для цього слова схвалення;
- формувати позитивне емоційне ставлення до школи, у яку ходить дитина, підтримувати високий статус школи і вчителя в сімейному спілкуванні;
- запобігати перевантаженню (фізичному й інтелектуальному), що негативно впливає на стан психічного здоров'я;
- учити дитину раціонально використовувати позашкільний час, наприклад, привчати вчасно обідати й відпочивати після уроків;
- учити дитину повторювати вивчений на уроці матеріал у той день, коли він був вивчений (у такому разі краще спрацює пам'ять і розуміння матеріалу виявляється глибшим);
- виявляти, підтримувати й розвивати здібності дитини до тих видів діяльності, якими вона захоплюється, і в яких має певні успіхи, допомагати дитині відкрити в собі сильні сторони (навички, якості), які цінуються, приймаються, дають відчуття внутрішньої рівноваги, поваги й довіри до себе.