Родителям будущих первоклассников

Поздравляю! В жизни Вашего ребенка, в Вашей жизни наступил период под названием «Подготовка к школе» Какие ассоциации возникают в ответ на фразу «Подготовка к школе»? Вероятно, «Приобрести все необходимое». Желательно все необходимое приобретать не в последний момент и не как бы между прочим. Пусть несколько запланированных визитов в магазин станут для ребенка оптимально значимыми и радостными событиями. (Оборудуя комнату / уголок школьника, оптимально учитывайте желания ребенка) Еще одна ассоциация в ответ на фразу «Подготовка к школе» – «Научить читать, писать, считать». Если процесс и результат «учебы» приносит ребенку удовольствие и удовлетворение, пусть «учиться»! Ассоциация психолога в ответ на фразу «Подготовка к школе» - «Предупредить возникновение трудностей адаптации к школьному обучению» О каких трудностях идет речь? Обо всем по порядку.

Ребенку нелегко составить адекватное представление о школе. (Как можно составить адекватное представление о том, о чем знаешь только по рассказам других людей?) Разговаривая с ребенком о школе, откажитесь от двух крайностей: избегайте как запугивания ребенка школой, так и внушения ему мысли, что школа – это развлекательный центр.

Ребенку нелегко придерживаться режима, трудно рано утром вставать. (Подобную трудность испытывает не каждый ребенок, а только тот, у которого режим
жизнедеятельности отсутствует, либо режим ребенку не подходит) Целесообразно приблизить режим жизни ребенка к режиму жизни школьника, особенно в части подъема, отбоя, приема пищи, дневного сна.

Ребенку нелегко расстаться с мамой, с папой. При наличии чрезмерной привязанности ребенка ко взрослому разлука может стать стрессовым фактором, поэтому в течение лета стоит постепенно приучать ребенка к расставаниям.

Ребенку нелегко нести рюкзак. По медицинским рекомендациям масса груза, который несет ребенок, не должна превышать 10 % от массы тела ребенка. Разумеется, покупая рюкзак, необходимо учитывать физические параметры ребенка и отдавать предпочтение более легким вариантам. Разумеется, в рюкзаке ребенка должно находиться только необходимое. (Если ребенку противопоказано ношение груза за спиной или в руках, выходом может стать сумка-рюкзак на колесах)

Ребенку нелегко себя обслуживать. В течение дня школьнику необходимо снимать / надевать верхнюю одежду, переобуваться, доставать из рюкзака все необходимое к уроку и складывать вещи обратно в рюкзак, переодеваться для занятий физической культурой и т. д. Трудно приходится детям, которые не могут обходиться без родителей. Вывод очевиден.

Ребенку нелегко сидеть на одном месте и не шуметь (что вполне естественно в его возрасте) во время учебного занятия. Поможет тренинг: 30 минут, сидя на стуле за столом, заниматься чем-либо (настольные игры, рукоделие, рисование, лепка, конструирование и др.)

Ребенку нелегко выполнять распоряжения учителя. Поможет педагогика правил и последствий и отказ от критики всего, что связано со школой, при ребенке.

Ребенку нелегко вызвать у всех одноклассников позитивное отношение, проявляющееся в желании дружить, играть, разговаривать с ним.
Помогут навыки общения со сверстниками и конструктивное разрешение конфликтных ситуаций.

Подведем итог. Ребенок с адекватным представлением о школе, с режимом жизнедеятельности и легкими ранними подъемами, переживающий расставание с родителями с легкой грустью, справляющийся с тяжестью своего рюкзака, обладающий навыками самообслуживания, способный в течение урока заниматься учебной деятельностью, выполняющий распоряжения учителя, вызывающий позитивное отношение одноклассников обречен на успешную адаптацию.

Один день из жизни первоклассника.

Чтобы организм легче адаптировался к состоянию бодрствования после состояния сна, ребенку необходимы сон оптимальной продолжительности, подъем строго в одно и то же время, слова, внушающие ребенку безусловную родительскую любовь и веру в успех, первый завтрак. Пусть с вечера будет собран рюкзак и решен вопрос с выбором одежды. Хорошо, если в семье приняты зарядка и закаливающие водные процедуры.

По дороге в школу сопровождающему взрослому желательно ориентироваться на состояние ребенка, позволить ему помолчать либо поддержать интересующие его темы. От сопровождающего взрослого ребенку лучше слышать слова, внушающие безусловную родительскую любовь и веру в успех.

Классного руководителя необходимо своевременно информировать о причине отсутствия ребенка на занятиях.

Если ребенка ежедневно щедро снабжать мучными и кондитерскими изделиями (либо деньгами на их покупку), у него могут сформироваться привычки отказываться от еды в школьной столовой и справляться со стрессом с помощью перекусов во время каждого перерыва. Специалисты рекомендуют придерживаться режима питания, при котором между приемами пищи проходит 3 – 4 часа.

Прежде чем родители подарят ребенку очередной телефон (либо любой другой гаджет), целесообразно предварительно определить правила пользования. Неограниченный бесконтрольный доступ может привести к негативным последствиям.

Ребенку необходимо предоставлять возможность делиться впечатлениями от событий школьной жизни. Тему рассказов о проступках одноклассников следует переводить на тему рассказов ребенка о самом себе («Он сказал плохое слово, и некоторые дети засмеялись. А что в это время делал ты?») Ребенок должен знать, что только его личность находится в центре внимания его родителей (Если у ребенка излюбленными темами рассказов о школе становятся различные недостатки, возможно, у него формируется негативное восприятие действительности; возможно, он нуждается в дополнительном внимании; возможно, он оправдывает свою недостаточную успешность; возможно, настоящая ситуация действительно пресыщена недостатками)

Домашние задания возможно делать вместе с ребенком, но не вместо ребенка, придерживаясь следующего алгоритма: 1. Разобрать задание (часть задания) с ребенком устно. 2. Предоставить ребенку возможность выполнить задание абсолютно самостоятельно, оставив его наедине. 3. Осуществить проверку. 4. Если задание выполнено верно, похвалить за старание. Если задание выполнено неверно, помочь ребенку найти и исправить ошибку, не вызывая при этом у него и у себя негативных переживаний, ободрить ребенка. По мере развития ребенка объем задания, которое необходимо с ним предварительно разбирать, будет увеличиваться, пока в перспективе отпадет надобность в самом разборе, а возможно, и в контроле.

Обеспечивая ребенку дополнительную занятость, желательно избегать как абсолютного отсутствия в жизни ребенка каких-либо занятий, кроме учебы, так и перегруженности ребенка дополнительными занятиями. Первое может привести к проблемам подросткового возраста, второе может привести к переутомлению.

Чтобы организм легче адаптировался к состоянию сна после состояния бодрствования, необходимы отбой в одно и то же время, слова, внушающие ребенку безусловную родительскую любовь и веру в успех, отсутствие плотного позднего ужина, отсутствие напряженной физической, умственной деятельности перед самым сном.

Выделяют 4 проблемы взаимодействия.

1. **Ребенок жалуется на одноклассника**.

Более конструктивно:

*__внимательно__ выслушать ребенка

(возможно, ребенку нужно больше Вашего внимания, и он таким способом его привлекает; возможно, ребенок таким образом оправдывает несоответствие Ваших ожиданий и реальности; возможно, ребенку действительно необходима помощь в формировании отношений с одноклассником)

*не предлагать **готовых решений** («Не обращай внимания!», «Расскажи учителю!», «Дай сдачи!» и т. п.), а попытаться вместе с ребенком найти выход из сложившейся ситуации (то, что сегодня ребенок делает вместе со взрослым, завтра он сможет делать самостоятельно; если ребенку всегда предлагать готовые решения, он будет более зависимым)

*если жалобы на одноклассника продолжаются, педагогу целесообразно **организовать и контролировать совместную деятельность** конфликтующих детей так, чтобы они вместе переживали удовлетворение от процесса и результата.

*взаимодействуя с родителями «обидчика» Вашего ребенка, следует **сместить акцент переговоров** с поиска «виновных» и определения наказания на совместный поиск выхода из сложившейся ситуации.

Менее конструктивно:

*игнорировать жалобы ребенка

*предоставлять ребенку готовые советы

*игнорировать переговоры с родителями «обидчика»

*воздействовать на «обидчика» непосредственно и т. д.

2. **На ребенка жалуются родители его одноклассников**.

Более конструктивно:

*__исключить__ «заговор» родителей одноклассников

*__осознать__ наличие проблемы «нежелательное поведение ребенка», в основе которой могут быть борьба за внимание, месть за обиды, желание самоутвердиться, желание соответствовать привычному образу и др.

*формировать **желательное поведение ребенка** на основе доброжелательных с ним отношений с помощью введения в его жизнь определенных правил и последствий их соблюдения или нарушения.

Менее конструктивно:

*игнорировать жалобы

*переносить всю ответственность на одноклассников ребенка, их родителей

*переносить всю ответственность на педагога

3. **Ребенок жалуется на учителя**.

Более конструктивно:

*исключив желание ребенка привлечь Ваше внимание, исключив желание ребенка оправдать несоответствие Ваших ожиданий и реальности, **вместе с учителем разобраться в причинах** возникшего затруднения и **отыскать выход** из сложившейся ситуации.

Менее конструктивно:

*игнорировать жалобы

*переносить всю ответственность на ребенка

*переносить всю ответственность на педагога.

4. **Учитель жалуется на ребенка**.

Более конструктивно:

*__вместе с учителем разобраться в причинах__ возникшего затруднения и **отыскать выход** из сложившейся ситуации.

Менее конструктивно:
*игнорировать жалобы
*переносить всю ответственность на педагога
*переносить всю ответственность на ребенка.

Вывод: с целью предупреждения развития отдельных конфликтных ситуаций в конфликтные отношения более конструктивной поведенческой стратегией является участие в переговорах с целью поиска выхода из сложившейся ситуации, объединение усилий на пути преодоления возникшей трудности; менее конструктивной поведенческой стратегией является игнорирование проблемы, перенос ответственности, игнорирование переговоров, акцент на поиске «виновных» и определении наказания.