

## Кілька порад батькам першокласника

Початок навчання дітей у школі завжди піднімає багато питань. Яким воно буде для малюків? Як вони адаптуються у новому житті? З яким настроєм почнуть навчання? Питання, які непокоять усіх: і вас, і, звичайно, нас.

Сьогодні нам хотілося б поговорити не стільки про дітей, скільки про нас, дорослих, про наше ставлення до їхніх успіхів та невдач, подумати разом, чи розуміємо ми, що наша підтримка допоможе дитині вирішити шкільні проблеми.

На жаль, батьки часто болісно сприймають невдачі своїх дітей у навчанні, надмірно турбуються. Іноді їх охоплює відчай через погану оцінку, отриману дитиною, вони навіть не думають про те, що це тимчасове явище, що оцінка може бути суб'єктивною (вчитель теж помиляється), що дитина втомила або не дуже зрозуміла завдання, оскільки швидкий темп роботи зашкодив цьому.

Отже, виникає проблема: в класі труднощі, вдома — непорозуміння.

### **Як же краще налагодити взаєморозуміння учнів та батьків?**

Ось кілька порад. Спробуйте!

1. З початку навчального року привчіть дитину прокидатися раніше, щоб збирання до школи не перетворювалось у щоденні хвилювання. Вранці будіть дитину спокійно, з усмішкою та лагідним словом.
2. Не підганяйте, розраховувати час — це ваш обов'язок, якщо ви цю проблему не вирішили — провини дитини в цьому немає.
3. Обов'язково привчіть дитину зранку снідати. Це важливий момент у запобіганні хвороб шлунка.
4. Давайте дитині у школу бутерброд, фрукти. Вона в школі працює, витрачає багато сил і енергії.
5. Привчіть дитину збирати портфель напередодні ввечері. Перевірте, чи не забула вона чого-небудь важливого. Запитайте її, чи не передавав вчитель прохань або розпоряджень батькам. Через деякий час дитина привчиться сумлінніше ставитись до своїх обов'язків і стане більш зібраною.
6. Проводжаючи дитину до школи, побажайте їй успіхів, скажіть кілька лагідних слів, без застережень на кшталт: «Дивись, поведь себе гарно!», «Щоб не було поганих оцінок» та таке інше. У дитини попереду — важка праця.
7. Забудьте фразу «Що ти сьогодні отримав?!», а краще запитайте: «Про що нове ти сьогодні дізнався?». Зустрічайте дитину спокійно, не сипте на неї тисячу запитань, дайте їй можливість розслабитись (згадайте, як вам буває важко після напруженого дня). Коли дитина збуджена і хоче з вами чимось поділитись, не відмовляйте їй у цьому, вислухайте.

8. Після закінчення занять дайте дитині відпочити. Обід — зручний момент для цього. Школяр може розповісти про свій робочий день і у такий спосіб звільнитися від психологічного напруження.
  9. Якщо дитина замкнулась у собі, щось її турбує, не вимагайте пояснень, хай заспокоїться, тоді вона все сама розкаже.
  10. Зауваження вчителя вислуховуйте без присутності дитини. Вислухавши, не поспішайте влаштовувати сварку. Говоріть з дитиною спокійно.
  11. Після школи не змушуйте дитину одразу сідати за виконання завдань, необхідно 1,5 години відпочити. Найоптимальніший час для виконання завдань — з 15 до 17 години.
  12. Пам'ятайте, що телевізор — ворог №1 успішного навчання. Не потрібно вмикати його раніше, ніж усі завдання будуть виконані. Якщо дитина дивиться телевізор під час денного відпочинку, то їй буде важко зосередитись. Бажано дозволяти дивиться тільки дитячі передачі.
  13. На початку навчального року корисно контролювати, як дитина виконує домашні завдання. Перевіряйте, чи правильно вона зрозуміла пройдений матеріал, попросіть її прочитати вголос.
- У 1 і 11 чверті краще це робити щовечора, а в 11 півріччі контроль можна зменшити до 2—3 разів на тиждень.
14. Перевіряти не значить «робити замість» — ніколи не підказуйте дитині готових рішень. Обов'язково перевірте, щоб те, що потрібно було вивчити напам'ять, було вивчено добре: точність виконання завдань — важлива умова успішного навчання. Потрібно також впевнитись, що дитина може застосувати набуті знання на практиці. Для цього їй треба запропонувати виконати кілька вправ.
  15. Не треба навантажувати дитину позашкільною діяльністю з самого початку навчального року. Спорт і заняття в гуртках, звичайно, корисні для загального розвитку, але спочатку впевніться, що у дитини вистачить сил і часу. Початок навчального року — період стресу, і перевантаження можуть тільки нашкодити.
  16. Протягом дня знайдіть (намагайтеся знайти) півгодини для спілкування з дитиною. В цей час найважливішими повинні бути справи дитини, її біль, її радощі.
  17. У сім'ї має бути єдина тактика спілкування всіх дорослих з дитиною. Всі розходження щодо виховання дитини вирішуйте без неї. Коли щось не виходить, порадьтеся з вчителем, психологом. Не зайвим буде почитати літературу для батьків, там ви знайдете багато корисного
  18. Завжди будьте уважними до стану здоров'я дитини, коли щось її турбує: головний біль, поганий загальний стан. Найчастіше це об'єктивні показники втоми, перевантаження.
  19. З перших днів навчання вимагайте виконання режиму дня дитиною, щоб вона лягала спати в один і той же час. Сон для школярів має першочергове

значення. В 1 чверті дитина повинна спати не менше 10—11 годин, потім сон можна скоротити до 9—10 годин.

20. Якщо дитина засинає не відразу, все одно примушуйте її лягати в ліжко. І не треба думати, що школяр уже достатньо дорослий для того, щоб йому розповідали казки. Використайте спосіб, перевірений століттями: тихо поговоріть з дитиною перед сном, попросіть її що-небудь розповісти чи розкажіть самі. Такі хвилини — одна з небагатьох можливостей для справжнього спілкування.

21. Знайте, що навіть великі діти (7—8 років) люблять казки, особливо перед сном, або пісню, лагідні слова. Не лінуйтесь цього робити. Це їх заспокоює, знімає денну напругу, допомагає спокійно заснути і відпочити. Не нагадуйте перед сном про неприємні речі, про роботу. Завтра новий трудовий день і дитина повинна бути готова до нього. А допомогти в цьому їй мають батьки своїм доброзичливим ставленням. Чекати якогось дива від дитини, радісних поривів душі, доброти треба терпляче, відшукуючи ці риси в дитині, постійно заохочуючи її.

22. Батькам необхідне терпіння. Ентузіазм перших днів швидко проходить, його місце займає втома. Допоможіть дитині зберегти нормальний ритм і не піддайтеся спокусі зробити їй маленьке послаблення. Часті нарікання на дитину чи порівняння з іншими можуть розвинути комплекс неповноцінності. Навпаки, інколи треба похвалити дитину, навіть коли у неї щось не виходить, дати їй невеличкий перепочинок і потім повернутися до виконання завдань.

23. Ні в якому разі не ставте ваші стосунки з дитиною в залежність від її успішності. Гарні довірливі стосунки і усвідомлення того, що дитина завжди може розраховувати на вашу підтримку, допоможуть їй налаштуватися на успіх з початку нового навчального дня.

## 10 порад батькам першокласника

### 1. НЕ НАПИХАЙТЕ НОВОЮ ІНФОРМАЦІЄЮ

За час, що залишився, жодних "хвостів" ви не підтягнете. А якщо насідатимете на дитину з читанням і рахунком, ви зможете викликати у нього негативні емоції з приводу школи. Звичайно, почитати трішки, порешать нескладні приклади можна, але все це повинно бути в ігровій, непримусовій формі. Крім того, дошкільникам поважно по кілька разів читати одні і ті ж книжки. Вони, визнаючи "матеріал", прагнуть підказати розповідачеві, що буде далі, поправляють, якщо він допустив неточність. Це виробляє в них активність, і тоді їм буде абсолютно нескладно вже на першому уроці висловити свою "дорослу" думку.

## **2. РОЗПОВІДАЙТЕ ПОЗИТИВНІ ІСТОРІЇ ЗІ СВОГО ШКІЛЬНОГО ЖИТТЯ**

Поважно сформувати у майбутнього школяра позитивне відношення до школи. Якщо дитина хоче вчитися і упевнений, що в школі цікаво, тоді неминучий стрес, пов'язаний з новими правилами і розпорядком дня, великою кількістю незнайомих людей, буде успішно здоланий. Для цього частіше розповідайте своєму чаду забавні історії зі свого шкільного життя.

## **3. НЕ РОБІТЬ АКЦЕНТ НА ОЦІНКАХ**

Багато батьків припускаються грубої помилки, коли починають лякати: "Читай, а то двійки мені приноситьимеш". Поважно акцентувати увагу дитини на процесі навчання (ти визнаєш багато нового, у тебе з'являються нові друзі, ти станеш розумним), а не на результаті гарних оцінках, які взагалі краще не згадувати, тим більше що в першому класі їх не ставлять.

## **4. НЕ ЛЯКАЙТЕ ШКОЛОЮ**

Ні в якому разі не ведіть при дитині розмови, що у нього "закінчилося дитинство", не жалійте його: мовляв, бідненький, починаються трудові будні. Навіть жартома не лякайте школою. Не стоїть при маляті також обговорювати майбутні витрати, засмучуючись про дорожнечу форми або канцтоварів.

## **5. КУПУЙТЕ ШКІЛЬНЕ ПРИЛАДДЯ РАЗОМ З ДИТИНОЮ**

Купувати портфель і все приладдя для школи потрібно з дитиною, тоді вона виявляється залученою в процес підготовки до першого вересня. Хай маля саме вибере собі пенал, ручки, олівці і лінійки, зошити з барвистим малюнком на обкладинці. Прийшовши додому, не ховайте покупки в шафу - дайте їх дитині, аби він звик до нових для нього речей. Хай він збирає портфель, носить його по квартирі, розкладає на столі зошити і олівці, тоді прості вказівки вчителя: "Дістаньте червону ручку або зошит в лінійку" не викличуть у маляти труднощів: він чітко знатиме, де у нього що лежить. Добре також сходити з дитиною у вибрану школу, якщо ви ще цього не зробили. Погуляйте біля школи. Так маля швидше звикне до нового місця.

## **6. ГРАЙТЕ В ШКОЛУ**

Хай всі іграшки вашого чада підуть в перший клас, а найулюбленіша стане вчителем. У такій грі можна пояснити основні шкільні правила: як сидіти за партою, як відповідати на уроці, як проситися в туалет, що робити на зміні (15-хвилинні "уроки" повинні чергуватися з п'ятихвилинними "змінами").

## **7. ПОЧИНАЙТЕ ЖИТИ ПО НОВОМУ РОЗПОРЯДКУ ДНЯ**

За місяць до школи потрібно плавно підганяти режим дня до нового розпорядку. Старайтеся, аби дитина лягала спати не пізніше десяти вечори, вставав в 7-8 ранку. Дуже поважно сформувати у маляти уявлення про те, що за чим потрібно робити вранці і увечері. Для цього добре використовувати пробкову або пластмасову дошку на стіні, де можна прикріпити папірці, писати, малювати. Спершу спробуйте наочно пояснити, що потрібно зробити перед сном: зібрати портфель, приготувати одяг (трусики, маечку, шкарпеточки), перевірити, чи

чиста форма. Всі ці дії краще позначати малюнками: портфель, розкладені речі на стільці. Напередодні першого вересня виконуйте цей ритуал, граючи. Хай дитина збирає свої дитячі книжки в портфель, складає одяг на стілець. За допомогою малюнків можна змалювати і уранішній розпорядок: умиваємося, одягаємося, їмо, чистимо зуби, одягаємося в шкільну форму, чистимо взуття, виходимо з будинку. Все це допоможе маляті краще зрозуміти, як буде його день.

## **8. ПОДРУЖІТЬ МАЛЯ З ГОДИННИКОМ**

Необхідний для школи навик - орієнтація в часі. Якщо ваше маля ще не розбирається, котра година, навчите його цьому. Багатьом діткам легко орієнтуватися по електронному годиннику. Дитина повинна знати, що означає чверть години, півгодини, через годину. Повісьте в дитячій великий годинник (будь-які, головне, аби дитина могла визнавати по ним час). Під час читання, гри або їди можна поставити годинник на стіл і звернути увагу дитини на те, в скільки почалася дія і в скільки воно закінчилося.

## **9. БІЛЬШЕ КОМАНДНИХ ІГОР**

У школі є правила, які необхідно виконувати: сидіти за партою, вставати, коли вирішить вчитель, не кричати. Без розуміння цих елементарних законів дитині буде важко в 1-м класі. Аби розвинути в маляті уміння підкорятися і грати по правилах, використовуйте командні ігри. Завдяки ним дитина засвоїть, що є правила, які треба виконувати, і що від цього залежить результат. Ще один важливий урок, який дають маляті командні ігри, - це спокійне відношення до програшу.

## **10. ТРЕНУЙТЕ УВАГУ І ПАМ'ЯТЬ**

Хороша гра на уважність: всім роздається однаковий текст, засікається час і потрібно якомога більше і швидше знайти і викреслити букв "с". Проводити "заняття" спочатку по 10 хвилин, на завтра 15, довівши час "уроку" до тієї тривалості, яка буде в школі. Тоді дитину так не лякатимуть безконечні півгодини занять. Ще можна частіше грати в "Відвернися і назви". Розкладіть на столі іграшки і дайте дитині поглянути на стіл протягом 1-ої хвилини. Потім він відвертається і називає іграшки, лежачі на столі. Ускладнюйте завдання: додайте іграшки, скорочуйте час на запам'ятовування. Можна замінити іграшку інший - дитина, обернувшись, повинна розповісти, що змінилося.

## **Рекомендації батькам п'ятикласників**

- Надихайте дитину на розповідь про шкільні справи. Не обмежуйте свій інтерес звичайним питанням на зразок: «Як минув твій день у школі?» Щотижня обирайте час, вільний від домашніх справ, і уважно розмовляйте з дитиною про школу.

Запам'ятовуйте імена, події, деталі, про які дитина повідомляє вам, використовуйте їх надалі для того, щоб починати бесіди про школу.

- Регулярно розмовляйте з учителями вашої дитини про її успішність, поведження та взаємини з іншими дітьми. Навіть якщо немає особливих приводів, для занепокоєння, консьультуйтеся з учителем не рідше, ніж раз на місяць.
- Знайте програму й особливості школи, де вчиться ваша дитина. Відвідуйте всі заходи й зустрічі, організовані батьківським комітетом і педагогічним колективом. Використовуйте будь-які можливості дізнатися, як ваша дитина навчається і як її навчають.
- Допомагайте дитині виконувати домашні завдання, але не робіть їх самі. Установіть спеціальний час для виконання домашнього завдання і стежте за виконанням цих настанов, що допоможе вам сформувати позитивне ставлення до навчання.
- Допоможіть дитині відчувати інтерес до того, що викладають у школі. З'ясуйте, що взагалі цікавить вашу дитину, а потім установіть зв'язок між її інтересами й предметами, що вивчають у школі.
- Особливі зусилля докладайте для того, щоб підтримувати спокійну й стабільну атмосферу вдома, коли в шкільному житті дитини відбуваються зміни.
- За будь-якої можливості намагайтеся уникнути значних змін або порушень у домашній атмосфері протягом першого півріччя. Спокій домашнього життя дитини допомагає їй ефективніше розв'язувати проблеми в школі.