

Поради батькам першокласників

Складіть приблизний план режиму дня школяра

Будіть дитину спокійно і ласкаво. Відкривши очі, вона має побачити ваше усміхнене обличчя. Не підганяйте дитину і не смикайте по дрібницях. Навіть якщо вам здається, що вона копається, усе рівно не нервуйте. Постарайтеся правильно розрахувати час, необхідний для зборів у школу. Дитина не встигла зібратися? Завтра розбудіть її трохи раніш.

Погодуєте дитину сніданком. Якщо вона з якоїсь причини відмовляється їсти, не примушуйте, обмежтеся йогуртом чи бананом. Не забудьте покласти в портфель яблуко, бутерброд, сік чи компот у маленькій бутілочці, щоб ваш школяр зміг перекусити і попити, коли захоче.

Після школи дитина повинна пообідати й обов'язково відпочити. Не змушуйте її відразу братися за уроки. Шестирічкам для відновлення сил після навчального дня не заважає поспати. На думку психологів, кращий час для навчання — з 8 до 12 дня і з 16 до 18 вечора. Пам'ятайте, що першокласник — це ще маленька дитина. Для неї усе ще важливі ігри й іграшки, вона як і раніше любить, коли ви читаєте казку і перед сном співаєте колискову. Зрештою, її потрібно просто потримати на руках! Усе це допоможе дитині позбутися напруги, відчутти себе спокійно і впевнено.

Чи потрібно проводити першокласника в школу?

Це залежить від дитини. Вона ледве не з дитинства norовить усе робити сама і ображається, коли ви намагаєтеся обмежити її волю? А школа розташована в двох кроках від будинку? - Не стримуйте порив першокласника бути дорослим, дайте йому відчутти вашу довіру. Нехай ходить у школу сам.

Якщо ваша дитина росте боязкою і соромливою, якщо вона з труднощами адаптується до нових умов життя, виходить, вона поки ще має потребу у вашій опіці. Проводжайте її, але не перетворюйте проводи в школу в постійний ритуал до дванадцятого класу. Готовність дорослого прийти на допомогу і прагнення завжди бути поруч — різні речі. Допомога потрібна лише спочатку: кілька тижнів, може бути, місяців.

Як визначити, чи «прижилася» дитина в класі?

Не намагайтеся відповісти на це питання на другий день навчання. Процес адаптації до школи, як правило, займає від 2—3 тижнів до півроку.

Чи добре адаптувався ваш школяр, ви зможете судити по тому, наскільки успішно він справляється з навчальною програмою. Якщо навчання дається

Йому занадто легко, і він починає нудьгувати чи, навпаки, програма настільки складна, що в нього «опускаються руки», — порадьтеся з вчителькою і разом виробіть індивідуальний підхід до дитини.

Не забувайте, що є періоди, коли дитині вчитися складніше: школяр швидко стомлюється, знижується його працездатність. Для першокласника особливо важкі перші 4 - 6 тижнів, кінець другої чверті, перший тиждень після зимових канікул і середина третьої чверті.

Зверніть увагу, з яким настроєм дитина іде в школу. Їй подобається вчитися, вона із задоволенням бере участь у всіх класних заходах? Вона спілкується з однокласниками, з повагою говорить про свою першу вчительку? Усе це — важливі ознаки гарної адаптації.

Якщо щось не виходить, дитина звертається по допомогу до вас чи вчителя, але, при цьому, прагне виконати завдання сама? Порадійте за свого школяра — його розвиток йде в потрібному напрямку.

Іноді процес звикання до школи може затягтися на весь перший рік навчання. При цьому успіхи можуть чергуватися з проблемами (домашні завдання робляться «з під ціпки», дитина не включається в роботу класу, не реагує на зауваження педагога). Але при уважному ставленні вчителя і батьків до дитини - усі труднощі переборні.

Чи варто розпитувати, як пройшов день?

Не обрушуйтеся на школяра з питаннями, ледь він переступить поріг. Фрази типу: «що ти одержав?» чи «ну як, сьогодні без зауважень?» — не кращий початок спілкування. Дайте дитині розслабитися. Якщо вона явно чимось засмучена, не намагайтеся одразу ж дізнатися про причину. Можливо, вона сама розповість чи пізніше ви обережно поцікавитесь в неї.

Якщо ж дитина хоче поділитися з вами чимось важливим, не відкладайте розмову, не відмахуйтеся від неї — вислухайте. Перші тижні перебування в школі — це суцільний потік важливих подій, нових вражень. Уроки, зміни, знайомства. Перші перемоги, перші образи... Ну як не поділитися цим з батьками? Дитина розповідає вам про успіхи чи невдачі своїх однокласників? Не перебивайте її питанням «а як ти?» (тебе викликали, ти зрозуміла, вирішила, зробила...). У цю хвилину дитина ділиться з вами щиросердечними переживаннями, не зациклюйтесь на результатах її навчання і поведінці. Якщо дитина не знайде у вас щиросердечного відгуку, дуже незабаром потік розповідей висохне. Не тому, що кількість подій у її житті різко зменшиться, просто вона віддалиться від вас.

Граємо в «школу»

Коли дитина приходиться зі школи, а батьки - з роботи, можна пограти в школу, де роль учительки належить юному школяреві, учнів - батькам. У формі гри легше довідатися, чим діти займалися на уроках. Під час гри дитина повторює уроки й одночасно учиться виступати в ролі оратора.

Як відноситися до шкільних друзів?

Подружитися з однокласником з перших днів перебування в школі — велике щастя. Уважно і з розумінням поставтеся до маленьких відвідувачів, настирливим телефонним дзвінкам (здавалося б, по самих незначних приводах). Це встановлюються і поступово міцніють дружні зв'язки наших дітей. Відбирається те «ближнє коло», що стане для них опорою на багато років наступного життя.

Не думайте, що друзі стануть перешкодою в навчанні. Ні в якому разі не забороняйте дитині спілкуватися з однокласниками. З перших днів вітайте її прагнення мати в класі вірних друзів і подруг.

Вам здається, що не усі, хто спілкується з вашою дитиною, відносяться до неї щиро? Може бути, ви і праві. Але ні в якому разі не говоріть дитині, що хтось з її друзів поганий. «Випадкові» люди поступово відсіюються. Слова: «Я завжди говорила, що Ярослав тебе використовує» здатні скоріше підсилити, чим зменшити біль розчарування.

Ви не зможете все життя вибирати друзів за вашу дитину і «підстилати соломку» на випадок її падіння. Тому допоможіть їй навчитися падати і вставати, переборювати біль і жити далі, помилятися в людях і знову вірити їм.