

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

«...Школьное обучение никогда не начинается с пустого места, а всегда опирается на определенную стадию развития, проделанную ребенком». Л. С. Выготский

Скоро Ваш ребенок переступит порог школы, что существенно изменит всю его привычную жизнь. Переход из детского сада в школу – важная ступень в жизни каждого ребенка. Оказываясь в новых социальных условиях, дети часто бывают к ним не готовы, что, сказывается на их эмоциональной сфере. Поэтому важно, готовить ребенка к школе, ведь все, чему вы научите его сейчас, поможет ему быть успешным в школе.

Что важно сделать перед школой?

1. Развивать мелкую моторику рук.
2. Сформировать интерес к книге.
3. Приучить соблюдать режим дня.
4. Сформировать навыки самообслуживания и самостоятельности.
5. Научить ребенка общаться со сверстниками.

Особое внимание уделите развитию усидчивости и волевых процессов:

Научите ребенка управлять своими желаниями, эмоциями и поступками. Он должен уметь подчиняться правилам поведения и выполнять задания по образцу.



Ежедневно занимайтесь интеллектуальным развитием ребенка:

- во время прогулок обращайте внимания на различные явления природы (дождь, снег, туман, радуга). Выучите названия времен года.
- учите с ребенком названия животных, растений, предметов быта и школьных принадлежностей, определяйте их особенности и назначение.
- развивайте связную речь. Учите ребенка пересказывать сказки и составлять рассказы по картинкам. Следите за правильностью произношения и грамотностью речи.
- научите ребенка считать до 100 и сравнивать количество предметов. Познакомьте с изображением цифр.

- развивайте мелкую моторику рук ребенка, с помощью рисования, штриховки, раскрашивания, мозаики, лепки, нанизывания бусинок, пуговиц.
- научите ребенка различать и правильно называть основные геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал), сравнивать и различать предметы по величине (большой, меньший) и цвету.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

1. Оптимальной для первоклассников считается **продолжительность сна** -12 часов в сутки, для детей средних классов - до 9,5-10 часов, необходимо помнить, что во время сна организм не только отдыхает. В это время идет активная обработка информации, полученной во время активной деятельности. Этот сложный и тяжелый процесс происходит только в том случае, когда сон спокойный, непрерывный, полноценный. Для того, чтобы быстро заснуть, необходимо ложиться всегда в одно и то же время. Просыпаться нужно не позднее семи часов, даже когда уроки в школе идут во вторую смену.
2. Установлено, что **работоспособность школьника зависит от закона ритмических колебаний и на протяжении дня изменяется**. Самый высокий уровень с 8 до 11 часов. Потом она понемногу падает, поминутно понижается к 14 часам. Во второй половине дня начинается новый подъем, и до 18-19 часов работоспособность остается высокой. Поэтому школьникам, которые учатся во вторую смену, необходимо садиться за книги уже через час после школы или после обеда.
3. **Начинать уроки нужно с предметов средней трудности**. Какое-то время уйдет на период сработанности. Потом нужно браться за более тяжелые предметы, а легкие делать в последнюю очередь. Какой предмет считать тяжелым - должен решать каждый по-своему.
4. После каждых 40-50 минут занятий необходимо делать 10-минутные **перерывы**, во время которых лучше всего сделать несколько гимнастических упражнений или легкую домашнюю работу. Чтобы работа была более эффективна, следует садиться за уроки в одно и то же время.
5. **В рационе ребенка** необходимо присутствие:
 - за два часа до сна салат: яблоко, морковь, капуста, зелень, растительное масло. Выпить за 30 минут до сна стакан теплого молока;
 - утром на завтрак фруктовый салат: яблоко, морковь, изюм, орехи, лимон, мандарин, банан, чай с шиповником.
6. **Не позволяйте всю работу перекладывать на ваши плечи**, иначе пропадет главная цель домашних заданий - самостоятельное их выполнение.
7. **Научите пользоваться расписанием** уроков и правильно выкладывать необходимые учебники и принадлежности на столе.
8. **Приучите ребенка выполнять задание сначала в черновике** и самостоятельно преодолевать все трудности.
9. **При проверке выполненного не спешите сразу все исправить**, пусть ребенок пойдет и подумает еще раз. Подсказки делайте в самых крайних случаях. Не навязывайте свою помощь. Дарите ребенку радость собственных побед.

10. Для воспитания организованности *некоторым ребятам рекомендуется указывать часы и засекаать время.*

11. Научите ребенка *самостоятельно собирать портфель*, но не забывайте потом проконтролировать.

Как узнать о достижениях ребенка, если учительница пока еще не выставляет оценок?

Успехи в учебной деятельности достигаются не сразу, и, чтобы не отбить у ребят желание учиться, работать на уроках, учителя отказываются от негативных оценок. Дети воспринимают словесную оценку своей деятельности: похвалу, подбадривание, напутствие.

А родители узнают о своем ребенке от учителя: из характеристики или по результатам тестирования.

Что делать, если ваш ребенок не хочет идти в школу?

По данным психологов, примерно 10 % детей не хотят идти в школу, потому что слышали о ней нелестные высказывания взрослых; около 8% получили негативный настрой от старших детей. Малыши верят во все без доказательств, поэтому очень важно, чтобы будущий первоклассник получал позитивную информацию о школе от близких людей. Вторая причина - если ребенок "не наигрался", но его психика очень пластична, и, придя в класс, он скоро начнет испытывать удовольствие от процесса обучения.

Иногда для решения этой проблемы достаточно дать понять ребенку, что учеба в школе - это обязанность каждого современного человека, и от соблюдения этих обязанностей будет зависеть отношение к нему окружающих. Но не принуждайте малыша заранее любить то, что он еще не познал.

Как определить, готов ли ребенок к школе?

Не существует четкого перечня того, что должен знать и уметь ребенок к моменту поступления в школу. Государство обязуется организовать обучение детей независимо от их здоровья или степени готовности. Поэтому следует говорить лишь о наличии признаков готовности к школьному обучению.

1. Ребенок должен быть **физически готов** к этой достаточно тяжелой в умственном и физическом плане работе. Поэтому консультации у медиков - это обязательный этап подготовки к школе. Ведь наличие у дошкольника острых и хронических заболеваний или недоразвитие функциональных систем требует для него специфических условий.

2. **Социальная готовность** - проявление активности в общении, любознательности, живого интереса ко всему окружающему. Чрезмерная робость, безразличие могут затруднить процесс адаптации к школе и требуют внимательного отношения со стороны родителей и учителей.

3. **Интеллектуальная готовность** - владение определенной системой знаний и умений. Здесь важно помнить: ориентация на тесты не должна заслонять личность и индивидуальность ребенка. Не переусердствуйте - чрезмерно осведомленный ребенок сможет быстро утратить свой познавательный интерес к

школе.

4. **Желание учиться** - самый важный критерий. Поддерживайте интерес ребенка и ни в коем случае не запугивайте будущих первоклассников.

Рекомендации по совместному выполнению домашних заданий младших школьников.

Домашние задания младших школьников по способам выполнения можно разделить на следующие основные виды: письменные, текстовые, математические, мнемонические.



К письменным заданиям отнесем переписывание упражнения или решения задачи в тетрадь. Причем следует отделить письмо от непосредственного решения. Процесс письма сам по себе является достаточно трудоемким для младшего школьника. Его ощущения можно сравнить с ощущениями человека, который пишет ручкой, постоянно меняющей свою длину.

Процесс письма требует от школьника непрерывного приспособления, и поэтому ребенок не может долго заниматься письменной работой, а значит, количество выполненных упражнений не улучшает качества письма.

Родители могут способствовать улучшению почерка ребенка:

1. Заглядывая в тетрадки школьника, каждый раз находите красиво написанные буквы, строчки, страницы и хвалите за них.
2. Работать над красотой почерка можно, положив кальку на странички прописей и обводя буквы.
3. Не заставляйте писать ребенка безотрывным письмом, если видите, что это ему сложно. Пусть он после написания каждой буквы отрывает ручку от листа, такой способ существенно облегчит ребенку процесс письма.
4. Во время выполнения заданий, где письмо выполняет второстепенную роль, никогда не критикуйте качество почерка ребенка.