



Как подготовить ребёнка к школе.

Как подготовить ребёнка к школе: полезные советы

1. Уделите внимание здоровью школьника

Физическое и психологическое состояние тесно связаны, поэтому начать подготовку к интенсивной учебной нагрузке стоит со здоровья и самочувствия ребёнка. На что в первую очередь стоит обратить внимание родителям?

- **Режим сна школьника.** Если за лето он нарушился, критически важно его восстановить, чтобы ребёнок легче адаптировался к ранним подъёмам и хорошо себя чувствовал в течение учебного дня. Родителям, чьи дети во время каникул привыкли поздно ложиться, стоит каждый день отправлять чадо спать на 15-30 минут раньше. Так вы сможете постепенно организовать нормальный суточный ритм своего ребёнка.
- **Приём витаминов.** Осенью подавляющее большинство детей испытывают недостаток витаминов и минералов, что повышает вероятность заболеть, ведь засилье вирусов тоже приходится на осень.
- **Питание.** Важно наладить питание школьника, чтобы обеспечить детский организм необходимыми витаминами, предупредить желудочно-кишечные расстройства и укрепить иммунитет.
- **Физическая активность.** Вовлекайте ребёнка в активные игры, запишите в спортивный или танцевальный кружок, чтобы восстановить физическую активность и уберечь от развития сколиоза, которым часто страдают школьники.

2. Тренируйте концентрацию внимания

Приучайте ребёнка доводить начатое до конца, давайте задание и ставьте сроки для его выполнения. Так постепенно можно натренировать умение рассчитывать свои силы, расставлять приоритеты, концентрироваться на самом важном и не бросать дела на полпути.

3. Приучайте к ответственности

Пусть у ребёнка будет своя зона ответственности дома. Например, поручите ему поливать цветы, выгуливать домашнее животное или делать уборку в шкафу. Главное – не усердствовать с принуждением и давать посильную нагрузку.

4. Развивайте логическое мышление

Умение рассуждать, аргументировать и решать нестандартные задачи очень пригодится вашему ребёнку не только на уроках, но и во многих жизненных ситуациях. Поищите интересные задачки на логику.

Как психологически подготовить ребёнка к школе

Для правильной психологической подготовки школьника к началу учебного года родителям нужно иметь в виду несколько важных аспектов.

1. Сохраняйте спокойствие

Вспомните фразу из инструкции по безопасности на борту самолёта: "Наденьте кислородную маску сначала на себя, затем на ребёнка". Это правило применимо ко всем сферам жизни. Ещё ни одному травмированному родителю не удалось вырастить адекватно приспособленного к реальности ребёнка. Прежде всего позаботьтесь о собственном психологическом состоянии. Ваша тревога обязательно передастся ребёнку, и подготовить его к школе будет гораздо сложнее.

2. Прислушивайтесь к нуждам и переживаниям ребёнка

Уделяйте своему юному школьнику достаточно внимания, не игнорируйте жалобы, поддерживайте его в любых ситуациях. Не раздражайтесь на его плохое настроение – дети в



начале учебного года могут переживать стресс и сильно уставать. Если ребёнок не против тактильного контакта, обнимайте его – это укрепляет чувство безопасности буквально на физическом уровне. Дайте своему чаду почувствовать, что вы всегда на его стороне. Пожалуй, это самый важный совет о том, как правильно подготовить ребёнка к школе (и вообще к жизни) в психологическом отношении.

3. Мотивируйте

Спросите, что хорошего и приятного произошло у ребёнка в прошлом учебном году. Отличной мотивацией может служить возвращение к изучению любимого предмета, возобновление занятий в секциях и кружках, куда ваше чадо ходит с удовольствием. Таким образом вы поможете ему вспомнить, что школьный период – это не только трудности, но и позитивные моменты. почаще предлагайте ребёнку посетить парк аттракционов, сходить в кино или кафе, заняться чем-то, что приносит ему радость. Попросите рассказать, какие у вашего ребёнка есть желания и цели в новом учебном году. Причём они необязательно должны быть связаны со школьными занятиями. Например, дочка хочет пойти в секцию танцев или заняться пением. Заверьте, что вы поможете со всеми начинаниями.

4. Прививайте целеустремлённость

Можно попробовать приучить ребёнка к целеустремлённости, попросив составить список целей. Но не давите, если он отказывается, всё должно происходить добровольно. Можете подбодрить собственным примером, рассказать, как вы составляете список целей и как приятно отмечать выполненное и добиваться желаемого.

5. Вызовите интерес

Как ни крути, главная мотивация в жизни любого человека – и взрослого, и ребёнка – это личная заинтересованность. Когда мы пытаемся что-то делать «из-под палки», это всегда получается хуже, и рано или поздно мы сходим с дистанции. А ребёнка это касается в трехкратном объёме. Заинтересовать чадо школой можно, отправившись вместе в магазин за новой формой и канцелярскими принадлежностями, – это создаст ощущение приятного предвкушения занятий, когда можно наконец пощеголять в красивой рубашке или распаковать новый яркий пенал. Важный пункт – дайте ребёнку выбрать вещи самостоятельно, не навязывая своё видение.

6. Дозируйте нагрузку

Точно не стоит нагружать ребёнка слишком большим количеством заданий каждый день. Но в то же время с началом учебного года он должен быть готов возобновить дисциплину. После летних каникул особенно тяжело включиться в интенсивный ритм занятий, поэтому за какое-то время перед началом учебного года лучше ежедневно ставить перед школьником какую-то небольшую задачу, но давать ему понять, что она очень важна. Можно заранее записать ребёнка в секцию – опять же чтобы ему нравилось.

Не нужно пытаться за короткий срок сделать все задания, который учитель дал на летние каникулы. Детские психологи не рекомендуют сильно нагружать ребёнка в первые учебные дни – это может отвратить его от школы вообще, убить любую мотивацию, отрицательно сказаться успеваемости и психологическом здоровье.

7. Подведите итоги лета

Попросите ребёнка рассказать, что интересного произошло за лето, завёл ли он новых друзей, что больше всего запомнилось. Это позволит ему научиться подводить черту под прошедшими периодами в жизни и выносить из них что-то ценное.

У многих детей сентябрь связан со стрессом и переживаниями: нужно перестраиваться на новый ритм, брать на себя много ответственности и иногда делать то, что не очень хочется делать. У некоторых этот стресс проявляется в том числе в соматических симптомах, поэтому родителям обязательно нужно обратить внимание на такие тревожные признаки, как:

- сложности с засыпанием, беспокойный сон;
- недержание мочи;
- усталость, тошнота, головная боль – прислушивайтесь к жалобам ребёнка, не ругайте его за «слабость»;
- плаксивость, тревожность, вспышки гнева и агрессии;
- нарушения речи, заикание;
- навязчивые движения, тики;
- беспокойство и неусидчивость.

Если вы заметили что-то из списка, не откладывая, обратитесь к педиатру и детскому психологу.



1. Как понять, готов ли ребёнок к школе?

Окончательное решение, пора ему идти в школу или нет, принимаете только вы. Можно сколько угодно советоваться с психологами, но никто не знает характер ребёнка так хорошо, как родители. Ориентируйтесь на его особенности. Кому-то сложно находиться в большом коллективе или уйти из дома на целый день. Есть те, кто быстро перевозбуждается. Есть любопытные и самостоятельные дети, которые хотят поскорее научиться считать и писать. Все это нельзя оставлять без внимания, когда вы собираетесь отдавать ребёнка в первый класс.

К пяти годам у ребёнка должна появиться познавательная мотивация

Это значит, что он способен учиться, не обращая внимания на внешние факторы. Но бывает, что у некоторых первоклассников игровая мотивация все ещё сильнее познавательной. Это не значит, что не нужно идти в школу. Просто учитывайте, что ребёнку пока комфортнее в атмосфере большей свободы и уделяйте время играм, не делайте пока упор на умственную нагрузку.

Обратите внимание, как ребёнок взаимодействует с социумом: переносит шум и суету, относится к конкуренции и скуке, как быстро утомляется. Попросите ребёнка одеться самостоятельно перед выходом на улицу — это кажется смешным, но даже школьники не всегда могут сделать это сами. Если он не знает, как взаимодействовать с большим количеством людей и находится в состоянии постоянного стресса, то он не сможет нормально сосредоточиться на учёбе в школе.

Очень важно отношение самого ребёнка к учебе. Прислушайтесь к тому, что он думает о школе. Обсудите, как он представляет себе школу и уроки, что нового хотел бы на них узнать.

Признаки хорошей готовности к школе

- Желание идти в школу и учиться.

- Наличие познавательной и игровой мотивации.
- Умение осознавать себя и говорить о своих потребностях.
- Любопытство к другому — сверстнику, учителю, предмету.
- Умение слушать и сосредотачивать внимание.
- Умение выполнять простые последовательности действий — это важно, чтобы выполнять инструкции учителя в классе.
- Готовность родителей помогать ребёнку с адаптацией в школе и новым образом жизни. Здесь важно не переусердствовать, но и не оставаться в стороне.

2. Как выбрать хорошую начальную школу?

Среди родителей существует миф, что выбирать нужно не школу, а первого учителя. В большинстве случаев это просто невозможно: классы формируются по мере наполнения. Вместе со школой вы выбираете систему управления, и именно в её зоне ответственности находится подбор персонала. Если у родителей возникает какая-либо претензия, то педагогов защищает законодательство, иначе бы их просто растерзали.

Не стоит игнорировать рейтинг школы. Но не забывайте, что он не сортирует на плохие и хорошие, а показывает вклад в качественное образование. Оно зависит прежде всего от размера учебного заведения. У большой школы вклад больше, у маленькой — поменьше, но это вовсе не значит, что школа плохая. На отзывы следует опираться очень осторожно, потому что у всех родителей разные требования.

Если вы хотите отдать ребёнка в определённую школу, но не поступили туда с первого раза, есть смысл подождать ещё год. Особенно если ребёнку ещё нет семи лет. Попробуйте свои силы в следующий раз, а этот год уделите развивающим играм.

3. А на что в первую очередь обратить внимание?

Сходите на день открытых дверей, пообщайтесь с учителями, директором, посмотрите на школьные стены. Зайдите в туалет и оцените — он нормально выглядит или это помойка, куда неприятно зайти? Это только один из маркеров. Посмотрите, как висит расписание. Если оно висит на уровне роста ребенка, то это хорошая школа. Ведь оно для ученика, а не для учителя.

Школа может не подойти вам с первого раза, и это нормально. В семь лет интересы ребёнка ещё не сформировались, поэтому в этом возрасте важно познакомить его с разными формами обучения, а не пытаться дать какие-то твёрдые знания. Учебное заведение должно подходить ребёнку и его потребностям, а не соответствовать чьим-то соображениям о престиже. Выбирайте по принципу «школа для ребёнка», а не «ребёнок для школы».

Можно остановиться на обычной школе с государственной программой или выбрать экспериментальную или международную систему обучения. Например, эффективная начальная школа сокращает обучение на год. В течение первого года обучения дети проходят программу первого и второго класса, но к такой интенсивной программе нужно быть психологически готовым. Её стоит попробовать, если вы уверены, что вашему ребёнку не требуется дополнительных усилий для адаптации.

4. Почему ребёнка могут не взять в школу?

По закону единственная причина, почему ребёнка не могут принять в школу по прописке, — в ней по каким-то причинам уже нет мест.

5. Сколько человек может максимально учиться в одном классе?

Как правило, количество учеников в одной комнате зависит от объективных факторов, например, метража, размера учебного класса. Но не секрет, что сегодня многие школы переполнены и учат в два-три раза больше детей, чем могут вместить, особенно в регионах.

6. Стоит ли отдавать ребёнка в школу, которая находится далеко от дома?

Детское время очень ценно: если тратить час или полтора в день на дорогу, то меньше останется на дополнительные занятия и отдых, а у ребёнка будет накапливаться психологическая усталость. С другой стороны, если вам не внушают доверия школы, которые находятся по соседству с домом, лучше отдать его в более хорошее, но отдалённое учебное заведение. Психологический комфорт ученика и семьи в любой ситуации должен быть на первом месте.

Проверить, насколько вам подходит та или иная школа, можно на дне открытых дверей. Например, если школьное расписание висит на уровне роста ребёнка, а не взрослого, то сразу понятно, для кого оно предназначено и как в этой школе относятся к ученику.

Как понять, что ребёнок нормально адаптируется в школе

- Спросить у него, как идут дела в школе, понаблюдать, хочет ли ребёнок вообще отвечать на этот вопрос.
- Узнать у учителя, что ему удаётся лучше всего — это поможет наладить коммуникацию с педагогом.
- Следить, как меняются отношения в классе. У ребёнка должен быть прогресс в общении с одноклассниками.
- Обратит внимание, рассказывает ли ребёнок о своих трудностях в школе. Если да, то адаптация проходит нормально.

7. Как поддержать ребёнка, который только пошёл в школу?

Оставьте ребёнку свободное время

В начальной школе у ребёнка должно быть много свободного времени — на игры и, проще говоря, безделье. Увеличивать нагрузку вчерашнего дошкольника нужно очень постепенно. Некоторые думают: «Всё, 1 сентября, вот тебе учебник, домашнее задание — вперёд». Нет, так не бывает. Не стоит жёстко структурировать время ребёнка с первого учебного дня. Только если вы не уверены, что без вашей помощи он никак не сможет спланировать своё время.

Помогите ему освоиться

Любая проблема — это навык, который можно освоить. Например, вам нужно научить ребёнка сидеть ровно и спокойно на одном месте. Объясните ему, для чего это может пригодиться, и предложите отпраздновать момент, когда он успешно справится. Не обязательно обещать материальное поощрение. Можно приготовить вместе любимое блюдо или позвать в гости друзей.

Давайте ребёнку обратную связь

Обязательно говорите ему, если вы довольны, как у него получается то или иное занятие. Нельзя перехвалить ребёнка, если вы хвалите его за конкретные вещи. И никогда не сравнивайте его достижения с успехами других детей — это болезненно и травматично для обеих сторон. Научитесь принимать негативные эмоции ребёнка. Лучше не ругать, а сказать: «Я тебя понимаю».

Проводите больше времени вместе

Нередко после того, когда ребёнок идет в школу, из совместных занятий с родителями остаётся только выполнение домашнего задания. Старайтесь проводить с ребёнком больше времени, не связанного с учёбой и школой. Играйте вместе: через игру легче понять, что беспокоит ребёнка.

НЕ СЧИТАТЬ И НЕ ПИСАТЬ:

10 ВЕЩЕЙ, КОТОРЫМ НУЖНО НАУЧИТЬ РЕБЕНКА ДО ШКОЛЫ



Обладать энциклопедическими знаниями — это полдела. А вторая — не менее важная половина — это школьный быт, который родители совершенно упускают из виду. Предлагаю родителям будущих учеников уже сейчас проверить, насколько самостоятелен ваш ребенок. Если нет, то у вас еще есть время освоить необходимые навыки.

- **Быстро переодеваться и быстро есть.** Большая перемена — пятнадцать минут. За это время школьник должен успеть, например, позавтракать в столовой. То есть, дойти до нее с классом, вымыть руки, поесть, убрать за собой посуду, вернуться в класс. Здесь не как в детском саду — помощников

нет. Навык с быстрым переодеванием тоже важен — семеро одного не ждут. Если весь класс уже в физкультурной форме, а ваше чадо еще сидит в одних трусах, это может послужить лишним поводом для насмешек.

Кстати, одеваться и раздеваться зимой в гардеробе тоже придется самому. Причем с утра — как можно быстрее, чтобы не опоздать на урок. Да и после занятий шарф будет завязать некому. Тренируйтесь уже сейчас.

- **Знать, как выглядит своя одежда.**

- **Следить за своим внешним видом.** Вы же понимаете, рядом не будет мамы, которая всегда поправит дочке задрвшуюся юбку или застегнет забывчивому сынишке после туалета ширинку. Поэтому уже сейчас нужно приучать будущего ученика к опрятности. И еще один важный момент — это умение (а еще желание и привычка) сложить физкультурную форму в мешок, а не запихнуть ее туда, как попало. Часто ученикам разрешают оставлять мешки с формой в классе в течение недели — представляете, в каком виде ваш ребенок пойдет на урок в среду, если в понедельник он скомкал белую футболку и придавил ее сверху грязными кедами?

- **Следить за своими канцелярскими принадлежностями и прочими школьными атрибутами.** Это практически нереально. Но если вам удастся сделать так, чтобы ребенок терял ручку не через день, а хотя бы раз в неделю — это будет уже победа!

- **Содержать стол в порядке.** Это касается не только письменного стола дома, но и парты в классе и личного ящика там, если он есть. Но дома есть контроль, а в школе — все вылетает из головы.

- **Собирать ранец.** Пусть не сразу, но этот навык тоже очень важно привить. В идеале ребенок должен уметь соотнести свое расписание с тем, что он должен взять с собой в школу. А еще у каждого учителя свои требования к содержимому пенала. Поэтому первое время пусть у него на столе, рядом с расписанием уроков, лежит шпаргалка: две синие ручки, два простых карандаша, ластик, линейка, точилка... И ничего страшного, если ребенок один раз придет на урок ИЗО без красок, это будет его ошибка, его зона ответственности и его урок.

- **Контролировать свое питание.** Это особенно важно для детей, у которых есть пищевые аллергии. А таких сейчас, к сожалению, большинство. Поэтому к первому классу, если ребенку что-то нельзя есть, он уже должен четко знать свои запреты и уметь отказаться, даже, если друг предлагает ну очень вкусную конфету в честь своего дня рождения.

- **Уметь обращаться с деньгами.** Если вы планируете оставлять ребенка на продленку и давать ему небольшие суммы в буфет.

- **Быть приученным к гигиене.** Помыть руки после прогулки, после туалета. Пользоваться носовыми платками, причесаться, если необходимо. Прикрывать рот и нос при кашле или

чихании. Аккуратно пользоваться приборами, салфеткой, не крошить едой. Вы наверняка все это не раз говорили своему ребенку, но вспомнит ли он все эти правила, если рядом не будет мамы, которая подскажет и одернет?

- Самостоятельно ориентироваться в сложных ситуациях. Заблудился в школьных коридорах, потерял что-то из вещей или — еще хуже — деньги на обед. Ребенок должен понимать, к кому подойти и что сказать. Кроме того, он должен знать, как поступить, если его по какой-то причине не забрали вовремя. Все эти моменты следует обсудить и проработать заранее.

Важно помнить, что часть навыков и знаний ребенок приобретает стихийно и самостоятельно (зона актуального развития), а часть — с помощью взрослого (зона ближайшего развития). И очень важно в этом процессе давать ему импульс для приобретения новых навыков, объяснять, показывать пример, а дальше — давать свободу и право на ошибки.

Поэтому, чтобы развить самостоятельность у дошкольника, родителям придется сначала поработать над собой. Ведь так хочется проконтролировать, помочь, поторопить, исправить, и часто просто не хватает терпения. Но здесь важно дать ребенку возможность проявить инициативу.

Для начала определите те умения, которые вы хотите привить будущему первокласснику на данном этапе. Проверьте, какую часть из необходимого ребенок уже может выполнить самостоятельно, а в какой требуется ваша помощь.

Для того, чтобы привить тот или иной навык, используйте ролевую игру. Это самый важный, эффективный и любимый дошкольниками способ усвоения жизненно полезных навыков и опыта.

Например, если вы пытаетесь научить малыша самостоятельно собирать рюкзак, то попросите его нарисовать любимого персонажа с рюкзаком, затем обсудите, что герой собирается скоро в школу и важно помочь ему собрать вещи. Пусть ребенок нарисует все необходимые школьные принадлежности (не помогайте, пока сам не попросит о помощи, так вы поймете, какие знания по теме уже есть). Повесьте полученную «инструкцию» на видном месте.

С помощью такой же игры можно приучить будущего первоклассника к распорядку дня. Сначала обсудите, какие важные дела нужно выполнять ежедневно, потом нарисуйте «график» и повесьте его на видном месте. Образы отложатся в памяти ребенка, и через некоторое время он будет все реже подсматривать в «шпаргалку».

При этом, играя с ребенком, четко озвучивайте правила, по которым он должен достигнуть того или иного результата. Всегда помните, что у детей дошкольного возраста ведущий вид деятельности — игра, и в силу возрастных особенностей они просто не будут делать то, что им не интересно.

И не тратьте силы — их не волнует будущая мотивация. Для детей важно быть успешными здесь и сейчас, а не через день, неделю и, тем более, через год. Поэтому не забывайте акцентировать внимание, какой дошкольник молодец: сам знает какие у него есть дела и следит, чтобы все было сделано!

Не хочу учиться!

Как родители мешают первоклассникам привыкнуть к школе



Для многих детей поход в первый класс — это большая радость и большой стресс одновременно. Но мамы и папы часто не только не знают, как помочь своему чаду с ним справиться, но еще и усугубляют ситуацию «гениальными» советами, которые переняли от своих родителей или же прочитали где-то в интернете. Что не следует делать, когда ребенок начинает ходить в школу?

Ошибка № 1. Оставляя ребенка в продленке на целый день

В первый год обучения у ребенка идет адаптация к школе, коллективу, новым условиям. Его психика еще недостаточно готова к тому, чтобы проводить в стенах учебного заведения более 3-4 часов, в противном случае у него наступает сильное утомление. Продленка может использоваться лишь как вынужденная мера: например, у

вас нет возможности забрать ребенка сразу после уроков из-за работы. И все-таки в идеале в первый год обучения лучше ее избегать.

Ошибка № 2. Делать уроки за первоклассника

Безусловно, если вашему ребенку задали что-то сложное, допустим, какой-то проект на компьютере, вы можете помочь, но по минимуму. Делать все от начала до конца за свое чадо не надо, даже, если вы видите, что у него не очень хорошо получается выполнить задание.

Сидеть рядом, когда школьник делает уроки, тоже не рекомендуется, иначе в будущем у него может возникнуть страх перед написанием самостоятельных работ, ведь мамы или папы не будут поблизости. Чтобы процесс обучения не затягивался на весь день, купите песочные часы или ставьте таймер. Например, у ребенка есть 30 минут для выполнения задания по математике, через полчаса можно заглянуть к нему и спросить: «Все ли у тебя в порядке? Хочешь, чтобы я проверила?» Именно «Хочешь, чтобы я проверила?», а не «Давай я проверю». Не берите на себя функции педагога, ведь именно он должен задавать домашнее задание, а потом проверять его, но не вы.

Ошибка № 3. Критиковать ребенка

Даже если ваш ребенок сделал что-то неправильно, не спешите его отчитывать. Критика хорошо действует только начиная с подросткового возраста, до этого момента она малоэффективна. Лучше спокойно уточните: «Ты уверен, что сделал все правильно?» Тем более не надо биться в истерику, вырывать листы и заставлять ребенка все переписывать по сто раз, пока вы не увидите идеальный вариант. Опять же следить за качеством исполнения задания — это зона ответственности педагога, а не ваша!

Кстати, в первом классе желательно не использовать черновики, пусть ребенок все пишет сразу в чистовик, а ошибку всегда можно аккуратно исправить. Если же он начнет переписывать одно и то же из черновика в чистовик, утомление и раздражение не заставят себя долго ждать. Мотивация учиться может пропасть.

Не забывайте хвалить первоклассника: «Ты молодец, постарался». Если ребенок не старается, можно сказать: «Как ты думаешь, учителю завтра понравится твоя работа?» Если вы слышите в ответ «Да, конечно», не надо переубеждать свое чадо в обратном, о своих недочетах он должен узнать от учителя.

Ошибка № 4. Проверять электронный дневник и смотреть, что было задано.

Дорогие родители, когда вы проверяете электронный дневник своего ребенка и постоянно напоминаете о том, что ему было задано, вы мешаете формированию у него ответственности. Поверьте, с домашним заданием он может разобраться и без вашей помощи.

Что касается оценок. Спрашивать «Что тебе поставили сегодня?», едва ваше чадо переступило порог, неправильно. Это далеко не самый важный вопрос. В электронный дневник стоит

заглядывать, только если у вас появились какие-то сомнения в том, что ребенок говорит правду. Подобные вещи случаются, если в семье нарушено общение.

Ошибка № 5. Больше ребенка радоваться или расстраиваться из-за оценок

Когда ко мне на консультацию приходит семья, я часто задаю ребенку вопрос: «Если ты получишь пятерку, кто больше всего обрадуется?» По его ответу можно легко понять, сформирована ли у школьника ответственность за учебную деятельность. Если он говорит, что мама, папа, бабушка и т. д., значит, не сформирована. Добавим сюда проверку электронного дневника, критику за плохие оценки, какие-то штрафные санкции, которые накладывают на школьника из-за очередной тройки, в результате ребенок легко может потерять интерес к учебе.

В идеале, когда ваше чадо приносит плохую оценку, вы не должны критиковать. Лучше посочувствовать, вы же родитель, а не учитель: «Как я расстраиваюсь сейчас вместе с тобой. Мне очень жаль, что у тебя так получилось. Как я могу тебе помочь?» Как вариант: «Что ты планируешь делать, чтобы исправить эту оценку? Нужна ли тебе моя помощь?» Ваша задача — дать своему чаду эмоциональную поддержку, а не быть строгим судьей.

Если вы понимаете, что для вас очень важно, какую оценку получил ребенок, подумайте, почему так. Обычно это может происходить из-за собственной нереализованности, т. е. вы делаете ставку на ребенка, желая, чтобы он добился в жизни гораздо большего, чем вы сами.

Ошибка № 6. Самому будить ребенка в школу

Став школьником, ребенок должен сам себя будить. Вы только можете напомнить ему вечером, чтобы он завел будильник, и, соответственно, купить часы. Именно так и формируется самостоятельность.

Если время вставать, а чадо спит, можно заглянуть в комнату с вопросом: «Ты собираешься вставать?» Но не более того. Серьезно подойдите к выбору будильника, есть дети, которым нужно, чтобы был очень громкий звонок.

И, конечно, не забывайте про «тяжелую артиллерию». Бывают ситуации, в которых лучше всего разрешить ребенку проспать и ничего не делать. Так у первоклассника появится опыт решения сложных задач, ведь ему нужно будет все-таки прийти в школу, зайти в класс, когда там уже сидят его одноклассники, объясниться с учителем, может быть, услышать критику от педагога в свой адрес и т. д.

Ошибка № 7. Загружать все дни ребенка дополнительными занятиями

В первом классе не рекомендуется нагружать ребенка какими-то дополнительными занятиями, помимо школы. Спорт, танцы или творческие кружки — рисование, лепка и т. д., — безусловно, могут быть. Главное, исключите умственную нагрузку. Даже с курсами скорочтения, развития памяти и языками лучше повременить.



Ошибка № 8. Критиковать учителя при ребенке

В первом классе для ребенка главным взрослым, когда мы говорим про учебную деятельность, становится именно учитель! Если вы критикуете педагога, то подвергаете сомнению его авторитет перед школьником. В ситуации, когда вы считаете, что педагог не обладает достаточной компетенцией, необходимо решать этот вопрос напрямую с ним как родителем и учителем, не привлекая сюда ребенка.

Ошибка № 9. Разрешать отдыхать ребенку после школы с гаджетом

Гаджет и отдых — слова несовместимые. Сидя в планшете за какой-то игрой или в соцсетях, ребенок не отдыхает! Кстати, просмотр телевизора также не способствует расслаблению. При этом после учебы желательно дать школьнику час, чтобы восстановить силы. В эти 60 минут он может лежать, играть, гулять, рисовать, лепить и т. д., но позаботьтесь, чтобы рядом не было гаджетов. Когда домашнее задание будет сделано — пожалуйста. Но желательно не больше 40-45 минут за раз и не чаще 2 раз в день. Во-первых, это профилактика зависимости. Во-вторых, неплохая мотивация, ведь чем быстрее ребенок сделает уроки, тем быстрее сможет поиграть в любимую игру.

Еще один важный момент: некоторые родители считают, что, если дорога до школы занимает у них, например, 20 минут пешком, этого вполне достаточно, на свежий воздух можно больше не выходить. Нет, у вашего чада должен быть минимум час в день на полноценную прогулку.

Ошибка № 10. Сравнить школьника с более успешными одноклассниками

Сравнивайте ребенка только с ним самим в разные временные отрезки, а не с Петей или Машей. Тем более не сравнивайте его с собой. Фраза «Я в твои годы был намного смысленнее» не станет для него стимулом, зато запросто может привести к неврозу во взрослом возрасте. Все потому, что с детства некоторые родители стараются подогнать ребенка под удобные им рамки, а он из-за тревоги и страха не соответствовать не может в итоге раскрыть свой потенциал. Задача мам и пап — любить свое чадо вне зависимости от оценок в школе или его социальных успехов.

Ошибка № 11. Считать, что оценки – это критерий успеха

Когда я спрашиваю детей на приеме, за что их хвалят, в 90% случаев слышу: «За оценки». В такие моменты я всегда задаюсь вопросом: неужели больше не за что похвалить? Перекос в сторону оценок неправильный. Это не значит, что очередная пятерка должна остаться незамеченной, вы, безусловно, можете сказать: «Я горжусь тобой»/«Я так рада за тебя». Но попробуйте найти другие вещи, за которые вы искренне можете похвалить своего первоклассника.

