

Первый раз в первый класс



Памятка для родителей

Сыктывкар 2014

Когда ребенок идет в первый класс, учится не только он, но всегда вместе с ним учатся и родители.

Приучайте детей к режиму, чтобы им было легче преодолеть стрессовый момент. Уже в последние дни августа ребенка желательно приучать к определенному режиму, потихоньку подводя его к распорядку дня школьника.



Постарайтесь в режиме дня ребенка отразить смену его деятельности. После утреннего туалета пусть он чем-нибудь позанимается: почитает, поиграет в какие-нибудь развивающие игры, чтобы, приступая к учебе, он психологически был готов к смене видов деятельности.

Сначала — отдых, потом — уроки. До первого сентября постарайтесь решить вопрос, что будет делать ваш ребенок после уроков и с кем из взрослых он будет находиться до вашего возвращения с работы.



Не забывайте про прогулки, потому что свежий воздух и активные движения ему просто необходимы.

Если ребенок не хочет идти в школу, постарайтесь с ним



поговорить и выяснить причину его опасений. Он боится быть неуспешным в или непризнанным в школе? Или проблема в одноклассниках? В любом случае с ним нужно просто побеседовать. Его могут обижать, дразнить, не признавать. И все это может

быть для ребенка очень серьезно.



Постарайтесь его успокоить: ты у меня самый замечательный, самый умный, у тебя все получится, ты все вспомнишь!



Успехов в учебе!

СПОСОБЫ ПРЕОДОЛЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ТРУДНОСТЕЙ АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

- Создание благоприятного психологического климата в отношении ребенка со стороны всех членов семьи.
- Обязательное проявление родителями интереса к школе и классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню.
- Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).
- Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и обоснованный контроль со стороны взрослых за его учебной деятельностью.
- Поощрение ребенка не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка. Развитие самоконтроля и самооценки, самодостаточности ребенка.

Республиканская служба «Телефон Доверия»

8 (8212) 21-11-66

8-800-2000-122

круглосуточно, бесплатно, анонимно