

Как помочь ребенку привыкнуть к школе?

- Заранее ознакомьте ребенка со школой, классом, учителем.
- Обговорите, проиграйте, примите и дома основные школьные правила поведения.
- Дайте ребенку возможность принести в школу любимую игрушку.
- Приблизьте домашний режим к режиму дня в школе, соблюдайте режим отдыха и бодрствования. Начать лучше за месяц до начала школьных занятий.
- После 20:00 планируйте спокойные игры и подготовку ко сну.
- Спокойный 10-часовой сон достигается фиксированным отходом ко сну, не позднее, чем 21:30.
- Режим дня первоклассника предполагает полноценный отдых с прогулкой на свежем воздухе.
- Организуйте спокойную, стабильную эмоциональную обстановку в семье.
- Если одновременно с началом обучения загружать ребенка дополнительными кружками и секциями (исключением является бассейн), это может привести к переутомлению ребенка.
- Выполнение домашнего задания не должно одновременно превышать 1,5 часа.
- Для того чтобы сформировать у ребенка понятие времени, затраченного на то или иное дело, заводите будильник с циферблатом.
- Ограничьте время, проводимое ребенком за просмотром телевизора, за использованием компьютера, планшета, телефонов 20-30 минутами в день. Поясните ребенку, что это проявление заботы, а не наказание.
- Обсуждайте с ребенком его школьный день без вынесения оценки.
- Встречайте ребенка спокойно, доброжелательно, будьте вкрадчивы, избегайте большого количества вопросов. Если ребенок чересчур возбужден, выслушайте без прерываний. Если ребенок молчалив, покажите, сообщите ему, что готовы к обсуждению, как только он того захочет, будьте терпеливы.
- Провожая ребенка, удержитесь от нравоучений, пожелайте хорошего дня, напомните, что любите его.
- Постарайтесь в течение дня отыскать хотя бы полчаса, которое сможете провести за совместной деятельностью с ребенком, не связанной с обучением (прогулки, игры, общение и пр.).
- Будьте бдительны, чутки к физическому и эмоциональному состоянию ребенка.

Ребенок отказывается идти в школу?

- Школа предполагает физическую и интеллектуальную нагрузку. Важно обучить ребенка распределять свои силы, планировать свою деятельность, помогать ему в организации времени и способах переключения деятельности, с целью отдыха, формировать умение преодолевать трудности, прилагать усилие воли.
- Стремясь дисциплинировать, настроить ребенка на учебу, есть риск сформировать у ребенка чувство страха подобными высказываниями - «В школе тебе баловаться не дадут!»! «Учитель с тобой нянчится не станет...», «Школа — это тяжелый труд, а ты даже читаешь медленно...». Будьте чутки и внимательны к тому, какие установки даете ребенку, к тому, что говорите. Постарайтесь придерживаться политики объективности, описывайте лишь факты «В школе есть уроки и перемены. В школе дети учатся, получают новые знания», которые связаны со школой, старайтесь избегать оценочных суждений, обещаний ребенку, таких как: «Тебе будет интересно», «Ты будешь отличником». Дайте ребенку возможность сформировать собственное представление о школе и учебном процессе.
- Обещая ребенку награду за успехи, подарки можно снизить интерес к интеллектуальной деятельности как таковой, мы стимулируем стремление получить выгоду. Мотивацией к посещению школы станет ожидание получить похвалу, поощрение. Важно привить ребенку желание учиться для себя, для получения знаний. Стимулируйте любознательность в семье.
- Наказывая ребенка, родители могут сказать ему сесть за стол и написать буквы, решить примеры, читать книги. Таким образом, взрослые могут сформировать у ребенка неприязнь к учебе.
- Стремясь пробудить ребенка к какой-либо деятельности или отказаться от чего-либо, родители могут давить на стремление ребенка «стать взрослым». Взрослые произносят: «Так школьники себя не ведут», «В школе надо есть быстро», «Игрушки — это не для будущего ученика». Ребенок может сделать вывод, что большим быть трудно и скучно. Если в школе дети становятся старше, он туда не пойдет.
- Именно родители могут сформировать у ребенка положительное отношение к процессу учения, ощущение успешности и уверенности, что если возникнут трудности, члены семьи готовы оказать ему помощь и поддержку. Благодаря доброжелательной обстановке, ребенок сможет развиваться, раскрыть свои способности и, работая над ошибками, достичь успехов.