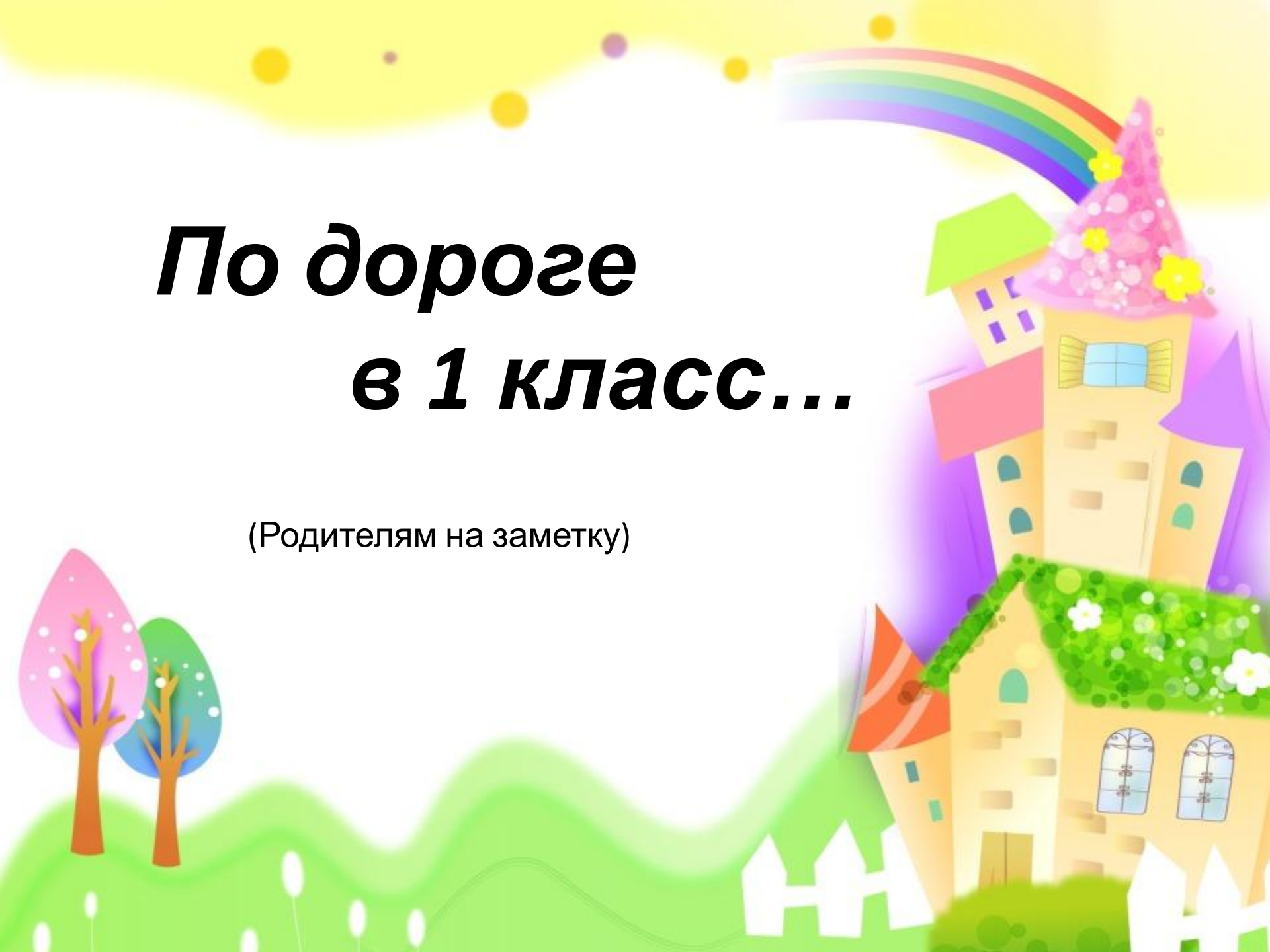


По дороге в 1 класс...

(Родителям на заметку)



Держите за руку крепко

Для первоклассника в первые месяцы в школе все вокруг пугающе непри-вычно огромное здание, совсем нет игрушек, но зато много строгих взрос-лых, надо долго и неподвижно сидеть за партой, вдруг начинают греметь резкие звонки... В этой новой реальности ребенку жизненно необходимо на что-то опереться. И эта опора - его близкие, которые должны показать, что они любят его больше, чем когда бы то ни было, и помогут всегда и во всем. Школа для малыша начинается, как только вы с ним захлопываете за собой входную дверь квартиры. Держите его за руку крепко и нежно - телесный контакт между вами придаст ему дополнительной энергии и уверенности в себе. По пути в школу разговаривайте с первоклассником спокойно, без напряжения. Если у вас неприятности на работе, возьмите себя в руки, ребенку передастся ваша тревога, он не должен страдать от неустойчивости вашей нервной системы. Расскажите ему что-нибудь

смеш-

«встал не

—

желанной,

ное, поднимите настроение первоклашки если он «встал не с той ноги», ободрите, если чем-то недоволен, подскажите, как вести себя с одноклассниками. Ваша задача

сделать для него дорогу в школу интересной и

и полезной: ведь между делом можно и повторить по



Самое же главное - не требуйте от него только успехов, только побед. Ребенок должен

уходить в класс с чувством, что родители его любят всякого, пусть даже не отличника. Первокласснику будет спокойней, если на прощание вы ему скажете не «смотри,

веди себя хорошо, не вздумай баловаться!», а что-нибудь вроде: «пусть все сегодня

будет хорошо».

Переступив со своим чадом порог школы, вы сами увидите, как он внутренне преоб-

разится. да, ему трудно, но как ни крути - и приятно чувствовать себя взрослым, уче-

ником, а не просто мальчиком или девочкой. Здесь возникают взаимоотношения ученик - учитель, совершенно новые для вашего ребенка. И тут вам надо быть очень

внимательными.

Если вы хотите, чтобы первоклассник побыстрее успокоился в школе, перестал ее бояться, вам следует усвоить: здесь для ребенка главным авторитетом должен

быть учитель. В присутствии ребенка не только нельзя обсуждать личность

и действия педагога, будь он хоть вдвое моложе вас, но и не стоит поддерживать ребенка, если он своим учителем недоволен.

Нелишним будет и предупредить самого преподавателя о психологических проблемах ребенка, о проблемах со здоровьем, об особенностях его характера и поведения. Атмосфера класса, в которую попал ваш малыш, пока не очень отличается от детсадовской: много детей рядом, все одного возраста, многие даже ходили вместе в один детский сад. Класс в смысле общения поначалу довольно однороден - «группировки» закладываются попозже, к концу года, когда дети уже присмотрятся друг к другу, выделятся лидеры и их «группы поддержки». Родителям стоит повнимательней обсудить с маленьким учеником, с кем он общается в классе, кто ему интересен и почему. Все это вы должны знать и, если необходимо, - подсказать ребенку, как себя вести в разных ситуациях. Встретив малыша на выходе из класса, будьте осторожны с вопросом «Ну, какие успехи». Про «пятерки» он вам выпалит сам, едва вас

Вниманию родителей

- Период адаптации к школе после лета у учащихся первых классов составляет приблизительно 1,5 месяца, у пятиклассников - месяц, старшие привыкают к школе 2-3 недели.
- Первоклассник должен спать не меньше 11,5 часов в сутки, включая 1,5 часа дневного сна.
- Вставать с постели первокласснику необходимо не позже, чем за 1-1,5 часа до начала занятий.
- Вес ранца первоклассника не должен превышать 1,5 кг.
 - Чтобы обеспечить биологическую потребность организма в движении, первоклассник должен активно двигаться не менее двух часов в сутки.
 - Продолжительность непрерывного чтения не должна превышать восемь минут, а в семь-восемь



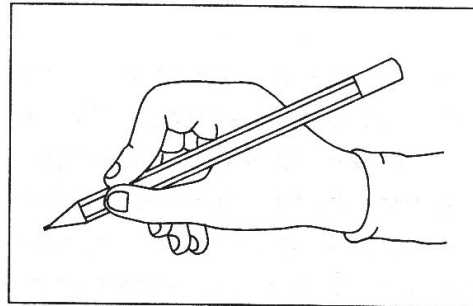
- Приобретая стол для занятий, обязательно учитывайте рост ребенка. При росте 1 м - 1 м 15 см высота крышки стола над полом должна быть 46 см, а высота сиденья стула - 26 см. При росте от 1 м 15 см до 1 м 30 см высота стола должна быть 52 см, а стула - 30 см.
- Начинать делать уроки лучше всего в три-четыре часа дня. Это пик дневной активности головного мозга.
- Каждые 40 минут приготовления домашних заданий должны прерываться 20-минутными перерывами с физическими упражнениями.
- Первоклассник без ущерба для здоровья может непрерывно проводить за компьютером не более 10 минут в день и у телевизора - не более 30 минут два-три раза в неделю.

Маленькая хитрость

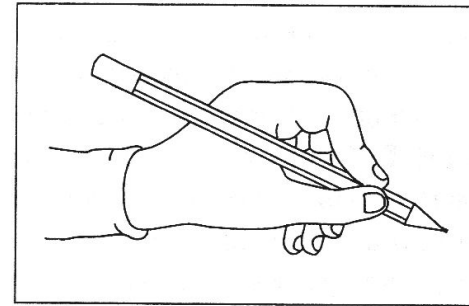
Если первоклассник встает с трудом, не нужно дразнить его «лежебокой» или вступать в спор по поводу последних минут. Можно решить вопрос по-другому: поставить стрелку на пять минут раньше, когда, действительно, вставать сегодня почему-то не хочется. «Полежи еще пять минут».

Правильное положение ручки

для праворуких

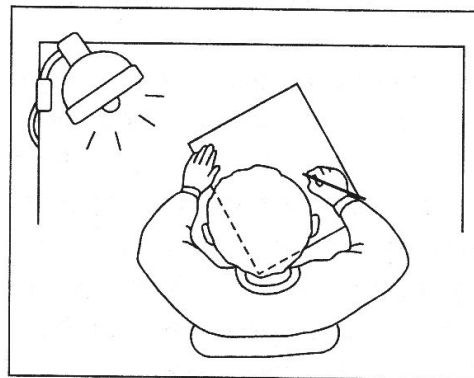


для леворуких

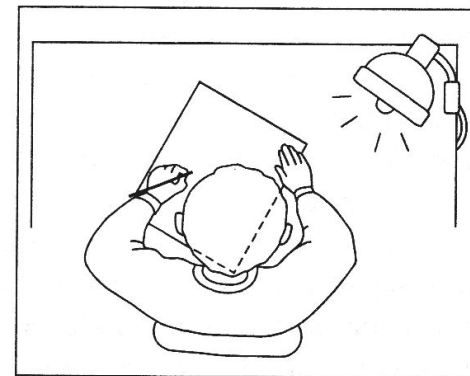


Правильное положение тетради

для праворуких



для леворуких



Десять советов родителям

Совет 1. Занимайтесь с ребенком регулярно, выберите направления занятий, не перескакивайте с одного вида занятий на другие.

Совет 2. Не занимайтесь с ребенком, если он плохо себя чувствует или активно отказывается от занятий.

Совет 3. Начинайте занятие с любимых или простых для выполнения заданий. Это дает ребенку уверенность в своих силах.

Совет 4. Спокойно, без раздражения относитесь к затруднениям и неудачам ребенка.

Совет 5. Не ругайте, не стыдите ребенка за неудачи.

Совет 6. Терпеливо разъясняйте всё, что непонятно.

Совет 7. Подбадривайте, поддерживайте ребенка в тех случаях, если он испытывает трудности или у него что-то не получается.

Совет 8. Обязательно найдите, за что похвалить ребенка во время каждого занятия.

Совет 9. Не заставляйте ребенка многократно повторять те задания, которые трудны и не получаются. В таких случаях следует вернуться к аналогичным, но более простым заданиям.

Совет 10. Учитесь видеть не только слабые, но и сильные

стороны раз-

Желаем удачи!!!

Составитель:
Коровина Татьяна
Анатольевна,
воспитатель

МБДОУ детский сад № 62 города Белово

