

# Памятки для родителей будущих первоклассников





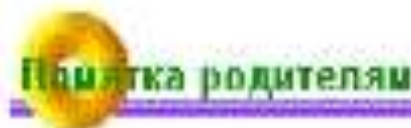
# Подготовка к школе.

**Успехи в учебе, помимо учебных умений и навыков, зависят от многих важных моментов в жизни ученика:**

- **стабильный режим дня,**
- **полноценный сон,**
- **рациональное здоровое питание,**
- **позитивное отношение к окружающим людям,**
- **стремление к успеху,**
- **наличие жизненно важных целей.**



# Чему необходимо научить ребёнка



- **Любить себя.** Пока ребенок не будет ценить собственную жизнь, он не станет деятельным, а значит, не сможет реализовать себя.
- **Интерпретировать поведение.** Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Если ребенок научился понимать и объяснять поведение людей, он не будет склонен огорчаться в подобных ситуациях.
- Ребенка надо учить **объяснять собственное поведение.** Он сможет объяснить, как он вел себя на уроке, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом чувствует. Тогда он лучше сможет понять, чего от него хотят, что он делает не так и почему с ним это случается.
- **Общаться с помощью слов.** Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, словами, помогает другим лучше понять себя и этим снимает многие проблемы и неприятности.



# Чему необходимо научить ребёнка

Памятка родителям

- **Понимать различия между мыслями и действиями.** Ребенок не может чувствовать одно, думать о другом, а действовать в третьем. У него детская, чистая коммуникация. Если он о чем-то переживает, надо научить его говорить о своих чувствах, а не переводить их в постоянные мысли, которых он боится или стесняется. Рекомендуется помогать ребенку отреагировать свои негативные эмоции через рассказ, игру, драматизацию, рисунок, пантомиму: «Нарисуй, покажи, расскажи, проиграй, что тебя сейчас тревожит, а потом мы начнем с тобой делать уроки!»
- **Доверять взрослым.** Ребенку необходимо доверять взрослым, но доверие разрушается, если родители в угоду ребенку постоянно играют с ним в разные игры и обманывают: «Съешь кашу, станешь большим», «Мама всегда говорит правду», «Папа самый сильный и смелый».
- **Думать самому.** Чувство собственной уникальности и способности к выбору - жизненно важная часть человеческого существования. Этой способности легко научить, если просто поощрять ребенка в том, чтобы он высказывал свое суждение, не боясь, что его накажут или будут над ним смеяться.



# Чему необходимо научить ребёнка



- **Интересоваться и задавать вопросы.** Все разговоры о подготовке детей к школе, интересе к учению, познавательных способностях окажутся излишними, если мы перестанем интересоваться и реагировать на замечательные вопросы, которые дети задают себе и окружающим: «Почему солнце не падает с неба?» и т.д.
- **Понимать, что на сложные вопросы нет простых ответов.** Ребенок столкнется в жизни с серьезными вопросами, социальными и научными проблемами. Не надо постоянно твердить ему: «Ты еще маленький», «Не твоего это ума дело», «Вырастешь - поймешь». Можно приоткрыть завесу и показать, что не на все вопросы есть однозначные ответы. Этим мы будем развивать стереоскопическое, глобальное, а не только черно-белое мышление ребенка.
- **Не бояться неудач.** Чтобы научиться чему-либо, ребенок не должен бояться ошибок и неудач. Детям надо помочь понять, что на ошибках можно учиться. Тем более нельзя за это унижать и наказывать детей. Ребенок, который боится ошибок и неудач, вырастет неуверенным в себе человеком, настоящим неудачником.

# Правила хорошего тона во время беседы



Уважаемые родители! Надеемся, эти правила этикета, с Вашей помощью, будут усвоены детьми.

## **Во время беседы неприлично:**

- говорить о человеке в его отсутствии;
- выпячивать своё «Я»;
- шептаться в компании;
- прерывать разговор (если нужно что-то срочно спросить, то следует перед этим извиниться);
- разговаривать с дальнего расстояния: через стол, через коридор, через улицу;
- во время беседы смотреть на потолок, в сторону, на часы.



# Советы родителям

- Помните, что при поступлении ребенка в школу его цели и мотивы отличаются от целей и мотивов взрослого, ребенок еще не в состоянии ставить познавательные цели.
- Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь с ним против объективных трудностей, станьте союзником, а не противником или сторонним наблюдателем.
- При первых неудачах не нервничайте сами и не нервничайте ребенка. Пытайтесь отыскать объективные причины трудностей и смотреть в будущее с оптимизмом.
- Не уличайте в неумении, а помогайте найти пути решения.
- Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения.



# Советы родителям

- Приводя ребенка в первый класс, необходимо отчетливо понимать, что для него должны меняться не только место пребывания, режим и вид деятельности, но и вся шкала ценностей, которую он создал за свои 7 лет. То, что приветствовалось в семье или детском саду, в школе может оказаться нежелательным. Такая смена психологически очень трудна.
- Имея дело с первоклассниками, учитывайте тот факт, что воспитатель детского сада и школьный учитель могут видеть одного и того же ребенка совершенно по-разному. Для ребенка эта смена отношения к себе может быть очень болезненной, он дезориентирован, он не понимает, что же теперь «хорошо», а что «плохо». Поддержите его в этой трудной ситуации.
- Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Не возможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не выработать у ребенка страха перед ошибкой. Чувство страха - плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания.
- Не обольщайтесь - вы не идеал, а значит, не образец для подражания во всем и всегда. Поэтому не заставляйте ребенка быть похожим на вас. Признайте за ребенком право на индивидуальность, право быть другим. Для успешного обучения мы должны превратить свои требования в хотения ребенка.





# Помощь родителей во время адаптации ребёнка к школе



- Будьте ребенком спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.
- Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.
- Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если “вчера предупреждали”.
- Не отправляйте ребенка в школу без лёгкого завтрака – за полчаса до выхода из дома хотя бы напоите его сладким чаем.



- Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: “смотри, не балуйся”, “веди себя хорошо”, “чтобы сегодня не было замечаний о твоём поведении” и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.



# Помощь родителей во время адаптации ребёнка к школе



- Встречайте ребенка после школы спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми).
- Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладываете на потом, это не займет много времени.
- Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.
- Имейте в виду, что все дети любят сказку перед сном, песенку, ласковые слова. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном о неприятностях.





# Помощь родителей в период адаптации ребёнка к школе.

➤ Ежедневно интересуйтесь учебными успехами ребенка (спрашивайте: «Что ты сегодня узнал нового?» вместо традиционного «Какую сегодня получил оценку?»).



➤ Старайтесь выслушать рассказы ребенка до конца. Поделиться своими переживаниями – естественная потребность детей.

➤ Радуйтесь успехам, не раздражайтесь из-за каждой неудачи, постигшей ребенка.

➤ Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.



# Помощь родителей во время адаптации ребёнка к школе

Приветка родителям



- **Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребёнку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.**
- **Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребёнком. Свои разногласия решайте без ребёнка.**
- **Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец полугодия, первая неделя после зимних каникул, середина третьего триместра.**
- **Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!**



# Как поддержать самоценность ребёнка?



- **Безусловно, принимайте ребенка!**
- **Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.**
- **Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)**
- **Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.**
- **Помогайте, когда он просит.**
- **Поддерживайте каждый успех.**
- **Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.**
- **Конструктивно решайте конфликты.**
- **Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.**
- **Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.**



# Взаимодействие с учителем.



- Только вместе со школой можно добиться желаемых результатов в воспитании и обучении детей. Учитель – ваш первый союзник и друг вашей семьи. Советуйтесь с ним, поддерживайте его авторитет.
- Замечания о работе учителя высказывайте в школе, на собрании. Нельзя этого делать в присутствии детей.
- Обязательно посещайте все занятия и собрания для родителей. Если не сможете, сообщите об этом учителю лично или запиской через ребенка.
- Содействуйте тому, чтобы ребенок участвовал во всех касающихся его мероприятиях, проводимых в классе, школе.
- Обязательно оказывайте посильную помощь школе (классу).





# Советы родителям.

Помощь родителям

- Нельзя, чтобы у школьника не было других обязанностей, кроме учёбы. Человек, который в течение дня должен сделать много дел, привыкает ценить время, планировать работу, приступать к ней без проволочек.
- Во время занятий с ребенком необходимы: спокойный тон, поддержка (“не волнуйся, все получится”, “давай разберемся вместе”, “я тебе помогу”), похвала (даже, если не очень получается).
- В общении с ребенком старайтесь избегать условий: “Если ты сделаешь, то...”. Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.
- Проверяя домашнее задание, нацеливайте ребенка на то, чтобы он умел доказывать правильность выполнения задания, приводить свои примеры. Чаще спрашивайте: «Почему?» «Докажи», «А можно ли по-другому?».





## *Подготовка домашних заданий.*

➤ Уважаемые родители, дедушки и бабушки! Помните! Домашнее задание задают вашему ребёнку! Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребёнку работать самому.

➤ Помощь необходима только в том случае, если у ребенка есть некоторые сложности в развитии познавательных навыков. В этом случае неплохо ещё и посоветоваться со специалистом, чтобы не навредить.







# Подготовка домашних заданий.

- С чего же начать? Убрать всё лишнее со стола!
- Лучшее время для выполнения домашних заданий: с 15.00 до 18.00. Плотно пообедать надо не меньше, чем за час-полтора до этого, но и голодным садиться за уроки не стоит. Занятия поздними вечерами бесполезны, т.к. ребенок уже устал от насыщенного учебного дня.
- Если ребёнок входит в работу легко, но быстро устаёт - начинать лучше с самых трудных заданий. Если вработывание растягивается, долго раскачивается - начинать лучше со средних заданий, потом уже переходить к сложным. А если совсем никак - надо начать с самых простых, чтобы почувствовать успех от быстро и легко выполненного.
- Помните, что на выполнение учебных заданий не стоит тратить всю жизнь (есть ещё много чего интересного и увлекательного).





# Подготовка домашних заданий.

- После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).
- Возьмите на заметку, что в начальных классах надо укладываться с домашней работой за 1 час. Дошкольник же должен продуктивно заниматься 30-40 минут.
- Не заставляйте делать все задания в один присест, это должно занимать не больше 15-20 минут времени, и только после отдыха можно вернуться к заданию.
- Каждые 15 -20 минут не помешает отдохнуть: потанцевать, поваляться по полу, поупражняться с гантелями. Любящие родители могут поиграть с ребенком в игру "разожми кулачок", нарисовать в воздухе, следя глазами, (причем и одной и другой рукой) знак бесконечности, а ребенку назовите это "ленивой восьмеркой", а можно и цветы полить, и с собакой поиграть.



# Подготовка домашних заданий.



- Особую важность имеет твердо установленное время начала занятий. Благодаря этому вырабатывается привычка, к назначенному часу появляется психологическая готовность и предрасположение к умственной работе, даже теряется интерес к игре, прогулке.
- При установке часа начала занятий необходимо определить разумное соотношение времени, отводимого на уроки, прогулки, домашние обязанности, чтобы одно не шло в ущерб другому.
- Необходимо постоянное место для занятий, где все необходимые предметы находятся под рукой. Так вырабатывается привычка к внутренней мобилизации с момента начала занятий и до тех пор, пока не выработалось умение управлять своим поведением, рабочее место должно быть только местом для занятий (ни игр, ни картинок, ни игрушек, ни посторонних книг, ни цветных карандашей и фломастеров, если они не нужны для текущей работы).
- Если нет возможности выделить постоянное отдельное место, то в определенный час должно быть безусловно выделено, освобождено место для занятий.



# Родителям о наказаниях



- Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.
- Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.
- Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.
- Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.
- Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.
- Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.
- Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его. (Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть, - как сразу возникнет конфликт.)
- Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.
- Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.
- Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.

# Чем заменить наказания?



- **Терпением.** Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.
- **Объяснением.** Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.
- **Отвлечением.** Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.
- **Неторопливостью.** Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.
- **Наградями.** В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

# Наказывая ребёнка, пожалуйста, помните:



- Гораздо большей воспитательной силой обладает прощение проступка, а наказание освобождает от мук совести.
- Правом наказания в семье должен пользоваться один человек, наиболее уважаемый, любимый ребёнком.
- Наказывать следует за проступок, а не потому, что у вас плохое настроение.
- Не стоит читать длинных нотаций.
- Не нужно впоследствии напоминать о проступке.
- Нельзя пугать ребёнка бабой Ягой, милиционером, волком.
- Не стоит всегда наказывать ребёнка после проступка сразу. Иногда лучше сказать: «Хорошо, я подумаю до завтра, как с тобой поступить».



- Разговор о проступке следует вести только наедине.
- В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, что они вечно неправы. Этим Вы научите ребёнка уступать, признавать ошибки и поражения.

# Если ребёнок провинился...

- Когда Вам хочется сказать ребенку: «Не лги, не ври, не обманывай!», скажите лучше: «Не обманывай», А еще лучше улыбнитесь: «Кажется кто-то говорит неправду».
- Сразу дайте оценку поступку, ошибке и сделайте паузу. Оценивайте поступок, а не личность: не – «Ты плохой», а – «Ты поступил плохо».
- После замечания прикоснитесь к ребенку и дайте почувствовать, что Вы ему сочувствуете, верите в него.



# Если ребёнок провинился...

- Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.
- Ясно определите, что Вы хотите от ребёнка (и объясните ему это), а также узнайте, что он думает по этому поводу.
- Не показывайте готовых решений.
- Не унижайте ребенка словами типа: «А у тебя вообще голова на плечах есть?»
- Не угрожайте: «Если ты ещё раз сделаешь – ты у меня получишь».
- Не вымогайте обещаний, для ребенка они ничего не значат.
- Ни при каких обстоятельствах не заглядывайте в портфель и карман ребенка, даже если вам кажется, что Вы все должны знать о своих детях.





# 10 заповедей для родителей



*Ребенок – это праздник, который всегда с Вами!*

- 1. Не ждите, что Ваш ребенок будет таким, как Вы, или таким, так Вы хотите. Помогите ему стать не Вами, а собой.**
- 2. Не требуйте от ребенка платы за всё, что Вы для него сделали. Вы дали ему жизнь – как он может отблагодарить Вас? Он даст жизнь другому, тот третьему, и это необратимый закон благодарности.**
- 3. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, «что посеешь, то и пожнёшь».**
- 4. Не относитесь к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам, и будьте уверены – ему она тяжела не меньше, чем Вам, а может быть, и больше, поскольку у него нет опыта.**
- 5. Не унижайте!**

# 10 заповедей для родителей



*Ребенок – это праздник, который всегда с Вами!*

6. Не забывайте, что самые важные встречи человека – это его встречи с детьми. Обращайте больше внимания на них – мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребёнке.
7. Не казните себя, если не можете сделать что-то для своего ребёнка. Ругайте себя, если можете, но не делаете. Помните: для ребенка сделано недостаточно, если не сделано всё.
8. Ребенок – это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала Вам на хранение и развитие в нём творческого огня.
9. Умейте любить чужого ребёнка. Никогда не делайте чужому то, что не хотели бы, чтобы сделали Вашему.
10. Любите своего ребёнка любым – неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним, радуйтесь, потому что ребёнок – это праздник, который пока с Вами!