

1. Поступление ребенка в школу является стрессовой ситуацией: новое, достаточно внушительных размеров, здание, новый коллектив, новые взрослые – учителя и гораздо больший объем нагрузки, чем в детском саду, отсутствие дневного сна (для некоторых) и т.п., все это требует от организма ребенка приспособления к новым условиям (адаптации). У большинства детей этот процесс происходит незаметно и удачно заканчивается в течение I четверти. У некоторых детей этот процесс длится гораздо дольше. В этот период в поведении ребенка могут наблюдаться какие-либо изменения, например:

- излишняя тревожность, страхи;
- сонливость или наоборот, чрезмерная возбудимость, беспокойный сон;
- болевые проявления: жалобы на головную боль, боль в животе («ножки болят», «коленочки»), тошноту; - так называемые психосоматические проявления.

Старайтесь обращать внимание на жалобы ребенка, интересуйтесь, какие возникают у него проблемы, старайтесь ему помочь, поддержать.

2. Соблюдение режима дня школьника:

- полноценный сон (возможность дневного сна);
- правильное питание (желательно давать ребёнку с собой яблочко, банан и т.д., помимо школьного питания);
- пребывание на свежем воздухе (наказывать ребенка лишением прогулки на свежем воздухе категорически запрещается!);
- выполнение домашних заданий в определенное время.

3. Домашние задания. Отмечу, что Министерство Образования Эстонии не предусматривает в первом классе выполнение домашних заданий. Но, в то же время, вы понимаете, что темп деятельности у всех детей разный, то, что один полностью успевает выполнить на уроке, другой может только начать. А результат к концу учебного года должен быть одинаков для всех. Поэтому необходимо следить за тем, чтобы ребенок выполнял дома то, что не успел в классе.

Навык чтения – один из основных навыков, т.к. на нем строится большая часть обучения в школе. Если ребенок не смог прочитать и понять задания, то он и не сможет выполнить его. Поэтому настоятельно рекомендуется чтение вслух по 15 минут ежедневно.

«Хотите, чтобы Ваш ребенок, ходил в школу с удовольствием?»

1. Не говорите о школе плохо, не «критикуйте учителей в присутствии детей.
2. Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения.
3. В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить её, не обсуждая все подробности с ребёнком.
4. Вспомните, сколько раз вы сидели с ребенком и наблюдали за его работой над уроками. Были ли случаи, когда вы заметили у ребенка неправильные приемы работы и показали ему правильные?
5. Пусть ребенок видит, что вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы.
6. Следите, чтобы ваш ребёнок вовремя ложился спать.
7. Читайте сами, пусть ребенок видит, что свободное время вы проводите за книгами, а не только у телевизора.
8. Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребенку приятно, если его школа станет частью вашей жизни.
9. В школе ваш ребенок может столкнуться с очень критическим отношением к себе. Помогите ему не утратить веры в себя.

РОДИТЕЛЯМ О ДОМАШНЕМ ЗАДАНИИ.

Приготовление домашних заданий родители считают самым сложным на первом году обучения. Очень часто их выполнение затягивается на час, а то и на два. Прежде всего потому, что не сформированы навыки самостоятельной работы, и еще потому, что родители требуют многократного переписывания работ с черновика на чистовик заставляют сделать все в один присест, не учитывая, что максимальная продолжительность работы у младших школьников примерно 30 минут, не давая отвлечься, расслабиться (15-минутные паузы совершенно необходимы для сохранения работоспособности).

Рекомендуется с первого же дня в школе поставить дело так, чтобы ответственность за выполнение домашних заданий лежала исключительно на самом ребенке. Не советуется и "сидеть над душой", делать уроки вместе, устраивать скандалы из-за неделанных или небрежно сделанных уроков. Стоит только начать сидеть за уроками вместе, вся ответственность ляжет на Ваши плечи. Ребенок будет ждать Вас после работы, будет бояться сделать ошибку, не захочет думать сам. И в этом не будет его вины – ведь Вы приучили его так работать. Изменить же все это тогда, когда Вам это надоест или Вы вдруг захотите, чтобы ребенок стал самостоятельным, просто не удастся. И еще Вы должны помнить, что основная функция домашних заданий – дать ребенку опыт самостоятельной работы. Это вовсе не означает, что не нужно помогать ему, если такая помощь требуется, но сначала ребенок должен сам попробовать сделать работу, и только если это не удастся, попросить Вас помочь. Ваша прямая помощь, надзирательство только убедят ребенка в собственной беспомощности.