

## Как вести себя с первоклассником

### Главные и важные правила



Утром будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра и не дергайте по пустякам. Если он не сразу встает, лучше завести будильник на пять минут раньше и не начинать утро с замечаний.

Постарайтесь правильно рассчитать время, необходимое для того, чтобы собраться в школу. Если малыш не успел собраться, в следующий раз оставьте на сборы чуть больше времени.

Желательно покормить ребенка завтраком. Но, если он по какой-то причине отказывается есть, не принуждайте его. Старайтесь готовить его любимые блюда, отсутствие аппетита может быть связано с эмоциональной перегрузкой. Не забудьте собрать ему завтрак с собой.

Не говорите малышу на прощание фразы типа: «Смотри не балуйся» или «Чтобы сегодня не было плохих отметок». Лучше пожелайте ему удачи и подбодрите ласковым словом - ведь у него впереди трудный день.

Встречая ребенка из школы, не обрушивайтесь на него сразу с вопросами: «Что ты сегодня получил?» или «Ну как, сегодня без двойки?». Дайте ему расслабиться. Если же он сам хочет поделиться с вами чем-то важным, не откладывайте разговор, не отмахивайтесь от малыша, выслушайте его - ведь это не займет много времени.

Если ребенок явно чем-то огорчен, не допытывайтесь о причине. Возможно, он расскажет позже.

Не торгуйтесь, говоря: "Если ты сделаешь хорошо уроки, то я дам тебе..." У малыша может выработаться неправильное представление о цели учебы. Он подумает, что, учась, делает вам одолжение, за которое получает вознаграждение.

Имейте в виду, что есть периоды, в которые учиться сложнее: малыш быстро утомляется, у него снижается работоспособность. Для первоклашки это первые 4-6 недель, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул и середина третьей четверти.

Посвятите своему ребенку хотя бы полчаса в день, чтобы он почувствовал, что вы его любите и дорожите им. Помните, что первоклассники - это еще маленькие дети. Для них все так же важны игры.

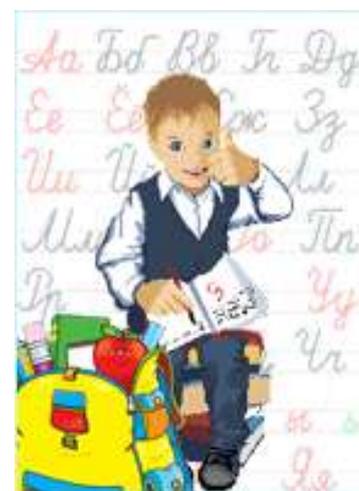
## Правила и добрые советы



В 6–7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Детские психологи и врачи считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии только в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась. Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала обучения.

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10-15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10-15 минут необходимо прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.



Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то — нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

*Допустимая продолжительность*

*письма для учащихся*

*в возрасте от 7 до 10 лет*

*не более 10 минут*

*Советы родителям первоклассников*

## Как делать домашнее задание?

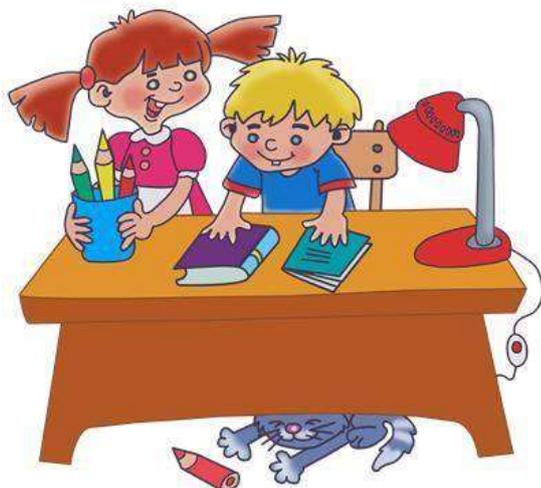
Строго определенное время занятий. После школы ребенок должен отдохнуть не менее 1,5 часа (пообедать, погулять) и потом приступить к выполнению домашних заданий. Оптимальная работоспособность у многих детей - с 16 до 18 часов.

Правильное положение за письменным столом: край стула, на котором сидит ребенок, должен заходить за край стола на 2-4 см, ноги должны свободно стоять на полу, предплечья лежать на крышке стола, спина прямая.

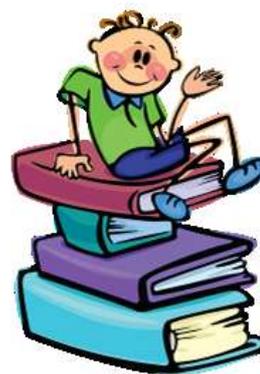
Тщательно проветривайте комнату.

Позаботьтесь о хорошем освещении (рабочая лампа + люстра в комнате). Расстояние от книги до глаз - 35-40 см.

Каждые 20-30 минут необходимо делать перерыв в занятиях. Допустимая продолжительность письма для учащихся в возрасте 7-10 лет - не более 10 минут.



Рекомендуемая продолжительность приготовления домашних заданий составляет для учащихся 1-го класса полчаса, в исключительных случаях - час. Оставшееся время можно провести на свежем воздухе. Младшим школьникам рекомендуется гулять не менее 2,5 часа в день.



## ТЕСТ

### Готов ли ваш ребенок идти в школу?



Как правило родителей будущих первоклассников волнует множество вопросов: сможет ли их ребенок учиться в школе, достаточно ли он развит, что он должен уметь накануне поступления в школу. С помощью этого теста Вы можете

достаточно объективно оценить подготовленность ребенка к школе. Ответьте на вопросы «ДА» или «НЕТ».

1. Часто ли Ваш малыш заявляет о своем желании идти в школу?
2. Вашего ребенка сильнее привлекают атрибуты школы (портфель, книжки, новое «взрослое» положение), чем возможность больше узнать и многому научиться?
3. Вы считаете, что Ваш ребенок достаточно усидчив и внимателен при выполнении не слишком привлекательного для него задания?
4. Ваш ребенок общителен как с детьми так и со взрослыми?
5. Вы не уверены в том, что Ваш малыш способен хорошо запомнить и выполнить устное поручение (например, по телефону)?
6. Ваш ребенок ни минуты не может побыть один и заняться чем-либо самостоятельно?
7. Игрушки и личные вещи Вашего ребенка всегда в беспорядке и Вы устали напоминать ему, что нужно их убрать?
8. Умеет ли Ваш ребенок считать до двадцати и обратно?
9. Может ли Ваш ребенок сравнивать числа и предметы?
10. Способен ли Ваш малыш складывать и вычитать в пределах двадцати?
11. Знает ли он простые геометрические фигуры (круг, квадрат, треугольник, прямоугольник, овал)?
12. Умеет ли ребенок выделять существенные признаки в предметах (например, у птицы есть клюв, перья)?
13. Может ли Ваш ребенок объединить одним словом понятия одного вида, рода, характера (например, назвать одним словом «обувь» слова «сапоги», «туфли», «ботинки»)?
14. Сможет ли Ваш ребенок придумать к предложенному слову слова с противоположным смыслом (например, «жарко»-«холодно»)?
15. Умеет ли он составлять рассказ по 5-7 картинкам?
16. Знает ли Ваш малыш буквы и умеет ли он читать по слогам?

17. Ваш ребенок с трудом и без всякого удовольствия декламирует стихи и рассказывает сказки?

18. Верно ли, что Ваш(а) сын (дочь) недостаточно уверенно пользуется шариковой ручкой?

19. Ваш ребенок любит мастерить, пользуясь клеем, ножницами, инструментами?

20. Ему доставляет удовольствие раскрашивать или рисовать?

21. Рисунки Вашего ребенка, как правило, неаккуратны, размашисты и не завершены?

22. Ваш ребенок без особого труда может собрать разрезанную на несколько частей картинку?

23. Может ли Ваш ребенок придумать слово к предложенному слову так, чтобы они были связаны по смыслу, как связаны слова в образце (например, образец «дерево-ветки», к слову «книга» необходимо назвать слово «страницы»)?

24. Вы считаете, что Ваш малыш нелюбознателен и плохо осведомлен?

#### Соотнесите Ваши ответы с ключом.

Если на вопросы 1, 3, 4, 5, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 19, 20, 22, 23 ответили «да», то начислите по 1 баллу за каждый ответ.

Если на вопросы 2, 6, 7, 17, 18, 21, 24 ответили «нет», то начислите еще по 1 баллу за каждый ответ.

Подсчитайте общее количество баллов. Если оно составляет:

**20-24 балла, то поздравляем! Ваш ребенок готов к школе. Будьте уверены, что ему будет легче справляться со школьными трудностями. Позаботьтесь о том, чтобы у него не пропал интерес к школе и к получению новых знаний.**

**15-19 баллов, Вам следует уделить больше внимания своему малышу, содержание вопросов либо задания в них помогут Вам выбрать нужное направление работы с ребенком. Не отчаивайтесь, Ваш малыш почти готов, чтобы идти в школу.**

**14-0 баллов, лучшим советом для Вас будет поговорка: «терпение и труд все перетрут». Ваш малыш ждет помощи и сотрудничества. Погрузитесь вместе с ним в развивающие, занимательные игры, путешествуйте по страницам книг. Все это поможет ребенку достигнуть успеха и пойти в школу подготовленным.**

