

Шпаргалки для родителей инвалидов-первоклассников



Автор: Хайдарова С. М., учитель-дефектолог МКДОУ «Детский сад № 3 комбинированного вида»,
г. Первоуральск Свердловской области
2013 г.



*Хайдарова С.М. –
учитель-дефектолог, имеет
двадцатилетний опыт работы
с детьми с ограниченными
возможностями
здоровья.*

Уважаемые родители!

**Вспомните свои школьные годы. Что приходит на ум? У кого-то радость успеха, первая «пятерка», похвала учительницы, веселые друзья, с которыми можно поиграть после уроков. А у кого-то тревога, что опять не справился, постоянное мамино огорчение, переписывание упражнения «пока не будет красиво», отнимающее драгоценное время прогулки, и бесконечная тоскливая усталость...
Что Вы пожелаете своему ребенку? Ответ очевиден. Отчего же зависит, как сложатся отношения ребенка со школой? В какой-то степени – от самой школы, от учителя, его отношения к малышу, севшему за парту. В некоторой степени – от самого ребенка: кому-то легче, а кому-то труднее даются успехи в учебе, кто-то спокойнее, а кто-то тревожнее относится к своим неудачам. И в очень большой степени – лично от Вас, от Вашей поддержки и понимания, от Вашего желания и умения помочь ребенку в сложные моменты. Вашему вниманию предлагаются коротенькие советы, чтобы учение для Вашего ребенка было в радость.
Успехов Вам!**

Что купить первокласснику?

- Кассы цифр и букв.
- Ручки.
- Простые и цветные карандаши, восковые мелки.
- Счетные палочки.
- Раздаточный материал по математике.
- Линейки, фигурные линейки.
- Краски в ванночках, кисти.
- Пенал кожаный.
- Резинка.
- Альбомы – 2 шт.
- Тетради.
- Бумага цветная.
- Ножницы с тупыми концами.
- Спортивная форма.
- Конструктор металлический.
- Мешок для обуви.
- Сменная обувь (для девочек – на каблукке).
- Природный материал.



«Детки хороши – отцу, матери – венец; худы – отцу, матери – конец».

Советы, вынесенные из практики воспитания:

- Нельзя острые этические разговоры переносить на позднее время, постарайтесь их закончить к 7-8 часам вечера.
- Научите ребенка обстоятельно готовиться к завтрашнему дню: пусть соберет книги, тетради, проверит порядок в одежде.
- Всегда нужно вовремя лечь спать, вечером нельзя допускать перевозбуждения.
- Ребенок не должен смотреть «взрослые» фильмы и вообще, на просмотр передач отводить не более 1 часа в день.
- Нельзя давать перед сном кофе и острые блюда, рассказывать страшные истории, решать конфликты взрослых при детях.
- Самое лучшее перед сном – прогулки на свежем воздухе с разговорами о завтрашнем дне.

«Человек без тормоза, что испорченная машина». (А. С. Макаренко).

Необходимые условия успешного обучения в школе:

- Организовать уголок школьника.
- Следить, чтобы уроки готовились в установленное время и в хорошо проветриваемом помещении.
- Перед началом работы (домашних заданий) выключить радио, телевизор, не мешать детям излишними замечаниями, громкими разговорами.
- Ежедневно проверять уроки и сообщать учителю о возникших затруднениях при выполнении домашних заданий.

«Не бойтесь хвалить ребенка». (А. Маркуша).

Чему нужно отдавать предпочтение?

- Основное внимание уделять повседневному общению с ребенком.
- Рассказывать ребенку много интересного, читать детские книги.
- Вместе рисовать, придумывать сказки и загадки.
- Разъяснять разные природные явления.
- Вместе обсуждать то, что видели на прогулке – это легко делается под предлогом рассказа другим членам семьи.

«Мышление начинается с удивления». (Пословица).

Как научить доводить начатое до конца?

- Ребенка ничто не должно отвлекать, ему трудно быть усидчивым, если во время его занятий взрослые смотрят телевизор, слушают радио, громко разговаривают.
- Много зависит от настроения детей и от того, как они подготовили свое рабочее место, если ребенок будет постоянно отвлекаться, то он теряет интерес к замыслу, затрачивает время впустую и оставляет дело незавершенным.
- Ребенок должен видеть внимательное, доброжелательное, но вместе с тем требовательное отношение к результатам его деятельности, тогда и сам с ответственностью относится к ней.
- Продумывать совместно последовательность работы, выбирать экономные и целесообразные способы, контролировать их выполнение.

«Верная указка – не кулак, а ласка». (Пословица).

Как сохранить хорошее зрение?

- Особое внимание следует обращать на правильную организацию рабочего места.
- Для учебных занятий должно быть отведено самое светлое место в комнате.
- Во время приготовления уроков, особенно в пасмурные дни, помимо общего освещения комнаты – светильника, следует включать настольную лампу (мощность не менее 100 Вт).
- Источник света помещается слева и несколько спереди.
- Во избежание прямого попадания света в глаза, на лампе должен быть абажур.
- Во время приготовления уроков после каждых 35-40 минут следует устраивать перерыв на 10-15 минут, чтобы дать отдохнуть глазам.
- Присутствие дневных прогулок для получения биологически активных ультрафиолетовых лучей, что служит профилактикой близорукости.

«У семи нянек дитя без глаза». (Пословица).

Режим дня – это серьезно.

- Необходимо целесообразно чередовать учебные занятия в школе и дома.
- Отдых с достаточным пребыванием на свежем воздухе, насыщенный подвижными играми и физкультурными занятиями.
- Регулярное полноценное питание.
- Полноценный, достаточный по продолжительности сон.

«С самого раннего возраста дети должны быть приучены к точному времени и точным границам поведения».
(А. С. Макаренко)

Как выполнять домашние задания?

- Выполнять домашние задания можно после обеда и достаточно продолжительного отдыха, приблизительно в 16 часов.
- На домашние задания первоклассник должен тратить без вреда для здоровья и успеваемости 30 – 40 минут в день.
- Регулируйте действия ребенка, не позволяйте непродуктивно тратить время, «зарабатывая» дополнительную усталость и скуку.
- Оказывайте «организующую помощь», поощряя и создавая ситуацию успеха.
- Начинать приготовление уроков лучше с заданий средней трудности и продолжительности, можно спросить ребенка с чего бы он сам начал выполнять.
- Активное внимание у 7-летних детей около 15 минут, поэтому после этого времени сделайте короткий перерыв на физкультминутку.

«Сделать серьезное занятие для ребенка занимательным – вот задача первоначального обучения».
(К. Д. Ушинский).

Как заниматься с гиперактивным ребенком?

- Если вы хотите, чтобы ребенок был внимательным, выполняя какое-либо задание, постарайтесь не замечать, что он ерзает и выходит из терпения.
- В подходящей ситуации, когда ребенок спокоен, тренируйте навык усидчивости и поощряйте его за спокойное поведение, не требуя от него в этот момент активного внимания.
- Поощрение должно носить моментальный характер и повторяться через 15-20 минут.
- Если высока потребность в двигательной активности, нет смысла подавлять ее.
- Данный ребенок работает продуктивно 10 минут, не надо заставлять продолжать занятие дольше, разумно переключить на другой род деятельности.
- Необходимо делить работу на более короткие, но более частые периоды.
- На первых порах снизить требования к аккуратности и четкости, чтобы сформировать чувство успеха.
- Во время занятий использовать тактильный контакт (прикосновения, поглаживания).
- Договариваться с ребенком о тех или иных действиях заранее.
- Давать короткие, четкие и конкретные инструкции.
- Оставаться спокойным

«Терпенье и труд все перетрут». (Пословица).

Как заниматься с тревожными детьми?

- Не сравнивайте ребенка с окружающими, а сравнивайте его достижения с его результатами.
- Чаще используйте тактильный контакт, дыхательные упражнения.
- Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал за что.
- Чаще обращайтесь к ребенку по имени.
- Не предъявляйте завышенных требований.
- Старайтесь делать как можно меньше замечаний.
- Используйте ситуацию комфорта, что у него все получится.
- Не унижайте ребенка, наказывая его.

*«Когда не ладятся дела
Мне помогает похвала».
(А. Л. Барто).*

Что такое переутомление?

- Резкое и длительное снижение умственной и физической работоспособности, снижение памяти и внимания.
- Расстройства невротического характера (нарушения сна, чувство страха, плаксивость, раздражительность и т.п.).
- Стойкие изменения регуляции вегетативных функций (аритмия, вегетососудистая дистония и т.п.).
- Снижение иммунитета.

**«Деньги потерял – ничего не потерял, время потерял –
много потерял, здоровье потерял – все потерял».
(Пословица).**

Как победить переутомление?

- Выделите ребенку больше свободного времени, откажитесь на время от дополнительных занятий чем-либо.
- Добавьте в питание фрукты, соки, орехи, рыбу, поливитаминные препараты.
- Увеличьте «дозу» своей поддержки в приготовлении уроков и выполнении повседневных дел.
- Постарайтесь разговаривать с ребенком побольше о том, что ему интересно.
- Старайтесь не «срывать» свою усталость и раздражение на ребенке, постарайтесь расслабиться вместе с ним.
- При крайней степени переутомления ребенок нуждается в специальных реабилитационных программах, лечебных процедурах и медикаментозной терапии.

«Здоровье – всему голова». (Пословица).

Если ребенок провинился, наказывая его, нужно помнить:

- Гораздо большей воспитательной силой обладает прощение поступка, а наказание освобождает от мук совести.
- Оценивайте поступок, а не личность: «Ты поступил плохо» вместо «Ты плохой».
- Не вымогайте обещаний, для ребенка они ничего не значат.
- Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.
- Наказание должно быть не нормой, а исключением.
- Не подчеркивать власть над маленьким ребенком.
- Не читать длинных нотаций.
- Не напоминать о проступке.
- Вести разговор о проступке наедине.
- Сразу дайте оценку проступку, ошибке и сделайте паузу.
- Правом наказания в семье должен пользоваться один человек, наиболее уважаемый и любимый ребенком.
- После замечания прикоснитесь к ребенку и дайте почувствовать, что Вы ему сочувствуете, верите в него.

«Любить – значит принимать человека, какой он есть. Ведь перед вами не враг, а собственный ребенок».
(А. Соловейчик).

Чем еще вы можете помочь своему ребенку, начинающему школьную жизнь?

- Наведите порядок в игрушках: любимые оставьте, а ненужные уберите, чтобы они не занимали место и не создавали беспорядок.
- Научите поддерживать порядок на своем столе, выделив предметы для хранения ручек, карандашей, точилок и т.п.
- Первое время наводите порядок вместе – тогда он быстрее привыкнет к нему и научится его поддерживать.
- Не сводите всю жизнь к учебе.
- Любите его не только в связи со школьными успехами.
- Не забывайте хвалить за «внешкольные» достижения и хорошие поступки.

**«Поверь мне, счастье только там,
Где любят нас, где верят нам»
(М. Ю. Лермонтов).**