

Как помочь ребенку - первокласснику

Полезные советы от психолога

Адаптация в 1-м классе:

1. Адаптация - Естественное состояние человека, которое проявляется в приспособлении (привыкании) к новым условиям жизни, новой деятельности, новым социальным контактам, новым социальным ролям
2. От благополучности протекания этого периода зависит вся дальнейшая школьная жизнь Вашего ребенка – его мотивация к учебе, его здоровье, его комфорт, его отношение к другим и пр.

Стили приспособления ребенка к среде:

1. Стремление ребенка подчинить среду себе.

Результат- дезадаптация в отношении принятия учебной деятельности и требований школы, дети, как правило, имеют низкий социальный статус

2. Непринятие новой социальной ситуации развития (как правило, вследствие психологической незрелости ребенка). Результат – недостаточное развитие силы воли, неспособность координировать свое поведение в соответствии с правилами и нормами школьной жизни

3. Полное подчинение своего поведения требованию среды.

Результат – первоклассник соответствует образу «хороший ученик», с готовностью подчиняется всем требованиям, нормам, оказывается наиболее приспособленным, имеет высокий социальный статус

Психологическая готовность к школе:

1. Личностная готовность. Труднее всего поддается коррективке.

Предполагает принятие новой социальной позиции школьника, имеющего круг важных особенностей и прав, занимающего особое положение в обществе.

Готовность этого типа выражается в отношении ребенка к школе, к учебной деятельности, к учителям, к самому себе.

Несформированность личностной готовности.

- **непосредственность в проявлении чувств, намерений, поведения**
- **Не поднимает руку, чтобы высказать свое мнение**
- **Работает только при непосредственном к нему обращении**
- **Нарушает дисциплину**
- **Обижается на учителя**
- **Преобладают игровые мотивы**

Рекомендации для родителей:

- **Культивировать школу, уважительно относиться**
- **Привлекать 1-классников к учебной деятельности старших братьев и сестер**
- **Рассказывать о школе (в т.ч. о собственном опыте)**
- **Развивать коммуникативные навыки (в т.ч. и через игру)**
- **Изучать литературу о возрастных особенностях 1-классников**
- **Развивать качества личности (умение уступать, подчиняться, сотрудничать, вести себя по правилам, рефлексировать свое поведение и пр.)**

Психологическая готовность к школе:

2. Волевая готовность.

*** Тренировка воли, произвольности поведения.**

«Вот сделаем все, тогда и пойдем»

3. Интеллектуальная готовность.

- Развивать познавательные способности**
- Обеспечивать достаточный уровень мыслительной деятельности**
- Расширять кругозор**

- **Развивать способности**
 - **Развивать мелкую моторику руки**
 - **Играть в игры, где задействованы крупные мышцы тела**
-

Экспресс-тест «Готовности к школе» - наблюдаем за игрой своего ребенка

- 1. Следует ли правилам игры**
- 2. Как устанавливает контакты**
- 3. Считается ли с другими как с партнерами**
- 4. Умеет ли управлять своим поведением**
- 5. Требуем ли уступки от партнеров**
- 6. Бросает ли игру при неудаче**

Развитие самостоятельности ребенка

- Обязательно приучать ребенка делать любое дело от начала до конца (уборка комнаты, выполнение уроков, помощь в уходе за животными и пр.). Важно не останавливаться на полпути: мол, знает, умеет и ладно, красиво делать научиться сам позже.
- Приучать ребенка думать о результатах, а не стараться скорее разделаться с делами: важно не допускать мысли – быстрее бы дописать (дочитать, добежать) и все забыть

Развитие самостоятельности ребенка

- Ребенка нужно приучать думать о качестве работы, делать работу по возможности хорошо, не ограждать его от переживаний по поводу получаемых отметок (типа не важно, что ему ставят, главное, что ему интересно и, что он старается, как может, и этого достаточно). Надо ориентировать ребенка на то, что завтра он сделает лучше, чем сегодня.
- Учеба – это постоянное совершенствование навыков и к этому надо приучать ребенка с первых дней в школе.

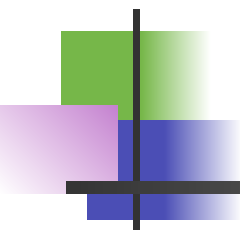
Развитие самостоятельности ребенка

- Правильно организовывать домашнюю работу, постоянно приучать ребенка к самостоятельному, кропотливому, терпеливому учебному труду.
- На ошибки ребенка лучше указывать не прямо.
Нужно попросить ребенка самому найти их - в этом первая форма самоконтроля.
- Организованность ребенка целиком зависит от того, насколько организованы родители. Создавать ситуации, где ребенок будет размышлять, настойчиво следовать избранному плану.

Как помочь ребенку в приготовлении уроков

НЕЛЬЗЯ:

- 1) Предоставлять детям полную самостоятельность в приготовлении уроков «Уроки заданы тебе, а не мне, вот ты и делай» - у ребенка возникает обида на родителей.
- 2) Оказывать детям чрезмерную опеку «Ну, что нам сегодня задали?» - формируется безответственность, уверенность, что все будет сделано хорошо и без особых усилий.



БЕЗУСЛОВНЫЙ ДОЛГ РОДИТЕЛЕЙ: **НАЛАДИТЬ ПРОЦЕСС** **ПРИГОТОВЛЕНИЯ** **ДОМАШНИХ ЗАДАНИЙ**

- 1. Организация рабочего места ребенка:
правильное освещение, отсутствие всего
лишнего**
- 2. Уточнение распорядка дня (выделение на
приготовление уроков необходимого времени)**
- 3. Определение последовательности приготовления
уроков**

4. Поддержка ребенка, подбадривание, объяснение того, что ребенок забыл или не понял, особенно на первых порах, когда дети делают много ошибок и помарок из-за неумения распределять внимание, от чрезмерного напряжения, быстрого утомления.

Но не подменять деятельности ребенка

5. Домашнее задание должно быть выполнено по возможности аккуратно, чисто, красиво – **но в пределах возможностей ребенка.**

Нельзя: заставлять переписывать по десять раз.

Надо: получить пусть небольшие успехи, но закрепить их на следующий день



**Сегодня ребенок перепишет со слезами на
глазах работу десять раз, а завтра
выполнит ее небрежно, т.к. родители были
заняты и не проверили качество работы.**

**Следствие – ребенок может начать
ловчить, учитывать занятость и
настроение родителей, а собственной
ответственности у него так и не
сформируется.**

Следующий этап помощи:

- Снижение прямого участия родителей в приготовлении уроков. Замена прямого участия на присутствие при приготовлении уроков.
- Замена полного участия на контроль за выполнением заданий. При этом неизменно: интерес и внимание к жизни 1-класника, умение радоваться его успехам, а при первом появлении трудностей в учебе или общении, организация помощи.
- В школе все равно происходит процесс оценивания.

•Важно:

- 1) Не допускать, чтобы ребенок почувствовал свое превосходство перед другими детьми, когда его высоко оценивают**
- 2) Не допускать дружбы с другими детьми только из-за оценок**
- 3) Оценка не должно стать самоцелью, иначе познавательная деятельность заменяется отметкой в последующем**

Конкретные рекомендации:

- 1) Лучше приступать к выполнению задания через 1-1,5 часа после возвращения из школы.**
- 2) В случае кружков и др. дел, можно делать уроки и позже, но не вечером.**
- 3) Время непрерывной работы для 1-классника – 15-20 минут, к концу начальной школы – 30-40 минут.**
- 4) Перерыв 5 минут при интенсивной физической нагрузке: наклоны, прыжки, приседания, спортивный комплекс, игра в мяч.**

Конкретные рекомендации:

4) Помнить, что работоспособность ребенка после школы уже снижена.

5) Не давать дополнительных заданий, кроме тех, что задали в школе

6) Не заставлять переделывать плохо выполненную работу. Можно предложить проверить ее и исправить ошибки, но переписывать не надо.

Повторное выполнение задания воспринимается как бессмысленное, скучное дело, которое отбивает охоту заниматься, лишает веры в свои силы.

Конкретные рекомендации:

7) Приучать садиться за уроки вовремя

8) Подсказать, что пришло время перерыва, а потом, что перерыв закончился.

9) Если у ребенка есть четкий распорядок дня, то напоминать, что пора садиться за уроки придется недолго – первые 2-3 месяца. иногда, правда, это удовольствие растягивается на годы.

10) Ребенок сел за стол – важно быть рядом. Надо следить, чтобы он не отвлекался, не начинал посреди работы что-то рисовать на случайной бумажке и пр.

Конкретные рекомендации:

11) Родительские замечания по поводу отвлечений свести к минимуму: никаких нотаций, раздражений, возмущений типа «о чем ты только думаешь», они отвлекают дополнительно. Вернуть внимание ребенка можно жестом, кивком головы, негромким напоминанием: «Пиши, пиши», удивленным вопросом: «Почему ты не решаешь?»

Конкретные рекомендации:

12) В случае ошибки ребенка, попросите и помогите найти ошибку и исправить. Если ребенок не понял задачи на уроке, повторите объяснения дома, но не решайте задачу за ребенка.

13) Постепенно нужно снижать степень контроля: сидеть с ребенком только первые несколько минут, пока он приготовится к урокам. Потом можно подойти еще пару раз: постоять несколько минут и снова отойти. К концу начальной школы ребенок должен делать уроки самостоятельно, показывая родителям только готовый результат

Приемы формирования внимания и самоконтроля:

• Обучение проверке решения:

А) столбик примеров с правильными и неправильными, ребенок отмечает красной ручкой неправильные

Б) ребенок сам пишет столбик

В) ребенок проверяет то, что сам написал и ищет ошибки

ФОРМА игры «в учителя»

После того, как ребенок научился проверять примеры, этот навык нужно перенести на остальные учебные задания.

Приемы формирования внимания и самоконтроля:

Г) «ты ведь так хорошо умеешь все проверять, а в дом.задании сделал целых 2 ошибки и ни одну не исправил. Ну-ка, скорее все проверь.»

**Д) напоминаем о необходимости самопроверки
(придется это делать не раз и не два)**

**Е) формируется привычка самопроверки
выполнения уроков.**

**ВАЖНО: никогда не ругать ребенка за исправления,
при самопроверке, даже если получается грязь.**

**Самоисправления – это первая форма самоконтроля,
они должны всячески поощряться.**

Приемы формирования внимания и самоконтроля:

Г) «ты ведь так хорошо умеешь все проверять, а в дом.задании сделал целых 2 ошибки и ни одну не исправил. Ну-ка, скорее все проверь.»

**Д) напоминаем о необходимости самопроверки
(придется это делать не раз и не два)**

**Е) формируется привычка самопроверки
выполнения уроков.**

**ВАЖНО: никогда не ругать ребенка за исправления,
при самопроверке, даже если получается грязь.**

**Самоисправления – это первая форма самоконтроля,
они должны всячески поощряться.**