

КАК ПРИУЧАТЬ РЕБЕНКА ГОТОВИТЬ ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ

1. Приучайте готовить уроки в строго установленное время (через 1-2 после школы), в проветренном помещении;
2. Перед началом выполнения домашнего задания создайте условия: обеспечьте тишину и достаточное освещение.
3. Не сидите с ребёнком за уроками, но будьте рядом, ежедневно проверяйте их. Учите задания выполнять быстро, чётко, не отвлекаясь.
4. Начинайте с трудного задания. Чередуйте устные и письменные занятия.
5. Через каждые 15-20 минут делайте активный перерыв.
6. Постепенно снижайте степень контроля:
 - Сидеть рядом с ребёнком не всё время выполнения им домашнего задания, а только первые минуты, пока он достанет всё, что нужно из портфеля;
 - Потом можно подойти пару раз: постоять рядом несколько минут и снова отойти;
 - К концу начальной школы ребёнок должен научиться делать уроки самостоятельно, показывая родителям только готовый результат.
7. Очень важно приучить ребенка к самоконтролю. После выполнения задания попросите ребенка проверить написанное. Если он сам нашел и исправил ошибку –

обязательно похвалите! Лишь когда самопроверка войдет в привычку, можно прекратить напоминать.

НЕРЕКОМЕНДУЕМЫЕ ФРАЗЫ ДЛЯ ОБЩЕНИЯ:

- Тысячу раз говорили тебе, что...
- Сколько раз надо повторить...
- И о чем ты только думаешь...
- Неужели так трудно запомнить!...
- Ты становишься невыносимым...
- Отстань, мне некогда...
- Попробуй только ошибись!
- Иди, сам подумай (или читай еще раз)...
- Почему Лена (Вася, Петя и т.д.) такая умница, а ты....
- Уроки задают тебе, ты их и делай...
- Ну и что нам задали?

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ФРАЗЫ:

- Ты у меня умница!
- Как здорово, молодец!
- Как хорошо у тебя получилось, научи меня!
- Спасибо тебе...
- Если бы ты не помог (помогла), мне бы одной не справиться!
- Как здорово, что ты у нас есть!
- Не беда, все люди ошибаются. Ошибки учат нас быть внимательными.
- Что бы ни случилось, мы тебя любим таким, какой ты есть!

Удачи вам!

МБОУ
«СОШ № 17 им.Д.Н.Кугультинова»

Памятка для родителей «Ваш ребенок- первоклассник»



www.solnet.ee

Подготовила педагог-психолог
Бадмаева Светлана
Станиславовна

г. Элиста 2021

ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ

- Значительно повышается нагрузка на организм, особенно так называемая статическая нагрузка. Потребность в двигательной активности остается прежней, а школьные условия требуют много времени находиться в сидячем, неподвижном положении.
- От первоклассника требуется значительное умственное и физическое напряжение. Непроизвольное запоминание в игре уступает место целенаправленному обучению за счет усилий воли.
- Ребенок попадает в новый для себя жизненный уклад. Ему приходится осваивать множество школьных правил поведения, которые значительно отличаются от принятых в семье. Особенно это сложно детям, не посещавшим детский сад.
- Первоклассник оказывается в новом коллективе сверстников и среди незнакомых взрослых, с каждым из которых ему необходимо выстроить отношения, найти свое место в группе.



КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ?

- Создайте в семье атмосферу благополучия. Формируйте высокую самооценку ребёнка, хвалите и поддерживайте ребенка.
- Интересуйтесь школой, расспрашивайте ребёнка о событиях каждого дня.
- Ребенок может ошибаться, это нормально.
- Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге. Не критикуйте учителя и школу при ребенке.
- Проводите время с ребенком после школьного дня. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для физической активности и игр.
- Взаимодействие с ребёнком, контакт с ним, естественно, исключают авторитарность, диктаторство, угрозы: «Вот пойдёшь в школу — там тебе покажут!», «Только посмей мне двойки приносить!». Нужно прививать ребёнку уважительное отношение к учебному труду, подчёркивать его значимость для всех членов семьи.
- В первые месяцы учебы нежелательно отдавать ребенка в музыкальную школу и т.д., т.к. это повлечет перегрузку.
- Недопустимы физические меры воздействия, запугивания, критика в адрес ребенка, особенно в присутствии третьих лиц (бабушек, дедушек, сверстников);
- Исключите такие меры наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания;

- С самого начала учения вселяйте в детей веру и оптимизм: «Неудачи временны. То, что не получилось сегодня, получится завтра».

ЗАБОТА О ЗДОРОВЬЕ - УСЛОВИЕ УСПЕШНОЙ АДАПТАЦИИ

- Соблюдайте режим дня. Укладывайте спать в 21.00.
- Следите за правильной посадкой во время выполнения домашних заданий, соблюдайте световой режим.
- Предупреждайте близорукость, искривление позвоночника тренируйте мелкие мышцы кистей рук.
- Организуйте полноценное питание. Подавайте витаминные препараты, адаптогены. Соблюдайте питьевой режим.
- Закаливайте ребёнка, максимально развивайте двигательную активность (прогулки, подвижные игры, семейный спорт).
- Воспитывайте самостоятельность и ответственность ребёнка (навыки самообслуживания, домашние обязанности и поручения).