



*Автор-составитель:
педагог-психолог
Логунова Елена
Ростиславовна*

Ребенок идет в первый класс. Это волнительно не только для родителей, но и для самого ребенка, потому что его жизнь очень сильно меняется.

1. Меняются взаимоотношения со взрослыми: были воспитатели в детском саду, теперь учитель, который несет ребенку знания. В дошкольном детстве малыш играл и получал похвалу со стороны взрослых. В школе показателями успешности ребенка становятся одобрение и признание, идущие от учителя, родителей, одноклассников. Чтобы их заслужить, он должен вести себя соответственно правилам, установленным в школе, и ожиданиям со стороны взрослых (на уроке не шуметь, внимательно слушать учителя, выполнять все задания правильно и аккуратно, на переменах не бегать, не драться, не обижать других детей, самостоятельно приходить из школы домой, собирать портфель к следующему учебному дню).

2. Меняются взаимоотношения с детьми: в детском саду были самые старшие – подготовительная группа, а в школе самые младшие – первоклашки. Появляются одноклассники, с которыми ребенок не знаком и приходится заново выстраивать отношения.

3. Меняется материальное окружение. Вместо привычного детского сада появляется огромная школа, классы, актовый и спортивный залы, столовая, спортивная площадка (стадион), холлы, коридоры, туалеты для девочек, туалеты для мальчиков.

Все вышеперечисленное тревожит детей в период адаптации к школе (обычно она проходит в течение первых двух месяцев обучения).

Что необходимо сделать родителям, чтобы помочь своему первокласснику?

- Пройти с ребенком по школе от входа до класса, показать, где находится туалет (это очень важно, т.к. им пользуются обучающиеся других классов, и дети часто стесняются туда ходить), гардероб, столовая, спортивный и актовый залы, библиотека, чтобы ребенок ориентировался в здании.

- Желательно в течение первых двух-трех недель провожать ребенка до школы и встречать. За это время сформируется привычка ходить в школу и действовать по определенному маршруту.

- В период адаптации установить дома щадящий режим: никаких ремонтов, переездов, выяснения отношений. Дома должно быть тихо, спокойно, достаточное питание, фрукты, овощи, витамины, при необходимости дневной сон. Спать ребенок должен не менее 9-10 часов. Обязательны активные прогулки на свежем воздухе.

- Интересуйтесь школьными делами ребенка. От того, насколько эти дела важны для вас, ровно настолько они будут важными для него. Дежурная фраза: «Ну, как дела в школе?» здесь не работает. Необходимо узнать, чем занимались, как ребенок справился с заданиями, как его оценил учитель, внимательно посмотреть тетради (прописи), если необходимо, то поупражняться в письме, чтении.

- Помочь ребенку наладить общение с одноклассниками (объяснить, как первому подойти, познакомиться, предложить игру). Принять участие в классных мероприятиях, экскурсиях, школьных ярмарках.

А самое главное – любите своего ребенка, поддерживайте его, и тогда с вашей помощью он справится со всеми трудностями.