**Советы школьного психолога родителям первоклассников**

Уважаемые родители!

Учение в школе - это новый период в жизни вашего малыша. Очень важно, чтобы с первых дней пребывания в гимназии ребенок чувствовал себя комфортно. От этого будет зависеть успешность его обучения и общения в школе, дети далеко не одинаково легко <вживаются> в новые условия жизни - школьное обучение.

Наблюдается три уровня адаптации детей к школе. Зная их содержание, вы сможете определить, как проходит период привыкания к школьной жизни у Вашего ребенка.

|  |  |
| --- | --- |
| Уровни адаптации | Содержание |
| Высокий  уровень | - Первоклассник положительно относится к школе. Предъявляемые требования воспринимает адекватно.  - Учебный материал усваивает легко, глубоко и полно, успешно решает усложненные задачи.  - Прилежен, внимательно слушает указания и объяснения учителя. Выполняет поручения без внешнего контроля.  - Проявляет большой интерес к самостоятельной учебной работе (всегда готовится ко всем урокам).  - Общественные поручения выполняет охотно и добросовестно. Занимает в классе благоприятное статусное положение. |
| Средний  уровень | - Первоклассник положительно относится к школе, ее посещение не вызывает отрицательных переживаний.  - Понимает учебный материал, если учитель объясняет его подробно и наглядно.  - Усваивает основное содержание учебных программ.  - Самостоятельно решает типовые задачи.  - Сосредоточен и внимателен при выполнении заданий, поручений, указаний взрослого, но при условии контроля с его стороны.  - Общественные поручения выполняет добросовестно.  - Дружит со многими одноклассниками. |
| Низкий  уровень | - Первоклассник отрицательно или индифферентно относится к школе.  - Нередко жалуется на здоровье, у него доминирует подавленное настроение.  - Наблюдаются нарушения дисциплины.  - Объясняемый учителем материал усваивает фрагментарно.  - Самостоятельная работа с учебником затруднена.  - При выполнении самостоятельных учебных заданий не проявляет интереса.  - К урокам готовится нерегулярно, для того чтобы он начал заниматься, необходим постоянный контроль: систематические напоминания, побуждения со стороны учителя и родителей.  - Общественные поручения выполняет под контролем, без особого желания.  - Пассивен, друзей не имеет. |

 Для того чтобы период адаптации к школе прошел у ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников.

Необходимым условием успешной адаптации ребенка в школе является степень участия родителей в его школьной жизни, в организации приготовления уроков, особенно в первый год обучения.

Как помочь ребенку в подготовке домашнего задания?

1. Проверьте, правильно ли организовано рабочее место ребенка.

- Рабочее место должно быть достаточно освещено.

- Источник света должен находиться спереди и слева, чтобы на тетрадь не падала тень от головы или от руки.

- Во время приготовления уроков на столе не должно быть лишних предметов.

2. Приучите ребенка вовремя садиться за уроки.

- Приступать к выполнению домашнего задания лучше всего через 1-1,5 часа после возвращения из школы, чтобы ребенок успел отдохнуть от занятий, но еще не устал и не перевозбудился от домашних игр и развлечений.

- Если ребенок посещает кружок или спит после занятий в школе, за уроки можно садиться позже, но в любом случае нельзя откладывать их приготовление на поздний вечер.

3. Не разрешайте ребенку слишком долго сидеть за рабочим столом. Своевременно устраивайте небольшие перерывы.

- Родители часто требуют, чтобы ребенок не вставал из-за стола, пока не приготовит все уроки. Это неверно! Для 7-летнего ребенка время непрерывной работы не должно превышать 15-20 мин. К концу начальной школы оно может доходить до 30-40 мин.

- На перерыв достаточно 5 мин., если он будет заполнен интенсивными физическими нагрузками (приседания, прыжки, наклоны и т.д.).

4. Ни в коем случае не давайте ребенку дополнительных заданий кроме тех, которые ему задали в школе.

- Не забывайте, что у первоклассника ежедневно бывает определенное количество уроков, поэтому его работоспособность в течение дня снижается.

5. Не заставляйте переделывать плохо выполненную классную работу.

- Можно предложить проверить ее, исправить ошибки, но переписывать не надо. Повторное выполнение уже сделанного задания (пусть с ошибками) воспринимается как бессмысленное, скучное дело. Оно отбивает охоту заниматься, лишает веры в свои силы.

6. Первое время следите за тем, все ли уроки сделаны.

- Может случиться так, что ребенок плохо усвоил учебный материал. Тогда придется дополнительно позаниматься с ним, объяснить то, что осталось непонятным.

7. Присутствуйте при подготовке ребенком домашних заданий, подбадривайте его, объясняйте, если он что-то не понял или забыл, но не подменяйте его деятельность своей.

- На первых порах при выполнении домашнего задания дети могут делать много ошибок, помарок от неумения распределять внимание, чрезмерного напряжения, быстрого утомления.

8. Требуйте, чтобы домашнее задание было выполнено чисто, аккуратно, красиво. Но все эти требования должны оставаться в пределах возможностей ребенка.

Обратите, пожалуйста, внимание на развитие значимых для школьника умений и при необходимости окажите своему сыну или дочери помощь в их приобретении и развитии. К таким умениям относятся:

• умение собрать свой портфель (ранец);

• поздороваться с учителями и детьми;

• задать вопрос учителю или однокласснику;

• ответить на вопрос;

• слушать объяснения и задания учителя;

• выполнять задание;

• попросить учителя помочь, если что-то непонятно, что-то не получается;

• умение долгое время заниматься одним и тем же делом;

• обращаться с книгой, тетрадью и другими школьными принадлежностями;

• разделять работу на части;

• адекватно реагировать на замечания;

• объяснить, обосновать то, с чем не согласен;

• учитывать мнение других;

• гордиться своей работой и не скрывать этого;

• устанавливать и поддерживать дружеские контакты со сверстниками;

• брать на себя часть ответственности за ведение домашнего хозяйства;

• самостоятельно пользоваться общественным транспортом, деньгами, средствами для проведения свободного времени;

• умение осуществлять выбор, обеспечивающий собственную безопасность.

Успех в решении такой сложной задачи, как успешная учеба ребенка в школе, зависит от эффективного сотрудничества школы и семьи. Опыт показывает, что никакая самая хорошая школа не может полностью заменить ребенку семью, семейное воспитание. Единство требований семьи и школы - очень важный принцип воспитания. Школа дает ребенку научные знания и воспитывает у него сознательное отношение к действительности. Семья обеспечивает практический жизненный опыт, воспитывает умение сопереживать другому человеку, чувствовать его состояние. Ребенок, лишенный родительской нежности, вырастает замкнутым, неконтактным.

Помните! Ребенок - самая большая ценность в вашей жизни. Стремитесь понять и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживайтесь наиболее прогрессивных методов воспитания и постоянной линии поведения:

- в любой момент оставьте все свои дела и займитесь ребенком;

- советуйтесь с ним, невзирая на возраст;

- признайтесь сыну (дочери) в ошибке, совершенной по отношению к нему (к ней);

- извинитесь перед ребенком в случае вашей неправоты;

- почаще ставьте себя на его место;

- всегда воздерживайтесь от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребенка;

- пытайтесь устоять против детских просьб и слез, если уверены, что это каприз, мимолетная прихоть;

- не стесняйтесь рассказывать поучительные случаи из своего детства, представляющие вас в невыгодном свете;

- сохраняйте самообладание, даже если поступок ребенка вас вывел из себя.

Дорогие родители!

Со всеми трудностями и вопросами, связанные с воспитанием детей, их адаптацией и пр. Вы можете обращаться к школьному психологу.