

Готовимся к 1 сентября

Психологи сходятся во мнении: очень важно создать у ребенка эмоциональный позитивный настрой, чтобы он воспринимал 1 сентября и поход в школу как нечто радостное и приятное. То есть, необходимо подарить будущему первокласснику ощущение праздника, чтобы он с нетерпением и сам ожидал этого дня. Важнее же всего, отдавая ребенка в школу, создать ему максимально комфортные условия. Не гнаться за престижем, успешностью и прочее, а сделать все, чтобы первокласснику было комфортно. Это позволяет избежать очень многих проблем в будущем. Как рассказала психолог одного из центров психологической поддержки Евгения Скорых, необходимо создавать положительный настрой к обучению в школе. Не секрет: туда, где интересно, весело, приятно и полезно хочется ходить.

Аналогичные советы ранее озвучивала в беседе со мной и другой психолог - Ирина Безгина. По ее словам, для ребенка в этот период очень сильно важна поддержка родителей. Поэтому, когда мы говорим: «Ты - большой, взрослый», мы навешиваем на него новую ответственность. А ребенку и так страшно. Он в принципе уже, действительно, большой и понимает, что школа – это нечто другое, чем детский сад. Поэтому в этот важный этап его жизни малыша нужно поддержать.

Вспомнить свой 1 класс

Психологи советуют делиться с ребенком своим личным опытом из школьной жизни. Например, рассказывать о том, как вы пошли в первый класс. Если у вашего сына или дочери сложности в общении и установлении контакта с другими ребятами, можно сказать: когда вы пошли в первый класс, то было очень страшно. Вы никого не знали. Но потом познакомились с одноклассниками, и нашли новых хороших друзей. Если у ребенка трудности с учебной задачей, то сообщить «по секрету», что тоже не всегда получалось решить задачу или постоянно делали ошибки в одном и том же слове. «Нужно рассказывать о ситуациях по аналогии с теми, в которых оказывается ребенок. О том, как вы переживали, и как с этим справились. Важно, чтобы малыш видел и понимал: да, есть трудности, но не только у него. И у папы с мамой так было, а если есть старший брат или сестра, то и у них. Эти трудности можно преодолеть. Это не трагедия, не конец света. И

плохая оценка не значит, что ты плохой. Все могут получить плохую оценку», - говорит Ирина Безгина.

Евгения Скорых подчеркивает: не обманывайте своего ребенка – не программируйте его «быть отличником – потому что он лучше всех или двоечником, потому что с его поведением и невнимательностью быть только им». Ребенок должен знать, что, когда человек учится чему-то новому, ему бывает трудно и поэтому он всегда может рассчитывать на вашу помощь.

Режим дня

Организируйте ребенку режим дня, его рабочее место и рабочий процесс. У младших школьников план дня снижает тревогу, помогает физиологически справиться с возросшей нагрузкой. Утром расскажите ему, когда у него закончатся уроки, кто за ним придет, чем потом они будут заниматься. Вечером, перед сном, вспоминайте, как прошел день, что было хорошего в нем.

Приготовьте комфортное для домашних занятий место: свет должен падать с левой стороны, стул и стол должны соответствовать росту ребенка. Научите ребенка складывать канцелярские принадлежности в определенное место, определите место для учебников, портфеля, сменной обуви и т.д. Задать правила с самого начала намного проще, чем потом переучивать ребенка.

При подготовке домашних заданий присутствие родителя на первых порах - обязательно! Родитель присутствует до тех пор, пока ребенок не освоится. Освоится - это значит, начнет сам раскладывать вещи, находить нужные тетради, учебники, ручки.

Задача родителя – создать ощущение у ребенка, что он способен сам справиться со всеми заданиями. Постепенно родитель все меньше и меньше говорит и контролирует и дает ребенку все больше времени справиться с заданием. Сидит рядом, смотрит и начинает помогать только, когда ребенок просит о помощи. Когда ребенок с большей частью заданий справляется сам, родитель начинает отходить и оставлять ребенка одного, сначала на несколько минут. Постепенно родитель перестает сидеть с ребенком за уроками и оставляет за собой только контроль, говорит Евгения Скорых.

Важнее не школа, а учитель

По мнению психологов, правильней выбирать не школу, а учителя. «Сосватайте» учителю ребенка, а ребенку - учителя. В начальной школе

очень важны и значимы отношения с учителем. По возможности следует узнать у знакомых, есть ли у них хорошие знакомые педагоги, и посоветоваться. Важен не послужной список учителя, а сможет ли он найти общий язык с вашим ребенком. Если не получится контакт, детям тогда тяжело учиться. Они хуже усваивают знания, страдает самооценка.