**РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***Учитесь у всех, не подражайте никому. (М.Горький)***   |  |  |  | | --- | --- | --- | |  | **Вопросы:** | 33 | | 1. | [Тест для родителей на определение готовности ребенка к школе](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/test-dlya-roditeley-na-opredelenie-gotovnosti-rebenka-k-shkole.html) | | 2. | [Наши учителя](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/nashi-uchitelya.html) | | 3. | [Готовность к школе: что это такое?](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/gotovnost-k-shkole-chto-eto-takoe.html) | | 4 . | [Десять советов родителям будущего первоклассника](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/desyat-sovetov-roditelyam-buduschego-pervoklassnika.html) | | 5. | [Десять заповедей для мамы и папы будущего первоклассника](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/desyat-zapovedey-dlya-mami-i-papi-buduschego-pervoklassnika.html) | | 6. | [Игры, тесты, упражнения для будущих первоклассников.](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/igri-testi-uprazhneniya-dlya-buduschich-pervoklassnikov.html) | | 7. | [Домашние задания в 1 класс](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/domashnie-zadaniya-v-1-klass.html) | | 8. | [Обращение к родителям первоклассников](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/obraschenie-k-roditelyam-pervoklassnikov.html) | | 9. | [Роль родителей в период адаптации ребёнка в школе.](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/rol-roditeley-v-period-adaptatsii-reb-nka-v-shkole.html) | | 10 . | [Как правильно выбрать портфель для школьника.](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/kak-pravilno-vibrat-portfel-dlya-shkolnika.html) | | |
| Начало формы   |  |  | | --- | --- | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  |  | |  | |

1. [**Тест для родителей на определение готовности ребенка к школе**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/test-dlya-roditeley-na-opredelenie-gotovnosti-rebenka-k-shkole.html)

**Отметьте каждый утвердительный ответ одним баллом.**

1. Как вы считаете, хочет ли ваш ребенок идти в первый класс? 2. Считает ли он, что в школе узнает много нового и интересного? 3. Может ли ваш малыш в течение некоторого времени (15-20 минут) самостоятельно заниматься каким-либо кропотливым делом (рисовать, лепить, собирать мозаику и т. п.)? 4. Можете ли вы сказать, что ваш ребенок не стесняется в присутствии посторонних людей? 5. Умеет ли ваш малыш связно описать картинку и составить по ней рассказ как минимум из пяти предложений? 6. Знает ли ваш ребенок стихи наизусть? 7. Может ли он назвать заданное существительное во множественном числе? 8. Умеет ли ваш ребенок читать, хотя бы по слогам? 9. Считает ли малыш до десяти в прямом и обратном порядке? 10. Умеет ли он прибавлять и отнимать хотя бы одну единицу от чисел первого десятка? 11. Может ли ваш ребенок писать простейшие элементы в тетради в клетку, аккуратно перерисовывать небольшие узоры? 12. Любит ли ваш ребенок рисовать, раскрашивать картинки? 13. Умеет ли ваш малыш управляться с ножницами и клеем (например, делать аппликации из бумаги)? 14. Может ли он из пяти элементов разрезанной на части картинки за минуту собрать целый рисунок? 15. Знает ли ваш малыш названия диких и домашних животных? 16. Есть ли у вашего ребенка навыки обобщения, например, может ли он назвать одним словом "фрукты" яблоки и груши? 17. Любит ли ваш ребенок самостоятельно проводить время за каким-то занятием, например, рисовать, собирать конструктор и т. д.

**Подсчитайте общее количество баллов**.

**Если вы ответили утвердительно на 15 и более вопросов, значит, ваш ребенок вполне готов к школьному обучению. Вы занимались с ним не напрасно, и в дальнейшем, если у него и возникнут трудности при обучении, он с вашей помощью сможет с ними справиться.**

**Если ваш малыш может справляться с содержанием 10-14 вышеуказанных вопросов, то вы на верном пути. За время занятий он многому научился и многое узнал. А те вопросы, на которые вы ответили отрицательно, укажут вам, на какие моменты нужно обратить внимание, в чем еще нужно потренироваться с ребенком.**

**В том случае, если количество утвердительных ответов 9 или менее, вам следует больше уделять времени и внимания занятиям с ребенком. Он еще не совсем готов пойти в школу. Поэтому ваша задача - систематически заниматься с малышом, тренироваться в выполнении различных упражнений.**

**Возможно, на первых порах школьного обучения вам придется очень и очень тщательно выполнять вместе с ребенком домашнее задание, может быть, даже возвращаться вновь и вновь к пройденному материалу, но не стоит отчаиваться, упорные и систематические занятия помогут вашему ребенку овладеть необходимыми знаниями и выработать нужные умения и навыки.**

1. **Наши учителя**

|  |  |
| --- | --- |
| ФИО учителя | Программа |
| Хубаева З.В. | «Школа XXI века» |
| Газданова Р.З. | «Школа XXI века» |
| Галустян Л.В. | «Школа России» |
| Качмазова А.В. | «Школа России» |
| Багаева Э.П. | «Школа России» |
| Кодзаева Т.Л. | «Школа России» |

**3.** [**Готовность к школе: что это такое?**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/gotovnost-k-shkole-chto-eto-takoe.html)

Некоторые мамы и папы хотят, чтобы ребенок непременно пошел в первый класс - чем раньше, тем лучше. Нечего терять год, пусть набирается ума-разума. Другие - в раздумьях: не хочется сокращать ребенку период относительно беспечного детства, жалко его. Третьи вообще не имеют определенного мнения: сегодня поговорили с Зиной из пятого подъезда и решили: нечего портить себе и сыну жизнь. Ещё успеет намаяться! Завтра Вовкин дедушка из соседнего двора рассказал, что Вовочка-то, оказывается, в спецшколу поступает. И собеседование уже прошел. Тут родительские амбиции спать не дадут: этот - в спецшколе, а мой что же, хуже? И ребенку нет покоя. Он ни на что толком не может настроиться. Тут самое время вмешаться педагогу и внести некую определенность в родительские метания.

* **Вопрос первый. С какого возраста лучше отдавать ребенка в школу - с шести или с семи лет?**

Закон об образовании предусматривает поступление детей в школу с шести с половиной лет. Теперь четырехлетнее начальное обучение. При этом считается, что ребенку на момент поступления в школу должно быть не меньше шести с половиной лет.

В этом возрасте не только каждые полгода, но и каждые два-три месяца очень существенны для развития детей. Шестилетки в целом принадлежат еще дошкольному миру. Эксперименты двадцатилетней давности по их обучению показали, что ребенок шести лет действительно способен усваивать учебный материал. Но при этом у него еще сохраняется острая потребность играть. Это ребенок играющий. Поэтому обучение шестилеток изначально задумывалось как обучение игровое.   
  
Массовая школа с такой психологической задачей справиться не смогла. В первую очередь к этому оказались не готовы учителя: невозможно, проработав в школе десять, двадцать, тридцать лет, вдруг на один год сменить профессиональную стратегию - переключиться с навыкового тренинга на игру. Поэтому шестилетки очень быстро оказались точно в таких же условиях, как и семилетние дети. Это не лучшим образом сказывается и на их здоровье, и на психологическом развитии.   
  
С другой стороны, считается, что программа трехлетнего обучения в начальной школе слишком интенсивна и ведет к перегрузке детей. Поэтому хочется растянуть ее на четыре года начальной школы. Вот и нашли компромиссный вариант: считать возрастом поступления в школу не шесть лет, не семь, а шесть с половиной.

При этом можно отметить, что родители мальчиков чаще всего стараются отдать своих детей в школу как можно раньше, а родители девочек не торопятся. В результате мальчики в шесть с половиной лет частенько оказываются в классе семилеток, а семилетние девочки - в классе для шестилетних детей.   
  
Мотивы родителей мальчиков ясны: за одиннадцать лет вперед они стараются просчитать все возможные шансы на поступление в вуз, на отсрочку от военной службы. У родителей девочек, как им кажется, больше возможностей продлить игровое детство своему ребенку. Сложность заключается в том, что девочки по всем психофизиологическим законам созревают раньше, чем мальчики. Они более социально-адаптивны и усидчивы. Мальчики созревают для дисциплинарной школьной среды гораздо медленнее. Им нужно дольше играть, чем девочкам. Недоигравшие мальчики - это горе для учителя и сплошные учебные проблемы для самого ребенка. Очень часто мы встречаем неровные классы: там сидят готовые к обучению прилежные девочки и маленькие мальчики, возящие под партой машинки. Итак, выбирая, родителям хорошо бы не забывать о нижней возрастной границе поступления в школу и об особенностях развития мальчиков.

* **Вопрос второй. Если ребенок очень умный, любознательный, умеет читать, с удовольствием рисует буквы, то не повредит ли ему "пересиживание" в детском саду? Не затормозит ли это его развитие?**

Такие вопросы возникают обычно в том случае, если к началу учебного года ребенку не хватает одного, двух, трех месяцев до шести с половиной (или до шести) лет.   
  
В этом случае важно знать, что поступление в первый класс вовсе не всегда и не обязательно связано с развитием. Более того, очень часто родители первоклассников жалуются на то, что ребенок, прекрасно рисовавший в дошкольном возрасте, любивший учить стихи, постоянно что-то сочинявший, выдумывавший, вдруг становится вялым, скучным, отказывается от любимых занятий, капризничает. Обычно это происходит, когда учебная нагрузка оказывается чрезмерной для малыша. Все его свободные силы в этом случае уходят на преодоление сложностей в обучении.   
  
Первый класс - это, прежде всего письмо. А обучение письму - серьезный стресс для первоклассников, особенно для мальчиков. У многих детей процесс освоения прописей происходит крайне болезненно. В первую очередь это касается левшей, детей с плохой моторикой руки, повышенным мышечным тонусом. Письмо отнимает столько сил, что у детей часто наблюдается регресс в изобразительном творчестве, в рисунках - это смежные с письмом виды деятельности.   
  
Кроме того, надо помнить, что детей, поступивших в школу раньше положенного возраста, подкарауливают сложности в курсе математики. Математика обычно меньше всего пугает родителей: - что там такого, в первом классе: два плюс два! Это серьезная ошибка. Действительно, в первом классе, скорее всего все пойдет более или менее гладко. Проблемы настигнут ребенка во втором и в третьем классе. Там он столкнется с составными задачами, к которым не будет готов исключительно в силу возраста: эти задачи будут казаться слишком сложными.   
  
Возрастной разрыв обычно преодолевается к концу начальной школы. Важно, какая цена за это будет заплачена: слезы, двойки, усталость? Иными словами, если ребенку хорошо в детском саду и проблема его недогрузки - единственное, что беспокоит родителей, посоветуйте им не торопиться с поступлением в школу. Умный, тонкий родитель всегда найдет возможности для развития творческих способностей своего малыша: для этого существуют всевозможные кружки, студии, спортивные секции. Возможно, даже на базе детского сада. Важно помнить: развитый ребенок и готовый к школе ребенок - это не одно и то же.

* **Вопрос третий. Разве готовность к школе не определяется интеллектуальным развитием?**

Во-первых, сам термин "интеллектуальное развитие" часто неправильно понимается родителями. Они путают интеллектуальное развитие и обученность. Обученность - это те умения и навыки, которым ребенка обучили: умение писать, читать, считать. Интеллектуальное развитие - это некий умственный потенциал, способность ребенка к самодвижению, к самостоятельному обучению, к решению проблемных задач.   
  
То есть обученность и умственное развитие - это отнюдь не синонимы. Например, родители ребенка не были озабочены тем, чтобы он бегло читал или тем более писал. Их больше волновало, как бы научить его играть в шахматы. На момент поступления в школу он читает хуже одноклассников. Но при этом обладает такой высокой обучаемостью (не обученностью!), что через несколько месяцев легко их догоняет.   
  
Обученность может облегчить жизнь ребенку в первые месяцы в школе и даже создать ему временную успешность. Но в ней, же кроется и опасность, что ребенку будет скучно учиться. Кроме того, в определенный момент резерв обученности истощится - на старых запасах долго не проедешь. Поэтому лучше сосредоточить свое внимание не на форсировании учебных умений, которыми ребенок должен, по идее, овладеть в школе, а на развитии психических функций, обеспечивающих обучаемость.   
  
А здесь, кроме внимания, памяти, мышления, воображения, моторики руки, важно развитие социальных умений и навыков. Ведь что такое школа в первую очередь? Вовсе не развивающая среда, а система социализации, дисциплинирующая система. И построена она на принуждении. Урок - это форма принуждения. Он проходит под девизом "Ты должен!". От таланта учителя, от школьной атмосферы зависит, насколько это принуждение тягостно и травмирующе действует на ребенка. Смягчается ли это "Ты должен!" заинтересованностью в обучении, общением, полнотой происходящих в школе событий. Но при этом в самой благополучной и доброжелательной обучающей среде ребенок не сможет успешно учиться, если ему не знакомо слово "нельзя". Он должен уметь принимать ограничения со стороны других и должен уметь ограничивать сам себя.

Кроме того, к моменту поступления в школу ребенок должен обладать известной долей самостоятельности. Если он умеет бегло читать, но не способен завязать шнурки и сложить портфель, пребывание в школе будет осложняться множеством неприятностей.   
  
Школа начинается с раздевалки. На дверях большинства наших учебных заведений красуются таблички "Посторонним вход воспрещен!". К числу посторонних, между прочим, относятся и родители. Значит, справляться с пуговицами, завязками от шапки, мешком для сменной обуви малышу предстоит самому, да еще и в коллективной сутолоке. А ведь важно не опоздать на урок, правильно приготовить вещи на парте, ничего не забыть! Конечно, этому учатся "в процессе". Но стартовыми навыками в виде завязывания шнурков и расстегивания пуговиц надо обладать.   
  
Существует и еще одна проблема, о которой почему-то не принято говорить, - это проблема школьного туалета. Многие родители знают, что посещение туалета даже в детском саду может быть связано с определенными сложностями. Что же говорить о школе! К счастью, в большинстве школ существуют отдельные туалеты для малышей. Старшеклассники их не посещают. Но ведь этим (не всегда чистым) общественным туалетом надо уметь пользоваться! Надо, между прочим, уметь справляться со штанами, попадать куда надо, спускать за собой и помнить, что в наших школьных уборных почти никогда не бывает туалетной бумаги. Это "жалкая проза", крайне далекая от высоких мотивов обучения чтению или иностранному языку, но она является важной составляющей готовности к школе.

* **Вопрос четвертый. Чем заниматься с ребенком, чтобы он оказался готовым к школе?**   
  Во-первых, надо помнить, что готовность к школе - это сложный комплекс определенных психофизиологических состояний, умений, навыков и здоровья ребенка. Искусственно форсировать эту готовность нельзя, как нельзя форсировать рост зубов. Однако, как существуют специальные витамины, способствующие росту зубов, их укреплению, так же можно помогать ребенку "дозреть" до школьной жизни.   
    
  В первую очередь надо позаботиться о его здоровье. Плавание, прогулки, велосипед - это занятия, способствующие будущему успешному вступлению в школьную жизнь. О навыках самообслуживания было сказано выше. Важно, чтобы ребенок развивал в себе волевые качества. Для этого его нужно приучать любое начатое им дело доделывать до конца. Самый важный способ развития (относящийся и к речи, и к вниманию, и к общению, и к памяти, и к воображению, и еще ко многому другому) - читать ребенку книги. Об этом надо родителям твердить многократно.   
    
  Нужно читать (или рассказывать) детям сказки не менее получаса в день. Чтение нельзя подменить прослушиванием кассет или телевизором. (Телевизора вообще лучше поменьше, особенно "взрослого".) "Книжных" родителей нужно предупредить, чтобы они не торопились читать детям пяти-шести лет все, что сами любили в детстве. В этом возрасте хорошо читать малышам волшебные сказки разных народов. Авторские сказки лучше приберечь на тот момент, когда ребенок начнет читать сам. Призывайте родителей поощрять все занятия, которые заставляют работать фантазию, воображение, самостоятельную смекалку: рисование, лепку, конструирование. Существует огромный пласт литературы в помощь родителям будущих первоклассников.
* **Вопрос пятый. Бывают ли особые ситуации с поступлением в школу, которые нужно решать нетрадиционно?**

Любые ситуации, касающиеся отдельно взятого, конкретного ребенка, являются особенными, требующими индивидуального решения. Но бывают особо сложные случаи. Есть дети, намного опережающие свой "паспортный возраст". Это редкое явление. Зафиксировать его можно только с помощью специалиста-психолога. Одного родительского мнения тут недостаточно. В этих случаях ребенок может поступить в школу раньше положенного срока. Но это не значит, что у него не будет трудностей. Родителям к ним надо быть готовыми.   
  
Случается также, что родители хотят отдать своего малыша именно к этой учительнице и ни к какой другой. Иногда при этом ребенок поступает в школу раньше, чем ему исполняется шесть лет. В этом случае необходимы согласие учителя на зачисление ребенка в первый класс и уверенность родителей, что малышу будет предоставлена возможность "дозреть", что на первых порах его возраст будет приниматься учителем во внимание. Родителям придется помнить, что малюсенький первоклассник будет сильно утомляться. При хороших отношениях с учительницей возможно оговорить для него "разгрузочные" дни.

Бывает, что ребенок по одним показателям преуспевает (развитие, коммуникативность, самостоятельность), а здоровье у него очень слабое или имеются хронические болезни, которые могут сильно сказаться на его возможности посещать школу.   
Кроме того, родители вправе обучать ребенка сами на дому через систему экстерната (это форма платного обучения). В подобных случаях ученик получает свидетельство государственного образца о прохождении учебного курса и при переходе в обычную школу должен быть зачислен в класс в соответствии с выданным ему документом. Обучение в школе системы экстерната не нужно путать с обучением в частной школе. Не все частные школы обладают лицензией, и их аттестационные листы могут не засчитываться при переходе в государственную школу. В этом случае принимающая ребенка школа сама определяет уровень готовности ребенка по предложенным ему контрольным работам.   
  
Если у ребенка есть особые проблемы, связанные с ослабленным зрением, слухом, логопедией, нарушением моторики, требуется консультация специалиста, которая поможет родителям определиться со сроками поступления в школу и с выбором учебного заведения.

**4.** [**Десять советов родителям будущего первоклассника**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/desyat-sovetov-roditelyam-buduschego-pervoklassnika.html)  
**Совет 1.**

Помните, что вы выбираете школу не для себя, а для вашего ребенка, поэтому попробуйте учесть все факторы, которые могут осложнить его обучение.

**Совет 2.**

Обязательно познакомьтесь со школой, условиями обучения, педагогами.  
  
**Совет 3.**

Выясните, по какой программе будет учиться ваш ребенок, какая будет у него нагрузка (сколько уроков в день, есть ли обязательные дополнительные занятия).  
  
**Совет 4.**

Узнайте, когда начинаются занятия, и рассчитывайте, сколько времени необходимо на дорогу в школу. Добавьте еще час на утренние процедуры и завтрак - не придется ли вставать слишком рано?  
  
**Совет 5.**

Постарайтесь познакомиться и побеседовать с учительницей вашего ребенка. Подумайте, сможет ли она учесть его особенности.  
  
**Совет 6.**

Уточните, в какое время ребенок будет возвращаться домой из школы. Это необходимо, если вы планируете какие-либо дополнительные занятия (музыкальная школа, кружки, секции).   
 **Совет 7.**

Подготовьте место для занятий ребенка дома.  
  
**Совет 8.**

Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами.  
  
**Совет 9.**

Помните, что адаптация к школе не простой процесс и происходит совсем не быстро. Первые месяцы могут быть очень сложными. Хорошо, если в этот период привыкания к школе кто-то из взрослых будет рядом с ребенком.  
  
**Совет 10.**

Не относитесь к первым неудачам ребенка как к краху всех ваших надежд. Помните: ему очень нужны ваша вера в него, умная помощь и поддержка.



**5.** [**Десять заповедей для мамы и папы будущего первоклассника**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/desyat-zapovedey-dlya-mami-i-papi-buduschego-pervoklassnika.html)

***1. Начинайте «забывать» о том, что ваш ребенок маленький.***  
Дайте ему посильную работу в доме, определите круг его обязанностей. Сделайте это мягко: «Какой ты у нас большой, мы уже можем доверить тебе помыть посуду (вымыть пол, вытереть пыль, вынести ведро и т.д.)»  ***2. Определите общие интересы.***  
Это могут быть познавательные (любимые мультфильмы, сказки, игры), так и жизненные интересы (обсуждение семейных проблем). Участвуйте в любимых занятиях своих детей, проводите с ними свободное время не «рядом», а «вместе». Для этого достаточно посмотреть вместе фильм, поиграть «в солдатики», построить крепость из снега, поговорить на волнующие ребенка темы. Не отказывайте детям в общении, дефицит общения – один из самых главных пороков семейных пороков.  
***3. Приобщайте ребенка к экономическим проблемам семьи.***  
Постепенно приучайте его сравнивать цены, ориентироваться в семейном бюджете (например, дайте ему денег на мороженое, сравнив при этом цену на него и другой продукт). Ставьте в известность об отсутствии денег в семье, приглашайте за покупками в магазин.   
***4. Не ругайте, а тем более не оскорбляйте ребенка, особенно в присутствии посторонних.***  
Уважайте чувства и мнение ребенка. На жалобы со стороны окружающих, даже воспитателя или учителя, отвечайте: «Спасибо, мы дома, обязательно поговорим на эту тему». Помните педагогический закон воспитания: доверять, не считать плохим, верить в успех и способности («ты можешь», «у тебя обязательно получится», «я в тебя верю»). ***5. Научите ребенка делиться своими проблемами.***  
Обсуждайте с ним конфликтные ситуации, возникшие в общении ребенка со сверстниками или взрослыми. Искренне интересуйтесь его мнением, только так вы сможете сформировать у него правильную жизненную позицию. Постарайтесь разобраться объективно: не считайте всегда правым своего ребенка и неправым другого и наоборот.   
***6. Чаще разговаривайте с ребенком.***  
Развитие речи – залог хорошей учебы. Были в театре (цирке, кино) – пусть расскажет, что ему больше всего понравилось. Слушайте внимательно, задавайте вопросы, чтобы ребенок чувствовал, что вам это действительно интересно. Вместе придумывайте самые разные фантастические истории - о предметах, вещах, явлениях природы. Ваш ребенок должен быть фантазером.  
***7. Отвечайте на каждый вопрос ребенка.***  
Только в этом случае его познавательный интерес никогда не иссякнет. В то же время чаще прибегайте к справочной литературе («Давай вместе посмотрим в словаре, энциклопедии»), приучайте детей пользоваться самостоятельно справочниками и энциклопедиями, а не ждать всегда вашего ответа.  
***8. Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами вашего ребенка.***   
Видеть мир глазами другого – основа взаимопонимания. А это означает – считаться с индивидуальностью ребенка, знать, что все люди разные и имеют право быть такими!  
***9. Чаще хвалите, восхищайтесь вашим ребенком.***  
На жалобы о том, что что-то не получается, отвечайте: «Получится обязательно, только нужно еще несколько раз попробовать». Формируйте высокий уровень притязаний. И сами верьте, что ваш ребенок может все, нужно только чуть-чуть ему помочь Хвалите словом, улыбкой, лаской и нежностью, а не отделывайтесь такого рода поощрениями, как покупка новой игрушки или сладости.  
***10. Не стройте ваши взаимоотношения на запретах.*** Согласитесь, что они не всегда разумны. Всегда объясняйте причины, обоснованность ваших требований, если возможно, предложите альтернативный вариант. Уважение к ребенку сейчас – фундамент уважительного отношения к нему в настоящем и будущем. Никогда не пользуйтесь формулировкой «если …, то …» (если уберешь свои вещи, разрешу смотреть телевизор), это пагубно влияет на воспитание личности – ребенок принимает позицию «ты – мне, я – тебе».



**6.** [**Игры, тесты, упражнения для будущих первоклассников.**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/igri-testi-uprazhneniya-dlya-buduschich-pervoklassnikov.html)

**ТЕСТЫ И УПРАЖНЕНИЯ**  
 3da-504  
 **Упражнение на развитие произвольного внимания**   
Ребенку дают лист бумаги, цветные карандаши и просят нарисовать в ряд 10 треугольников. Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз. "Будь внимательным, заштрихуй красным карандашом третий, седьмой и девятый треугольники" Если ребенок переспрашивает, ответить - пусть делает так, как понял. Если ребенок справился с первым заданием, можно продолжить работу, постепенно усложняя задания.

* 3da-504  
  **Упражнение на развитие наблюдательности**   
  Предложите ребенку игру: "Внимательно осмотри комнату и найди предметы, в которых есть круг, окружность". Ребенок называет предметы - часы, основание карандаша, выключатель, ваза, столик: Можно провести эту игру в соревновательной форме для группы детей, придумать аналогичные задания.
* 3da-504

**Игра на развитие памяти**   
В эту игру можно играть с ребенком , например, во время длительных поездок. Взрослый начинает эту игру и говорит: "Я положил в мешок яблоки". Следующий игрок повторяет сказанное и добавляет что-нибудь еще: "Я положил в мешок яблоки и бананы". Третий игрок повторяет всю фразу и добавляет что-нибудь от себя. Можно просто добавлять по одному слову, а можно подбирать слова по алфавиту.

* 3da-504  
  **Игра для тренировки мышления и сообразительности "Как это можно использовать?"**   
  Предложите ребенку игру - найти как можно больше вариантов использования какого либо предмета. Например, Вы называете слово "карандаш", а ребенок придумывает, как его можно использовать - писать, рисовать, использовать как палочку, указку, градусник для куклы, удочку и т.д.
* 3da-504  
  **Тест "Нелепицы" - для оценки образно - логического мышления**   
  Покажите ребенку картинку, на которой изображены разные нелепицы и попросите его внимательно рассмотреть картинку и сказать, что нарисовано неправильно. Попросите малыша объяснить, что именно неверно в этих нелепых ситуациях. На все задание отводится 2 минуты. Хорошо, если ребенок за это время заметит более 8 нелепиц.
* 3da-504  
  **Тест для будущих первоклассников:**   
  - назови свою фамилию, имя, отчество;   
  - сколько тебе лет? А сколько будет через год? А через два?   
  - как зовут твоих родителей?   
  - утром ты завтракаешь, а днем...?   
  - сравни самолет и птицу. Что у них общего, чем отличаются?   
  - футбол, гимнастика, теннис, плавание - это...?   
  - что нужно сделать, чтобы вода в чайнике закипела?   
  - нож, что это? Велосипед, что это? Килограмм, что это?   
  - сравни квадрат и прямоугольник. Что у них общего, чем отличаются? Какие еще геометрические фигуры ты знаешь?   
  - в какой стране ты живешь? Какой твой адрес?   
  - береза, дуб, осина - это...?   
  - каких домашних, диких животных ты знаешь? Почему их так называют?   
  - у коровы - теленок, у собаки - ..., у лошади - ...?   
  - почему раньше, чем пройдет поезд, опускается шлагбаум?   
  - огурец, помидор, морковь, свекла - это ...?

3da-504

**ВНИМАНИЕ!**

***Посмотрите, с какой группой вопросов ребенку удалось справиться менее успешно, и уделите этой стороне словарного мышления особое внимание.***

**3da-504  
Тест, с помощью которого можно определить, хочет ли малыш идти в школу и что его там привлекает**1. Если бы было две школы - одна с уроками русского языка, математики, чтения, пения, рисования и физкультуры, а другая только с уроками пения, рисования и физкультуры, - в какой из них ты бы хотел учиться?  
  
2. Если бы было две школы - одна с уроками и переменками, а другая только с переменками и никаких уроков, - в какой из них ты бы хотел учиться?   
  
3. Если бы было две школы - в одной ставили бы за хорошие ответы пятерки и четверки, а в другой давали бы сладости и игрушки, - в какой из них ты бы хотел учиться?  
  
4. Если бы было две школы - в одной можно вставать только с разрешения учительницы и поднимать руку, если ты хочешь что-то спросить, а в другой можно делать на уроке все что хочешь, - в какой из них ты бы хотел учиться?  
  
5. Если бы в классе у вас заболела учительница и директор предложил бы ее заменить другой учительницей или мамой, кого бы ты выбрал?  
  
6. Если бы было две школы - в одной задавали бы уроки на дом, а в другой нет, - в какой из них ты бы хотел учиться?  
  
7. Если бы мама сказала: "Ты у меня еще совсем маленький, тебе трудно вставать, делать уроки. Останься в детском саду, а в школу пойдешь на будущий год", - согласился бы ты с таким предложением?  
  
8. Если бы мама сказала: "Я договорилась с учительницей, что она будет ходить к нам домой и заниматься с тобой. Теперь тебе не придется ходить по утрам в школу", - согласился бы ты с таким предложением?   
  
9. Если бы твой друг (подружка) спросил, что тебе больше всего нравится в школе, что бы ты ему ответил?  
  
Проанализируйте ответы ребенка. За каждый правильный ответ дается 1 балл, за неправильный - 0 баллов. Если ребенок набрал 5 баллов и больше, можно смело сказать, что он внутренне готов к школе.  
  
Хорошо бы понаблюдать за тем, как играет ваш ребенок с детьми, умеет ли играть "по правилам" не только со сверстниками, но и со взрослыми.   
  
Если результаты тестирования вас почему-либо смущают, обратитесь за помощью к специалистам. Может быть, в вашем детском саду есть психолог, который ответит на все ваши вопросы, развеет ваши сомнения**. В психолого-медико-социальном центре специалисты бесплатно проконсультируют вас, проведут квалифицированную диагностику, определят уровень подготовки ребенка к школе.**

3da-504

**Тест Керна-Йирасека**

*Очень часто именно этот тест используют для дошкольников, которые собираются стать первоклассниками.*  
Он состоит из трех заданий:  
- нарисовать фигуру человека;   
- скопировать небольшую фразу;   
- скопировать 10 точек, расположенных одна под другой на равном расстоянии по вертикали и горизонтали.  
Подготовьте чистый лист бумаги, карандаш, две карточки с заданиями. На одной из них черным фломастером (не очень толстым) нужно написать фразу "Он ел суп", вертикальный размер букв - 1 см, а заглавной - 1,5 см. На второй карточке нужно изобразить 10 точек, расстояние между точками по вертикали и горизонтали - 1 см, диаметр точек - 2 мм. При выполнении первого задания говорите ребенку: "Нарисуй здесь (на чистом листе) какого-нибудь мужчину, дядю как умеешь". Дети часто задают много дополнительных вопросов, на них лучше ответить: "Рисуй как умеешь". Можно подбодрить ребенка, если он не уверен.

3da-504

**7. Домашние задания в 1 классе**

**Домашние задания в первом классе нет**!  
Но у части учителей существуют опасения. Как же мы научим чему-либо детей без домашнего задания, если у нас (по нормам СаНПиН) на уроке письма первоклассникам разрешается писать 8 минут? На уроке обучения грамоте или чтения за 35 минут сколько времени мы сможем уделить каждому ребенку? Те же проблемы с математикой и окружающим миром, не говоря уже о таких предметах, как трудовое обучение или рисование, ведь пока дети приготовятся к уроку... урок и закончится!  
И родители боятся того же. Ответственные и заинтересованные стараются нагрузить ребенка: диктуют диктанты, решают примеры - то есть начинают изобретать нагрузку для ребенка вместо учителя. Наша задача - внушить родителям мысль, что делать этого ни в коем случае не стоит.  
Итак, учителю нужно, с одной стороны, поверить в своих учеников и не нагружать их, с другой стороны, убедить родителей, чтобы те не стремились придумывать «специальные» домашние задания для детей.  
Объясните родителям, что главное сейчас - не натренировать навыки детей, а развить психологические функции, необходимые для продуктивной учебной деятельности.  
**Вот какие советы можно дать.**  
1. **Читайте вместе с ребенком книги по очереди** (причем взрослый должен читать гораздо больше). Главная задача родителя - не «натаскать» малыша на быстрое чтение, а привить ему интерес к чтению. Опасайтесь, чтобы ребенок не сделал для себя вывод: это «трудно и неинтересно». Подумайте, получит ли удовольствие от прочитанного первоклассник, если он еле-еле читает по слогам?  
2. **Развивайте запоминание зрительных образов букв** (это очень пригодится первокласснику на уроках письма). Предлагайте ему найти разные буквы в компьютере, в книгах, сделать из пластилина, проволоки... На улице вместе с ребенком рассматривайте и читайте вывески, объявления. Не надо нагружать его писанием бесконечных строчек букв. Ведь если ребенок еще не умеет правильно писать букву, а мама просит многократно написать ее, то результат, увы, предсказуем: рука ребенка «запоминает» неправильное движение, формируется навык неправильного написания. Дорогие родители, вы хотели добиться такого эффекта?  
3. **Помогайте ребенку осознавать смысл арифметических действий** - например, определяйте вместе с малышом, где предметов больше, а где - меньше, на любых бытовых примерах: яблоки и конфеты, этажи и ступеньки, карандаши и птички... Не стоит вырабатывать «показательные» навыки - например, умение по порядку называть числа до 100 («Мой-то умеет до ста считать, а у соседей - только до 50!»). Есть ли в этом другой смысл, кроме родительского тщеславия?  
4. **Постоянно обращайте внимание ребенка на явления и закономерности окружающего мира** - это ваш лучший вклад в изучение не только предмета «Окружающий мир», но и в общее развитие ребенка. Вокруг нас так много вещей, которые могут вызвать детское удивление, пробудить исследовательский интерес. Не заучивайте параграфы, а беседуйте с ним обо всем, что привлечет его внимание. «Почему зимой рано темнеет?», «Как работает телевизор?», «Расскажи мне про динозавров...» И чем больше таких вопросов задает ребенок, тем лучше!  
5. **Пробудите его творческую фантазию:** все операции, которым первоклассник должен научиться на уроках труда и рисования, он освоит в школе. А вы лучше спросите своего первоклассника: «Какое у тебя сегодня настроение? Нарисуй его». Предложите: «Давай вместе будем раскрашивать» или «Давай склеим эту поделку» (сейчас продается огромное количество книг-раскрасок или книг с моделями, чертежами, выкройками).  
И еще несколько советов психологического плана, которые тоже пригодятся родителям первоклассников.  
Наблюдайте и разговаривайте, обсуждайте с ребенком ВСЕ, что происходит вокруг него и с ним в окружающем мире, в том числе на экране (телевизора, кинотеатра, монитора).  
Хвалите его за интересные вопросы. Ответы на них вы можете найти вместе с ним в книгах, в Интернете.  
Спрашивайте, что было ему интересно, что он запомнил, чего не понял.  
Мастерите и рисуйте вместе с ребенком то, что ему интересно, и то, что вы сами умеете и любите.  
Любите успехи (это легко!) и неудачи (а это трудно!) вашего ребенка. Будьте с ним рядом всегда и везде, доверяйте ему.

Мы начали разговор о том, что могут предложить своим первоклассникам родители с домашними заданиями. А что мы, учителя, можем предложить тем, кто очень хочет выполнять домашнее задание? Например, следующее: подумать, какие еще слова с новым звуком они знают; выучить понравившуюся загадку или найти другие загадки об этом предмете; понаблюдать погоду в течение дня, чтобы на уроке завтра к этому можно было вернуться; принести то, что они рисуют или раскрашивают дома и т.п. Арсенал таких заданий безграничен. Конечно, он зависит от опыта и фантазии учителя, но каждый педагог может найти то, что его ученики будут делать легко, с интересом и пользой для себя, выполняя домашнее задание «как большие».

**8. Обращение к родителям первоклассников**

***Уважаемые мамы, папы, бабушки и дедушки!***  
  
Первого сентября ваш ребенок станет первоклассником. Первый год учебы будет для него годом новых знакомств, привыкания к одноклассникам и учителям, годом творческих успехов и познания неизвестного.  
Мы, взрослые - и учителя, и родители - хотим, чтобы школьная жизнь ребенка была наполнена положительными эмоциями. Для этого мы должны создавать комфортные условия и поддерживать у ребенка желание учиться, ходить в школу, общаться с учителями и одноклассниками. Педагоги будут стараться работать так, чтобы каждая минута урока была наполнена для ребенка смыслом. Для успешного обучения мы должны сделать так, чтобы наши требования были приняты ребенком. Вы, родители, можете немало сделать для того, чтобы ребенок любил школу и учился с радостью. Прежде всего, вы будете каждый день интересоваться школьными событиями. Знания детей первых классов в течение учебного года не оцениваются в баллах. Поэтому вместо вопроса: Какую отметку ты получил?, спросите: Что сегодня было самое интересное?, Чем вы занимались на уроке чтения?, Что веселого было на уроке физкультуры?, В какие игры вы играли?., Чем вас кормили сегодня в столовой?, С кем ты подружился в классе? и т.д.  
  
Если дети не могут толково ответить на, казалось бы, простые вопросы, не волнуйтесь, не огорчайтесь, а главное - не раздражайтесь. То, что приветствовалось в семье или детском саду, в школе может оказаться нежелательным. Такая смена требований психологически очень трудна. Имея дело с первоклассником, учитывайте тот факт, что воспитатель детского сада и школьный учитель могут видеть одного и того же ребенка совершенно по-разному. для ребенка эта смена отношений к себе может быть очень болезненной: он дезориентирован, он не понимает, что же теперь «хорошо», а что - «плохо». Поддержите его в этой трудной ситуации.  
  
Ребенок не должен панически бояться ошибиться. Невозможно научиться чему-то, не ошибаясь. Старайтесь не выработать у ребенка страх перед ошибкой. Чувство страха - плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания. Помните: для ребенка что-то не уметь и что-то не знать - это нормальное положение вещей. На то он и ребенок. Этим нельзя попрекать.  
 **Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения.**Признайте за своим первоклассником право на индивидуальность, право быть другим. Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные даже по биологическому возрасту - девочки обычно старше ровесников-мальчиков.  
  
**Помните: ваш ребенок будет учиться в школе не так, как когда-то учились вы.** Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать. Мы очень просим вас только положительно оценивать учебу вашего малыша, даже если вам кажется, что его успехи явно не достаточны.  
Живите во имя своего ребенка, проявляйте к нему максимум внимания, переживайте за каждую неудачу малыша и радуйтесь даже самым маленьким его успехам. Будьте ему другом, тогда малыш доверит вам самое сокровенное.  
Учитесь вместе с ребенком, объединяйтесь с ним против трудностей, станьте союзником, а не противником или сторонним наблюдателем школьной жизни первоклассника. Верьте в ребенка, верьте в учителя.

**55 способов сказать ребенку я тебя люблю**   
Чтобы ребенок ощутил вашу поддержку и заботу, любовь и внимание, чтобы он почувствовал себя близким и нужным, обязательно говорите ему слова любви и восхищения. Это поможет вашему малышу учиться с радостью и увеличит его желание ходить в школу.  
  
Мы думаем, что в вашем арсенале найдутся и другие признания, адресованные вашему малышу, и вы с удовольствием продолжите предложенный список.  
  
**1. Молодец!  
2. Хорошо!  
3. Удивительно!  
4. Гораздо лучше, чем я ожидал.  
5. Лучше, чем все, кого я знаю.  
6. Великолепно!  
7. Прекрасно!  
8. Грандиозно!  
9. Незабываемо!  
10. Именно этого мы давно ждали.  
11. Это трогает меня до глубины души.  
12. Сказано здорово - просто и ясно.  
13. Остроумно.  
14. Экстра-класс.  
15. Талантливо.  
16. Ты - одаренный.  
17. Ты сегодня много сделал.  
1 8.Отлично!  
19. Уже лучше.  
20. Еще лучше, чем я мог подумать.  
21. Потрясающе.  
22. Замечательно.  
23. Поразительно.  
24. Неподражаемо.  
25. Несравненно.  
26. Красота!  
27. Как в сказке.  
28. Очень ясно.  
29. Ярко, образно.  
30. Очень эффектно.  
31. Прекрасное начало.  
32. Ты - просто чудо.  
33. Ты на верном пути.  
34.Здорово!  
35. Ты в этом разобрался.  
36. Ты ловко это делаешь.  
37. Это как раз то, что нужно.  
38. Ух!!!  
39. Поздравляю.  
40. Я тобой горжусь.  
41. Я просто счастлив.  
42. Мне очень важна твоя помощь.  
43. Работать с тобой - просто радость.  
44. Ты мне необходим.  
45. для меня важно все, что тебя волнует, радует,тревожит.  
46. Я сойду с ума, если с тобой что-нибудь случится.  
47. С каждым днем у тебя получается все лучше.  
48. Для меня нет никого, красивее тебя.  
49. Научи меня делать так же.  
50. Тут мне без тебя не обойтись.  
51. Я знал, что тебе это по силам.  
52. Ты мне нужен именно такой, какой есть.  
53. Никто мне не может заменить тебя.  
54. Я горжусь тем, что тебе это удалось.  
55. Я сам не смог бы сделать лучше.**

**9.** [**Роль родителей в период адаптации ребёнка в школе.**](http://www.selezneva-lichnost.ru/roditelyam-pervoklassnikov/rol-roditeley-v-period-adaptatsii-reb-nka-v-shkole.html)

Какова главная задача родителей в период адаптации ребенка к школе?  
  
Основа родительской позиции вообще состоит в том, что дома ни в коем случае нельзя дублировать школу. Родитель никогда не должен становиться вторым учителем. Основная задача родителей в помощи первокласснику - эмоциональная поддержка, предоставление максимально возможной самостоятельности в организации его собственных действий по выполнению школьных правил.   
Как подготовиться к первому сентября?  
Рассказать о том, что ждет ребенка в этот день.  
За несколько дней начать вводить его в ритм "подъема и отбоя".  
Любимый медвежонок (кукла или любимая игрушка) должен быть взят с собой в портфель (он тоже в первый день пойдет учиться).  
Можно дать ребенку с собой камушек - амулет (обеспечивает "связь с родителями").  
Основная одежда должна быть новой и особой (школьная одежда), но какая-то деталь одежды должна быть знакомой и любимой (любимые носочки, маечка, значок на рубашке и пр.)  
Мобильный телефон первого сентября (и вообще в период адаптации) лучше с собой не давать. Ребенок хуже привыкает к новой жизненной ситуации и новым взрослым, если у него есть возможность постоянного контакта с родителями.  
Цветы учителю должны быть такими, чтобы ребенок ощущал их особенную красоту (пусть их будет немного). Лучше, если он будет выбирать цветы вместе с Вами. Это важно, чтобы у него не возникало чувства, что другие дети принесли красивые цветы, а он - плохие.  
Приготовить все с вечера, чтобы утром не возникло суеты или паники. Рассчитать время, чтобы ребенок с утра мог, не спеша поесть, сходить в туалет.  
Какие непредвиденные трудности могут возникнуть первого сентября?  
  
Часто дети (особенно не посещавшие раньше детских садов или детских групп) в последний момент отказываются расставаться с мамой или папой, которые привели их в школу, начинают плакать, цепляться за родителей. В такой ситуации лучше пойти на занятия вместе с ребенком. Для этого нужно заранее освободить себе весь день. О возможности ходить вместе с ребенком на уроки лучше поговорить с учителем (администрацией школы) на родительском собрании заблаговременно.   
Какие непредвиденные трудности могут возникнуть второго сентября?  
Мама будит Петю второго сентября: "Вставай. Пора идти в школу!"   
Петя: "Я же уже вчера сходил..."   
Что делать, если ребенок с утра плохо себя чувствует, а нужно идти в школу?

У шести-семилетних детей редко случается "воспаление хитрости". Либо ребенок, действительно, заболевает, либо плохое самочувствие связано с необходимостью идти в школу. В любом случае, стоит это проверить. Если ребенок после того, как Вы оставили его дома, сразу почувствовал себя лучше, то, возможно, его плохое самочувствие связано со стрессом, испытываемым в школе. Постарайтесь выяснить (у ребенка, у учителя, у знакомых детей), что происходило в школе вчера, позавчера. Важно понять, что происходит, особенно если такое повторяется систематически.   
  
Если же Вы все-таки решили отправить ребенка в школу, дав ему таблетку от головной боли (или не обнаружив никаких симптомов болезни), не делайте ценностью преодоление им плохого самочувствия. Не хвалите за то, что он пошел в школу, переборов себя. Если Вы будете гордиться, что Ваш ребенок учится (трудится), невзирая на свое плохое самочувствие, то у него может подсознательно закрепиться установка на болезнь: можно добиться похвалы, болея.   
Как реагировать, если ребенок злится на учителя (детей) в школе или испытывает страх перед школой?  
  
Прежде всего: не запрещать переживания. Не нужно твердить ребенку: "Нельзя злиться! Нельзя бояться!" Переживания - вполне естественная вещь, и они должны иметь право на жизнь. Однако необходимо обсудить с ребенком, что вызывает страх или злость, вместе с ним понять, почему другие люди совершают действия, вызывающие у него те или иные эмоциональные реакции. Понимание действий других часто само по себе снимает переживания.   
  
Есть и другие культурные формы, помогающие человеку справляться со страхом. Для детей это, прежде всего, чтение страшных сказок в ситуации полной защищенности (на маминых коленях). Сказки дают человеку пережить чувство неизбежности торжества добра над злом, сопереживания радости и состраданию, обеспечивающих победу маленького, слабого, но доброго, над большим злом. Другая полезная для детей форма культурного преодоления страха - спортивные игры, вызывающие переживания азарта, уверенности в победе.   
  
В процессе взросления ребенок должен получить опыт проживания и преодоления трудностей и конфликтов. Задача взрослых состоит в том, чтобы, находясь рядом, помогать ребенку определять конструктивные способы своего поведения в таких ситуациях.   
Что делать, если нужно спешить в школу, а ребенок не торопится?  
  
Психологами замечено негативное влияние активного организующего давления взрослого на ребенка. Если постоянно торопить ребенка: "Давай быстрее, мы уже опаздываем! Ну что ты копаешься?!", - то может, наоборот, закрепиться обратная реакция. Сформируется защитный стереотип "медлительности": в любой ситуации, требующей быстрого реагирования, ребенок будет замедляться и "тормозить". В этом он ничуть не виноват, так его организм защищается от тревоги и напряжения, вызванных "эмоциональным прессингом" извне.   
  
Поэтому целесообразно проводить "профилактику цейтнотов". С этой целью, организуя сборы ребенка в школу, желательно:   
Предусмотреть более раннее вставание, позволяющее ребенку просыпаться, завтракать, одеваться, умываться в его собственном темпе.  
Проследить, чтобы ребенок собрал портфель и приготовил одежду и обувь с вечера.  
Как относиться к неудачам ребенка, почти неизбежным в начале школьной жизни?  
  
Родители часто относятся резко отрицательно к первым неудачам ребенка. Негативные оценки взрослых повышают тревожность ребенка, его неуверенность в себе и своих действиях. Это, в свою очередь, ведет не к улучшению, а к ухудшению результатов. Так складывается порочный круг. Постоянные опасения ребенка услышать негативные оценки со стороны домашних приводят к страху сделать ошибку. Это отвлекает ребенка от смысла выполняемых им заданий и фиксирует его внимание на мелочах, заставляет переделывать, исправлять, бесконечно перепроверять. Стремление сделать работу как можно лучше на этом этапе только ухудшает дело. Особенно сильно это проявляется у тревожных, неглупых, исполнительных детей.   
  
Поэтому самое правильное отношение к первым неуспехам ребенка - отношение понимания, поддержки, помощи: "У тебя все получится. Я тебе помогу." Важно создать условия для переживания ребенком (хотя бы иногда) собственной победы.   
Каковы типичные проявления стресса и дезадаптации?  
Ребенок часто плачет (больше, чем обычно).  
У него, в отличие от обычного, подавленное или, наоборот, возбужденное состояние (хуже засыпает).  
Ребенок проявляет необоснованную агрессию (ругается, налетает, отвечает агрессивно, лезет в драку).  
Ребенок отказывается идти в школу.  
Как можно снимать стресс?  
Обеспечить ритмичную жизнь и порядок дома (здесь очень важен собственный пример и подражание ему ребенком).  
Важна теплая, естественная, спокойная манера поведения взрослых дома (без срывов, повышенного тона).  
Необходимо на какое-то время продолжение традиционных "детских" ритуалов укладывания, еды, умывания, совместной игры-обнимания, чтения на ночь, которые были приняты в дошкольном детстве ребенка.  
Снимают напряжение игры с водой, песком, рисование красками (с разрешением пачкания - отсутствием критики или осуждения за испачканную одежду, пол!), изготовление коллажей в "рваной" технике (рвать цветную бумагу, старые журналы и клеить из них картины), спортивные игры на воздухе (мяч, скакалки, "классики" и пр.)  
Чрезвычайно важно отсутствие лишних постоянных раздражителей (телевизор, приемник).  
Необходимо давать ребенку возможность испытывать время от времени настоящую детскую радость (праздник, театр).  
Для многих лучше всего снимает напряжение отдых на природе (особенно, труд).  
Какие необычные проявления ребенка требуют обращения к специалисту?  
Страхи (ночные страхи).  
Энурез (недержание мочи), особенно если перед школой этого уже не было.  
Грызение ногтей, заикание или подергивание века, лицевых мышц.  
Ярко выраженная агрессия.  
О чем лучше спросить ребенка, когда он возвращается из школы?  
  
Психологи установили, что родители своими вопросами о школе показывают ребенку свои приоритеты и ценности. Машу мама всегда спрашивает по дороге домой: "Что ты сегодня получила? Тебя хвалили или ругали?". Ваню спрашивают о том, с кем он подружился, было ли ему интересно. Петю о том, что он нового сегодня узнал. Сашу - что было в школе на завтрак, не проголодался ли он.   
  
Именно то, о чем Вы все время спрашиваете и покажет ребенку, что для Вас в жизни главное, а что второстепенное. Он интуитивно будет ориентироваться, скорее всего, на Ваши ценности. Это не означает, что он и будет развиваться именно в соответствии с вашими желаниями. Часто бывает так, что слишком резко заявленные родителями приоритеты вызывают тяжелейшие кризисы у ребенка, ощущающего, что он не в состоянии соответствовать этим родительским запросам. Иногда, наоборот, ориентируясь на интересы родителей, ребенок начинает игнорировать образовательные ценности школы.   
  
По Вашим вопросам о школе ребенок должен понять,   
что Вам интересно все, что с ним происходит,  
что Вам важны его успехи, но Вы любите и принимаете его таким, каков он есть.  
Что не может быть сделано без участия родителей?  
  
Без участия родителей не может быть построена самостоятельность младшего школьника в организации своего рабочего места, в выполнении домашних работ, в подготовке своей одежды и портфеля к завтрашнему дню.   
  
Культивирование самостоятельности - это ответственная и постепенная работа Часто бывает проще что-то сделать самому, чем ждать, пока это сделает ребенок. Иногда действия ребенка представляют для него реальную опасность. И тогда родители предостерегают его: "Не делай сам, это опасно (трудно), за тебя сделаю я". Эта неправильная установка приводит к "выученной беспомощности", отказу ребенка в дальнейшем от любых самостоятельных действий, неверию в собственные силы.   
Зачем должен проследить родитель, если он хочет помочь ребенку учиться?  
  
Самая главная задача родителей во время школьного обучения ребенка - не стать учителями-дублерами, а остаться родителями, принимающими, понимающими и любящими своего ребенка, невзирая на его школьные успехи или неудачи. Поэтому и следить родитель должен, в первую очередь, за уровнем самостоятельности ребенка в домашних делах (в том числе и в выполнении школьного домашнего задания).   
  
Если до начала обучения в школе ребенок не овладел приемами самостоятельного одевания (например, завязыванием шнурков), укладывания спать, уборки "своей территории", чистки зубов перед сном и пр., то это - первейшая забота родителя. Причем отдельные дела или действия ребенок к этому времени уже может выполнять самостоятельно, без присмотра взрослого и по собственной инициативе.   
  
С первого сентября к этому добавляются:   
подготовка стола к выполнению домашней работы;  
сбор портфеля;  
подготовка с помощью родителей школьной формы (или одежды и обуви, в которой завтра ребенок пойдет в школу).  
Как помочь ребенку организовать свое рабочее место?  
  
Во-первых, личным примером. Если на Вашем рабочем месте постоянный беспорядок, то совершенно бесполезно приучать к порядку ребенка.   
  
Когда Вы покажете ребенку свое рабочее место (кухонный стол, письменный стол, рабочий стол), то обратите его внимание, какими предметами Вы пользуетесь, для чего они нужны и в каком порядке Вы их раскладываете на рабочем месте.   
  
Пусть ребенок расскажет Вам, какими вещами он пользуется при подготовке к урокам и как ему удобнее их разложить на столе. Определив вместе с ребенком удобные для разных вещей места, можно наклеить на поверхность стола наклейки - "домики" для каждой вещи.   
  
Обратите внимание на позу сидящего за столом ребенка. Ему еще трудно контролировать себя, он не очень хорошо ощущает собственное тело, а тем более трудно долго сидеть в одной позе. Можно сделать несколько фотографий сидящего в разных позах ребенка, а потом изучить их вместе с ним - имитируя эти позы и обсуждая, чем они плохи (искривление позвоночника, затекание ног, закрывание собственной работы от света и пр.). Научите его разным веселым упражнениям, которые лучше делать в перерывах между занятиями (если ему уже показали в школе, пусть покажет их Вам) - упражнения для пальцев рук, физкультминутки под ритмические стихи.   
Как часто требуется взаимодействовать с учителем в период адаптации?

В адаптационный период должна быть налажена постоянная связь между школой и родителями. К сожалению, учителя редко знают о том, что происходит с ребенком дома после занятий, а родители имеют слабое представление о том, что происходило с ребенком в школе. Нужно договориться о месте и времени встреч учителя и родителей, на которых они могли бы обменяться своими наблюдениями, впечатлениями по поводу действий детей. В течение первого года обучения детей родители и учителя должны стать единомышленниками.

**10. Как правильно выбрать портфель для школьника**

****

***Задумывались ли вы когда-нибудь о том, чтобы портфель или ранец для вашего чада был не только модным, но и подходил ему? Разберем несколько типичных ошибок.***

**Частые ошибки**  
 - Покупка ранца или рюкзака, который слишком велик для ребенка.   
- Перегрузка ранца.  
- Неправильное распределение веса.  
- Неправильное ношение.  
**Тревожные звонки**  
- Приступы болей в плечах, шее и спине.  
- Покраснение и глубокий след от ремня на коже плеча.  
- Чувство покалывания или онемения в руках.  
- Неестественное положение тела, голова наклонена или вытянута вперед, тело отклонено в одну сторону.  
- Спотыкающаяся походка, трудности с подъемом по лестнице или по небольшому уклону.  
**Правильный подбор**  
- Соответствует росту и весу ребенка.  
- Оборудован дополнительными ремнями.  
- Катафоты (светоотражатели) для безопасности на дороге.  
  
- Хорошие широкие наплечники.  
- Множество отделов для эффективного распределения веса.  
**Вес рюкзака (ранца)**  
- Полностью загруженный портфель не должен весить более 15 процентов от массы тела ребенка.  
- Ребенок не должен носить ранец тяжелее 12,5 кг.  
**Правила упаковки**  
- Класть в рюкзак только те вещи, которые реально нужны в этот день.  
- Книги и прочие плоские предметы нужно класть параллельно спинке рюкзака.  
- Самый тяжелый предмет должен располагаться внизу, ближе всего к спине.  
**Ношение**  
- Носить рюкзак следует на обеих лямках, иначе есть риск заработать боковой сколиоз.  
- Застегивать поясные лямки — это поможет равномерно распределить вес рюкзака по телу.  
- Подгоняйте лямки так, чтобы рюкзак плотно прилегал к спине не менее, чем в 10 см выше поясницы. Иначе центр тяжести тела сместится назад, что приведет к перенапряжению мышц и болям.  
**Каким должен быть портфель?**  
Портфель должен быть легким – не более 700 грамм. Чем он легче, тем легче вашему ребенку. (Ребенку нельзя носить груз, превышающий 10% собственной массы)  
Верх ранца не должен быть выше плеч ребенка, а низ - ниже линии бедер.  
Ширина ранца не должна быть шире плеч ребенка.  
Ширина лямок должна быть около 8 см.  
Задняя стенка должна иметь мягкую прокладку, чтобы острые углы книг и т.п. не давили на спину.  
У ранца должно быть много карманов и отделов, чтобы равномерно распределить нагрузку и чтобы ребенку было легче найти предметы. (Приучайте ребенка самостоятельно собирать портфель.)  
Разноцветные портфели меньше пачкаются.  
Проведите платком по поверхности ранца, проверьте, чтобы краска не линяла.  
Современные модели оснащены светоотражательными элементами для безопасности на дорогах.  
  
**Желаем удачной покупки!**