

Памятка для родителей первоклассников «Как помочь ребенку легче адаптироваться к школе»



1. Соблюдайте режим дня (даже в выходные дни), обеспечивая полноценный сон и обязательные прогулки на свежем воздухе.
2. Следите за тем, чтобы у ребенка было разнообразное и здоровое питание, прием поливитаминов – по рекомендации педиатра.
3. Провожая ребенка в школу, пожелайте ему удачи, хорошего дня, но ни в коем случае не напутствуйте: «Веди себя хорошо, не подведи меня...» и т.д.
4. Встречая после школы, не утомляйте ребенка вопросами типа: что было на уроке, спрашивали ли тебя сегодня? Но если ребенку нужно чем-то поделиться с вами, выговориться, постарайтесь выслушать незамедлительно.
5. Позвольте ребенку отдохнуть 2-3 часа после школы. В это время он может поиграть в спокойные игры или поспать.
6. Лучшее время для выполнения домашних заданий с 15 до 17 часов. Между занятиями необходим перерыв 10-15 минут.
7. Ребенку необходимо иметь личную территорию, чтобы побыть наедине с самим собой.
8. Не завышайте свои личные требования к ребенку.
9. Будьте терпеливы. Перед вами всего лишь семилетний ребенок.
10. Не сравнивайте ребенка со сверстниками, ведь все дети разные.
11. Хвалите ребенка! Это хороший стимул и настрой на позитив.
12. Будьте оптимистами и помните, что решение всех существующих проблем и успешность вашего ребенка – в ваших руках!



10 советов родителям будущих первоклассников:

Совет 1. Заранее познакомьтесь со школой, условиями обучения и учителем.

Совет 2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

Совет 3. Выделите ребенку место для занятий дома.

Совет 4. Поддерживайте в ребенке его стремление стать школьником.

Совет 5. Избегайте чрезмерных требований к ребенку.

Совет 6. Составьте вместе с будущим первоклассником распорядок дня и следите за его соблюдением.

Совет 7. Приучайте ребенка содержать в порядке свои вещи и школьные принадлежности.

Совет 8. Ребенок имеет право на ошибку. Поэтому не относитесь к его первым неудачам как к краху всех ваших надежд. Помните: ему очень необходима ваша помощь и поддержка.

Совет 9. Не пропустите первые трудности в обучении. Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если они становятся частыми.

Совет 10. Не перенагружайте ребенка учебной работой. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игр.

