



В школу без волнения: Рекомендации психолога родителям будущих первоклассников

Подготовил педагог - психолог:

Макаова Э.М.

В школу без волнения:

Рекомендации психолога родителям будущих первоклассников

У первоклашек сборы в школу всегда вызывают волнения и тревоги. Получится ли у меня хорошо учиться, не будет ли мне скучно, подружусь ли я с одноклассниками – эти вопросы, чаще всего не озвучиваемые, способны довести до состояния паники даже самых спокойных детей. О том, что стоит предпринять родителям будущих школьников, чтобы их дети легко и без лишних стрессов вступили в новую школьную жизнь,

Начните с себя

Подготовка к школе – это стресс и для мам и пап, однако поддаваться тревоге не стоит, ведь чем спокойнее к какой-либо ситуации относятся родители, тем увереннее чувствует себя ребенок.

Будет ли ваш первоклассник успевать по программе, получится ли у него влиться в коллектив – ответить на эти вопросы вы все равно заранее не сможете. Ну а если что-то и пойдет не так, как вы мечтаете, – с большинством школьных проблем, если они возникнут, вам помогут справиться педагоги, другие родители и даже собственный школьный опыт. Самое лучшее, что вы можете сделать сейчас, когда до первого сентября остается всего две недели, а тревоги накрывают, – сказать себе, что безвыходных ситуаций не бывает.



Говорите об учебе в позитивном ключе

Если вы видите, что ребенок очень переживает по поводу предстоящих перемен, боится школы, поделитесь с ним забавными случаями из своей ученической жизни, расскажите о торжественных моментах, о достижениях и открытиях, которые вы сделали на уроках. Не лишним будет полистать вместе школьный альбом с фотографиями и рассказать о своих друзьях. Постарайтесь донести до ребенка, что школьные годы – это не только уроки и оценки, это целый мир, где день за днем ему будет открываться новое и интересное.

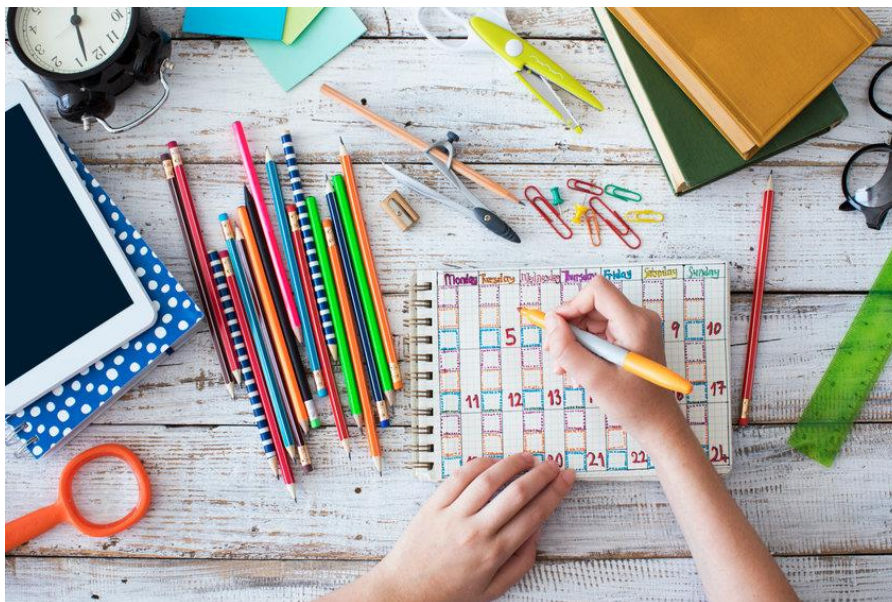
Не лишним будет навестить вместе с ребенком друзей и знакомых, чьи дети перешли во второй или третий класс, и попросить этих детей рассказать вашему сыну или дочке, почему им нравится ходить в школу и как они заводят дружбу с ровесниками. Это поможет будущему первокласснику представить свою школьную жизнь и понять, что учеба – это интересный этап, которого не стоит бояться.



Составьте расписание и предоставьте право быть взрослым

Середина августа – самое время вспомнить о том, что успех в школе во многом зависит от навыков самодисциплины и самоорганизации. Предложите ребенку вместе с вами составить расписание, распорядок дня, который поможет ничего не забыть при подготовке к школе. Расписание станет подсказкой и вам, распланировать все будет легче. Выберите удобный ребенку формат и обязательно предложите ему внести в список дел какие-то свои пункты.

Для того чтобы ребенок учился самостоятельно принимать решения (это тоже важно в школьной жизни) предоставляйте ему право выбора, пусть и в самых простых делах: «какого цвета пенал мы с тобой купим, синий или зеленый», «какой мультфильм посмотрим вечером». Пусть подумает и решит. Создавайте ситуации, когда ребенок может гордиться тем, что выбрал что-то сам, как взрослый.



Не забывайте об отдыхе и развлечениях

Постарайтесь наполнить последние августовские дни совместными занятиями, которые подарят положительные эмоции и отвлекут от тревог: гуляйте и играйте вместе, отправляйтесь на природу или в парк, катайтесь на

велосипедах! Главное – не забывайте говорить ребенку, что всегда и в любой ситуации вы будете рядом и поддержите его.

Дайте с собой в школу маленького «помощника»

Ребенку бывает трудно привыкнуть к новой обстановке. В первые дни учебы предложите ему брать с собой в школу любимую маленькую игрушку. Пусть он положит ее в рюкзак или ранец вместе с учебниками. Объясните, что с этого момента любимец будет ему незаметно во всем помогать. В возрасте 6 – 7 лет у детей очень богатая фантазия, поэтому малыш наверняка поддержит вашу игру и сам придумает для своего «помощника» волшебные свойства.

Поддерживайте и слушайте ребенка

Когда начнется учеба, обязательно активно поддерживайте первоклассника: хвалите даже за небольшие успехи, а в качестве поощрения радуйте небольшими сюрпризами: например, его любимыми угощениями, интересуйтесь школьными новостями, просите рассказать о том, как прошел день. При этом ни в коем случае не ругайте за промахи, не обесценивайте его усилия и не сравнивайте с другими детьми.

Приободрять и поддерживать школьника нужно не только в первом классе, но и на протяжении всей учебы: гордитесь достижениями ребенка, сопереживайте при неудачах, показывайте, что вам интересна его школьная жизнь. Все это поможет укрепить доверие между вами и не допустить отчуждения, когда он станет подростком.