

Помощь родителей во время адаптации ребёнка к школе

Ø Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.

Ø Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.

Ø Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если “вчера предупреждали”.

Ø Не отправляйте ребенка в школу без лёгкого завтрака – за полчаса до выхода из дома хотя бы напоите его сладким чаем.

Ø Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: “смотри, не балуйся”, “веди себя хорошо”, “чтобы сегодня не было замечаний о твоём поведении” и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.

Ø Встречайте ребенка после школы спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми).

Ø Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.

Ø Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет. Имейте в виду, что все дети любят сказку перед сном, песенку, ласковые слова. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном о неприятностях.

Ø Ежедневно интересуйтесь учебными успехами ребенка (спрашивайте: «Что ты сегодня узнал нового?» вместо традиционного «Какую сегодня получил оценку?»).

Ø Старайтесь выслушать рассказы ребенка до конца. Поделиться своими переживаниями – естественная потребность детей.

Ø Радуйтесь успехам, не раздражайтесь из-за каждой неудачи, постигшей ребенка.

Ø Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.

Ø Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.

Ø Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.

Ø Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец полугодия, первая неделя после зимних каникул, середина третьего триместра.

Ø Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!

Как поддержать самооценку ребёнка?

Ø Безусловно, принимайте ребенка! Ø Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.

Ø Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)

Ø Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам. Ø Помогайте, когда он просит.

Ø Поддерживайте каждый успех.

Ø Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.

Ø Конструктивно решайте конфликты.

Ø Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.

Ø Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

Взаимодействие с учителем.

Ø Только вместе со школой можно добиться желаемых результатов в воспитании и обучении детей. Учитель – ваш первый союзник и друг вашей семьи. Советуйтесь с ним, поддерживайте его авторитет.

Ø Замечания о работе учителя высказывайте в школе, на собрании. Нельзя этого делать в присутствии детей.

Ø Обязательно посещайте все занятия и собрания для родителей. Если не сможете, сообщите об этом учителю лично или запиской через ребенка.

Ø Содействуйте тому, чтобы ребенок участвовал во всех касающихся его мероприятиях, проводимых в классе, школе.

Ø Обязательно оказывайте посильную помощь школе (классу).

Советы родителям.

Ø Нельзя, чтобы у школьника не было других обязанностей, кроме учёбы. Человек, который в течение дня должен сделать много дел, привыкает ценить время, планировать работу, приступать к ней без проволочек.

Ø Во время занятий с ребенком необходимы: спокойный тон, поддержка (“не волнуйся, все получится”, “давай разберемся вместе”, “я тебе помогу”), похвала (даже, если не очень получается).

Ø В общении с ребенком старайтесь избегать условий: “Если ты сделаешь, то...”. Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

Ø Проверяя домашнее задание, нацеливайте ребенка на то, чтобы он умел доказывать правильность выполнения задания, приводить свои примеры. Чаще спрашивайте: «Почему?» «Докажи», «А можно ли по-другому?».

Подготовка домашних заданий.

Ø Уважаемые родители, дедушки и бабушки! Помните! Домашнее задание задают вашему ребёнку! Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.

Ø Помощь необходима только в том случае, если у ребенка есть некоторые сложности в развитии познавательных навыков. В этом случае неплохо ещё и посоветоваться со специалистом, чтобы не навредить.

Ø С чего же начать? Убрать всё лишнее со стола! Ø Лучшее время для выполнения домашних заданий: с 15.00 до 18.00. Плотно пообедать надо не меньше, чем за час-полтора до этого, но и голодным садиться за уроки не стоит. Занятия поздними вечерами бесполезны, т.к. ребенок уже устал от насыщенного учебного дня.

Ø Если ребёнок входит в работу легко, но быстро устаёт - начинать лучше с самых трудных заданий. Если вработывание растягивается, долго раскачивается - начинать лучше со средних заданий, потом уже переходить к сложным. А если совсем никак - надо начать с самых простых, чтобы почувствовать успех от быстро и легко выполненного.

Ø Помните, что на выполнение учебных заданий не стоит тратить всю жизнь (есть ещё много чего интересного и увлекательного).

Ø После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).

Ø Возьмите на заметку, что в начальных классах надо укладываться с домашней работой за 1 час. Дошкольник же должен продуктивно заниматься 30-40 минут.

Ø Не заставляйте делать все задания в один присест, это должно занимать не больше 15-20 минут времени, и только после отдыха можно вернуться к заданию.

Ø Каждые 15 -20 минут не мешает отдохнуть: потанцевать, поваляться по полу, поупражняться с гантелями. Любящие родители могут поиграть с ребенком в игру "разожми кулачок", нарисовать в воздухе, следя глазами, (причем и одной и другой рукой) знак бесконечности, а ребенку назовите это "ленивой восьмеркой", а можно и цветы полить, и с собакой поиграть.

Ø Особую важность имеет твердо установленное время начала занятий. Благодаря этому вырабатывается привычка, к назначенному часу появляется психологическая готовность и предрасположение к умственной работе, даже теряется интерес к игре, прогулке.

Ø При установке часа начала занятий необходимо определить разумное соотношение времени, отводимого на уроки, прогулки, домашние обязанности, чтобы одно не шло в ущерб другому.

Ø Необходимо постоянное место для занятий, где все необходимые предметы находятся под рукой. Так вырабатывается привычка к внутренней мобилизации с момента начала занятий и до тех пор, пока не выработалось умение управлять своим поведением, рабочее место должно быть только местом для занятий (ни игр, ни картинок, ни игрушек, ни посторонних книг, ни цветных карандашей и фломастеров, если они не нужны для текущей работы).

Ø Если нет возможности выделить постоянное отдельное место, то в определенный час должно быть безусловно выделено, освобождено место для занятий.

Родителям о наказаниях

Ø Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.

Ø Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.

Ø Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.

Ø Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

Ø Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.

Ø Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.

Ø Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его. (Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть, - как сразу возникнет конфликт.)

Ø Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.

Ø Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.

Ø Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.

Чем заменить наказания?

Ø Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.

Ø Объяснением. Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

Ø Отвлечением. Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.

Ø Неторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится. Ø Наградами. В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

Наказывая ребёнка, пожалуйста, помните:

Ø Гораздо большей воспитательной силой обладает прощение проступка, а наказание освобождает от мук совести.

Ø Правом наказания в семье должен пользоваться один человек, наиболее уважаемый, любимый ребёнком.

Ø Наказывать следует за проступок, а не потому, что у вас плохое настроение.

Ø Не стоит читать длинных нотаций. Ø Не нужно впоследствии напоминать о проступке.

Ø Нельзя пугать ребёнка бабой Ягой, милиционером, волком.

Ø Не стоит всегда наказывать ребёнка после проступка сразу. Иногда лучше сказать: «Хорошо, я подумаю до завтра, как с тобой поступить».

Ø Разговор о проступке следует вести только наедине.

Ø В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, что они вечно неправы. Этим Вы научите ребёнка уступать, признавать ошибки и поражения.

Если ребёнок провинился...

Ø Когда Вам хочется сказать ребёнку: «Не лги, не ври, не обманывай!», скажите лучше: «Не обманывай», А еще лучше улыбнитесь: «Кажется кто-то говорит неправду».

Ø Сразу дайте оценку поступку, ошибке и сделайте паузу. Оценивайте поступок, а не личность: не – «Ты плохой», а – «Ты поступил плохо».

Ø После замечания прикоснитесь к ребёнку и дайте почувствовать, что Вы ему сочувствуете, верите в него.

Ø Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.

Ø Ясно определите, что Вы хотите от ребёнка (и объясните ему это), а также узнайте, что он думает по этому поводу.

Ø Не показывайте готовых решений. Ø Не унижайте ребёнка словами типа: «А у тебя вообще голова на плечах есть?»

Ø Не угрожайте: «Если ты ещё раз сделаешь – ты у меня получишь».

Ø Не вымогайте обещаний, для ребёнка они ничего не значат.

Ø Ни при каких обстоятельствах не заглядывайте в портфель и карман ребёнка, даже если вам кажется, что Вы все должны знать о своих детях.