

ПОРАДИ БАТЬКАМ ПЕРШОКЛАСНИКІВ



Важливий етап у житті дитини перехід з дошкільного навчального закладу до загальноосвітнього, **до ролі «школяра»**

Вступ дитини до 1-го класу це складний процес, а для першокласника це стресова ситуація, бо діти опиняються в новому середовищі, з незнайомими дорослими та іншими дітьми. Ситуацію загострюють і батьки, якщо акцентують увагу лише на труднощах в школі. А дитина чекає від батьків, перш за все, підтримки, розуміння та любові.

! ГОЛОВНЕ ЗАВДАННЯ БАТЬКІВ - створення сприятливих умов для розвитку дитини. Батькам першокласників треба дотримуватися такої моделі поведінки:

- ✚ вислуховуйте розповіді дитини про школу уважно, задавайте уточнюючі питання, тоді дитина побачить ваш інтерес до її справ і відчує вашу підтримку. **Найголовніше - це увага**
- ✚ позитивне ставлення батьків до школи і вчителів спростить період адаптації дитини в школі, тому **не допускайте негативні вислови** про школу і вчителів «у сімейному колі», бо це значно ускладнить процес адаптації.
- ✚ спокійне ставлення батьків до шкільних турбот і шкільного життя дуже допоможе дитині, **не допустимо лякати дитину** школою, труднощами навчання
- ✚ важливо **акцентувати** увагу на вміннях дитини, її досягненнях
- ✚ варто **заохочувати** дитину до пізнання нового, стимулювати та підтримувати її ініціативу
- ✚ допоможіть дитині встановити стосунки з однолітками, проговоріть з нею про правила спілкування зі своїми ровесниками, допоможіть **стати вашій дитині цікавою іншим**
- ✚ проводжаючи дитину до школи, **побажайте їй успіхів**, скажіть кілька лагідних слів, без застережень на кшталт: «Дивись, поведь себе гарно!», «Щоб не було поганих оцінок» та таке інше.



ЗВИКНУТИ ДО НОВОГО РЕЖИМУ ЖИТТЯ

Допомогти дитині можуть батьки 😊

Дитина звикає до школи не тільки психологічно, але і фізично. З початком шкільного навчання різко збільшується навантаження на нервову систему, хребет, зір, слух дитини.

Якщо до цього у родині не дотримувалися **режиму дня**, то саме час поступово його налагодити:



- діти потребують регулярного тривалого сну, необхідно **навчити школяра засинати та прокидатись** в один і той же час. Важливо, аби дитина лягала спати не пізніше десяти вечори, прокидалась в 7-8 ранку



- після школи **не змушуйте дитину одразу сідати за виконання завдань**, необхідно 1,5 години відпочити. Найоптимальніший час для виконання завдань — з 15 до 17 години. Дитині потрібний час, щоб відпочити. Це корисно і для самого процесу навчання. Мозок використовує час відпочинку, щоб «укласти нові знання на потрібні полицки».

- розпорядок **перед сном**: зібрати портфель, приготувати одяг, перевірити, чи чиста форма
- **ранішній розпорядок**: умиваємося, одягаємося, їмо, чистимо зуби, одягаємося в шкільну форму, чистимо взуття, виходимо з будинку



! Правильно організований режим дня — необхідна умова нормального розвитку дитини, зміцнення її здоров'я, підтримання високого рівня фізичної й розумової активності.



Батькам варто оговорити з першокласником «ПРАВИЛА ПОВЕДІНКИ В ШКОЛІ»:

- приходити до школи в чітко визначений час;
- заходити до класу після дзвінка на урок;
- коли вчитель звертатиметься до неї — слухати уважно;
- виконувати завдання вчителя;
- якщо щось не зрозуміло — ввічливо перепитати;
- бути в класі, доки триває урок;



Гарні довірливі стосунки і усвідомлення того, що дитина завжди може розраховувати на вашу підтримку, **допоможуть їй налаштуватися на успіх, та швидше адаптуватись**



! ПАМ'ЯТАЙТЕ - шкільні успіхи звичайно ж важливі, АЛЕ це - не все життя вашої дитини, ніяка «дванадцятка» не може бути важливішою за щастя вашої дитини. Позитивні, довірливі стосунки з дитиною, усвідомлення того, що вона завжди отримає від Вас підтримку допоможе налаштувати її на успіх!