

ЗАМЕТКИ С ПОЛЕЗНОСТЯМИ

Школьная «ПервоКлассная зарисовка». С полезностями. Без школьных ужасиков, ругалок и саркастических наблюдений. Практично для родителей первоклассников.



Признак физической, телесной готовности к школе - начало смены зубов. Вся школьная нагрузка: интеллектуальная, эмоциональная, физическая ляжет на маленькое тельце. Если так сложилось, что у наших первоклашек зубки еще не начали меняться, прямо сейчас начинаем усиленно укреплять тело. Тем, во что верите: витаминами, гомеопатией, сбалансированным питанием, зарядкой, режимом. Первая неделя школы - новая нагрузка, иммунитет часто не справляется.



Психолог, проводящий собеседование перед школой, задаёт малышу вопросы о мотивации. Мотивация бывает игровой (детка идёт в школу играть). И играет он по своим правилам. Если он устал от игры, он встаёт посреди урока и начинает бродить, говорить или кушать. Такой ребёнок берет с собой в школу много игрушек. Мотивация ребёнка может «дозреть», но первое время важно терпение и творческий потенциал родителей, чтобы ребёнок не решил «выйти из игры».

Мотивация социальная - ребенок идет в школу дружить. И он больше будет болтать и тусить. Ему важно помочь построить отношения, и такой ребенок может отказываться учиться, говоря, что с ним никто не дружит.

Мотивация достижений - я иду в школу за «5-ми». В первом классе оценок не ставят. И всегда учиться на 5 баллов невозможно. Такой малыш может, если мы не «дадим ему разрешение» быть разным, если мы позволим не оправдывать наши амбиции, превратиться в перфекциониста (человек, стремящийся к совершенству) и невротика.

Мотивация учебная - зрелая. Когда ребёнок идет учиться так тоже бывает.



Первые две недели малыш очень устает: новый режим, общее напряжение семьи, привыкание к новым отношениям, новая непривычная нагрузка. Пожалуйста, позаботьтесь о том, чтобы он мог выбегаться после школы или просто выспаться. Многие первоклашки становятся более эмоциональными, агрессивными и слезливыми первые школьные недели - это нормально.



Доли мозга, которые отвечают за удержание ребёнка в одной позе, включаются в работу после 7 лет. Малыши не могут быть усидчивыми, не бегать на переменах, не проявлять активность. Если учителям не хватает знаний дать детям возможность разрядки, не ругайте ребёнка за состояние «волчка» дома.



Если ребенок единственный в семье или он не был в садике, то он не привык к шуму, постоянному присутствию других детей рядом, прикосновениям. Он может сильнее уставать и жаловаться на то, что его обижают (прикосновения других он может расценивать, как агрессию), с такой деткой почаще нужно играть в контактно - телесные игры. Он может после школы быть как чрезмерно активным, так и очень вялым.



Если учительница очень отличается по психотипу, эмоциональным реакциям, телосложению, громкости голоса от мамы и близких женщин, то ребёнок может её бояться. Ребёнку важно говорить, что учительница говорит громко не потому, что сердится, а потому что хочет, чтоб её все услышали. И дома важно играть в шумелки.



Для того, чтобы деткам облегчить адаптацию, лучше в первые недели сентября устраивать встречи деток-одноклассников в игровых центрах, пикниках, приглашать в гости. Чем быстрее они познакомятся, тем быстрее будут сосредотачиваться на учёбе.



Каждый понедельник ребёнка может быть сложнее «оторвать от себя», это касается и малышей, которые адаптируются к садику. Называется это «синдром понедельника». После близости с родителями в выходные сложно идти в чужую среду. В утро понедельника замедляем темп, расстаёмся, обнимаясь, с собой ребёнку даем частичку себя - браслет, значок, кулон.



В школе, чем раньше, тем лучше делаем коллаж из фотографий мордашек деток, обрисовываем всем классом ладошки, вырезаем их или просто развешиваем по стенам. Когда ребенок приходит в класс и видит «себя», он сразу чувствует, что у него есть место и он «свой».



Мы должны точно знать, что ребенок знает, где школьный туалет, умеет им пользоваться, знает, как попроситься. Много школьных неврозов связано с туалетными сложностями. Если я трачу силы на то, чтобы что-то удержать, мне не до приема новой информации.



Многие чувствительные дети воспринимают мир «носом». (У таких деток, как правило, есть напряжение в поджелудочной железе). Они не будут есть продукт, который плохо для них пахнет, не смогут себя комфортно чувствовать в наполненной запахами столовой. Пожалуйста, предупреждайте учителей о том, какие продукты не ест ребёнок. Давайте с собой воду, фрукты, помытую морковь и проч. Помните, что это не каприз ребёнка.



Чем сильнее отвлекается ребёнок, тем ближе к учителю он должен сидеть. Чтобы была возможность прямого контакта глаз.



О школе - либо хорошо, либо ничего, так же и в присутствии ребенка об учителе. Если есть ситуация, в которой ребёнку небезопасно, ребёнок должен знать, что вы за него заступитесь. Но дома он свою воспитательную дозу получит.



Пожалуйста, будьте внимательны к изменениям в поведении ребёнка. К сожалению, не все учителя адекватны. Психологическую травму получает в большей степени тот ребёнок, который наблюдает, как на его одноклассника учитель кричит или унижает. Слушайте, что ребёнок рассказывает, во что играет.



Родителей первоклашек ждёт еще одно испытание - перефокусировка авторитетности. Раньше детка слушалась и воспринимала как истинную только информацию от папы и мамы. Сейчас в речи ребёнка появятся фразы: «А Мария Ивановна сказала по-другому. Ты не права».



С каждым днём сокращаем своё присутствие в делании уроков.



Для очень чувствительных, обидчивых деток, особенно, если из фамилии легко сделать «дразнилку» - для того, чтобы «сделать прививку» против обид - дома придумываем вместе разные прозвища, которые можно сделать из фамилии.



Желательно, в конце первой недели устроить домашний праздник.



Для профилактики болезней, усталости - 1 раз в три недели можно непедагогично с разрешения учителя прогулять школу. Чтобы ребенок мог сбить темп и чтобы его тело не включало режим «психосоматики» (направление в медицине, психологии, изучающее влияние психологических факторов на возникновение и течение телесных заболеваний).



Желательно первые 3 недели учебного года не нагружать ребёнка дополнительными новыми кружками и секциями.



Что бы не происходило накануне в семье, с какой бы ноги не встало всё семейство - ребёнка важно проводить в хорошем настроении. Чем больше мы его наполним теплом, как витаминами, тем легче ему будет осваивать новые миры.



Несколько лет подряд я писала сыну Миге в школу письма (малышам их можно рисовать). На конверте было написано - вскрыть после 2 - го урока. В письме - пару тёплых слов. Это витамины любви, которые помогут детке оставаться с вами в контакте, даже без визуального контакта. Это наша возможность сказать - я с тобой.

Пусть школьные годы, хотя бы первый класс, принесут семье устойчивую радость!