

## Проблемы маленького школьника

Большинство детей идут в первый класс с большой готовностью и интересом. Они слушают учителя и беспрекословно выполняют его требования. Однако по истечении определенного периода времени им приходится делать сложный выбор между «хочу» и «надо» «интересно» и «неинтересно». Они уже не так охотно выполняют задания, ребенок понимает и, в некоторой степени, тяготится тем, что школьные занятия накладывают определенные обязательства и ограничивают свободу, требуется корректировка и контроль за поведением т.д.

Период адаптации к школе может продлиться от месяца до года, и родителям в этот период придётся проявить терпение. Надо помочь и поддержать своего ребёнка в это время. Главное в данном случае дать понять малышу, что все трудности он сможет преодолеть с вашей помощью. Каждый ребёнок даже в мелочах ждёт от своих родителей поощрения и похвалы. Оцените его заслуги и порадуйтесь вместе с ним.

Рисунки и поделки не прячьте, а выставляйте на самое видное место. Пусть ребёнок почувствует, что вы гордитесь его успехами и его достижения очень важны для вас. Со временем весь негатив, связанный со школой уйдет, проявится интерес к занятиям и появится желание учиться.

Лучше, когда и учитель, и родители создают ситуации, в которых ребенок может проявить свои способности. Всеобщее одобрение создает у маленького школьника ощущение собственной значимости, что положительно проецируется и на процесс учебы.

Очень хорошо, если в начальной школе вашему ребенку повезло с учителем, и классный руководитель является доброжелательным и терпеливым человеком. Ведь детям так нелегко на первых порах приспособиться к новым отношениям. Ребенок привык дома к повышенному вниманию к себе, ему сложно смириться с тем, что в школьном коллективе он является одним из многих, поэтому такого же «особого» отношения дети

ждут и от учителя. И не получая ожидаемой доли внимания решают, что учитель плохо к ним относится, «не любит».

С другой стороны, в школе, маленький ученик оценивается объективно, принимаются в расчет и успехи и недостатки, которые чаще всего в своем любимом чаде не замечают родители. Поэтому было бы разумно в данной ситуации родителям прислушаться к мнению педагога, а затем в дружеской беседе уже объяснить ребенку, чего ждет от него учитель и помочь найти общий язык и взаимопонимание.

Во многих случаях плохая успеваемость обуславливается тем, что ребенок пошел в школу слишком рано. Многие малыши еще не полностью «переключились» с детского сада на школу. И хотя практически во всех детских садах существуют программы подготовки к школе, ребенок мог что-то не усвоить или не понять. Например, попытки заставить ребенка читать чаще всего воспринимаются малышом враждебно. Если вы хотите чего-то добиться от ребенка и научить его чему-либо, следует помнить, что цель для него должна быть мотивированной и значимой, а достигнув ее, ребенок ждет похвалы и одобрения. Процесс обучения можно осуществлять в игровой манере, в некоторых случаях создавая определенное соревнование. Постарайтесь увлечь ребенка процессом, сделать его интересным и непринужденным.

Часто родителям не хватает времени и они не могут уделить внимание ребенку. Но иногда ситуация требует присутствия взрослых, в тех случаях, когда ребенок не в состоянии самостоятельно справиться. Наоборот, следует повышать его самооценку. Ваш ребенок должен поверить в свои силы. Не стоит торопить малыша, будьте с ним терпеливы и щедры на похвалу, поощряя за малейшие успехи. Помните, что маленький школьник сегодня выполнил с вашей помощью, завтра он сможет сделать уже самостоятельно и без принуждения.

Чтобы адаптация к школе протекала легче, чрезвычайно важно с первого дня соблюдать режим дня. Такая мера предохраняет от

переутомления. В режиме дня необходимо предусмотреть время подъёма, приёма пищи, занятий в школе, прогулок и подвижных игр на воздухе, помощи по дому, гигиенических и закаливающих процедур, отхода ко сну.

В учебный период ребёнок может смотреть телепередачи не более 20-30 минут и не чаще 2-3 раз в неделю, а в выходные дни до 40 минут. Помните: вечерние просмотры телепередач перегружают нервную систему ребёнка.

Сейчас компьютер есть почти в каждом доме, и это не роскошь, а средство обучения. Если вы решили поставить компьютер на рабочем месте школьника, не стоит ставить его прямо на письменный стол: так очень трудно соблюсти необходимое расстояние от глаз до монитора. Лучше поставить специальный угловой компьютерный столик. Это позволит сберечь зрение ребёнка и не загромождать монитором рабочее пространство рабочего стола. Рекомендованное время работы за компьютером – до 15 минут в день для первоклассников.

В период адаптации к школе не следует загружать ребёнка занятиями в различных кружках, секциях. Интенсивные внешкольные нагрузки затруднят и затянут процесс привыкания к обучению. Рекомендуется также избегать травмирующих медицинских вмешательств, например лечение зубов, плановых хирургических операций.

Детям, а шестилетним в особенности, свойственна естественная потребность в движении, им крайне полезны подвижные игры, физические упражнения на свежем воздухе, что повышает сопротивляемость организма к заболеваниям, укрепляет здоровье. В учебные дни шестилетний ребёнок должен бывать на свежем воздухе не менее 3--3.5 часов.

Итак, для того чтобы малыш благополучно привык к новым условиям и учился с радостью, родителям необходимо: следовать рекомендациям врачей и педагогов, тщательно следить за состоянием здоровья ребёнка, его весом, ростом и нервно – психическим развитием, обеспечивать его оздоровление и лечение в зависимости от результатов врачебных осмотров, обеспечить

рациональное питание, закаливание, организовать правильный режим дня, в котором предусмотреть достаточную продолжительность сна и время пребывания на свежем воздухе, воспитывать доброжелательное отношение к детям и взрослым. Обстановка в семье должна быть спокойной. Не поддавайтесь эмоциям. От вашего отношения к ребёнку и его проблемам во многом зависит будущее растущего человека, и только внимание, терпение и желание помочь принесут успех.

Выполняя все эти рекомендации, уважаемые родители, вы поможете своему ребёнку успешно вступить в новый период его жизни – учение не будет мучением ни для него, ни для вас.

**Счастливого учебного года!**