



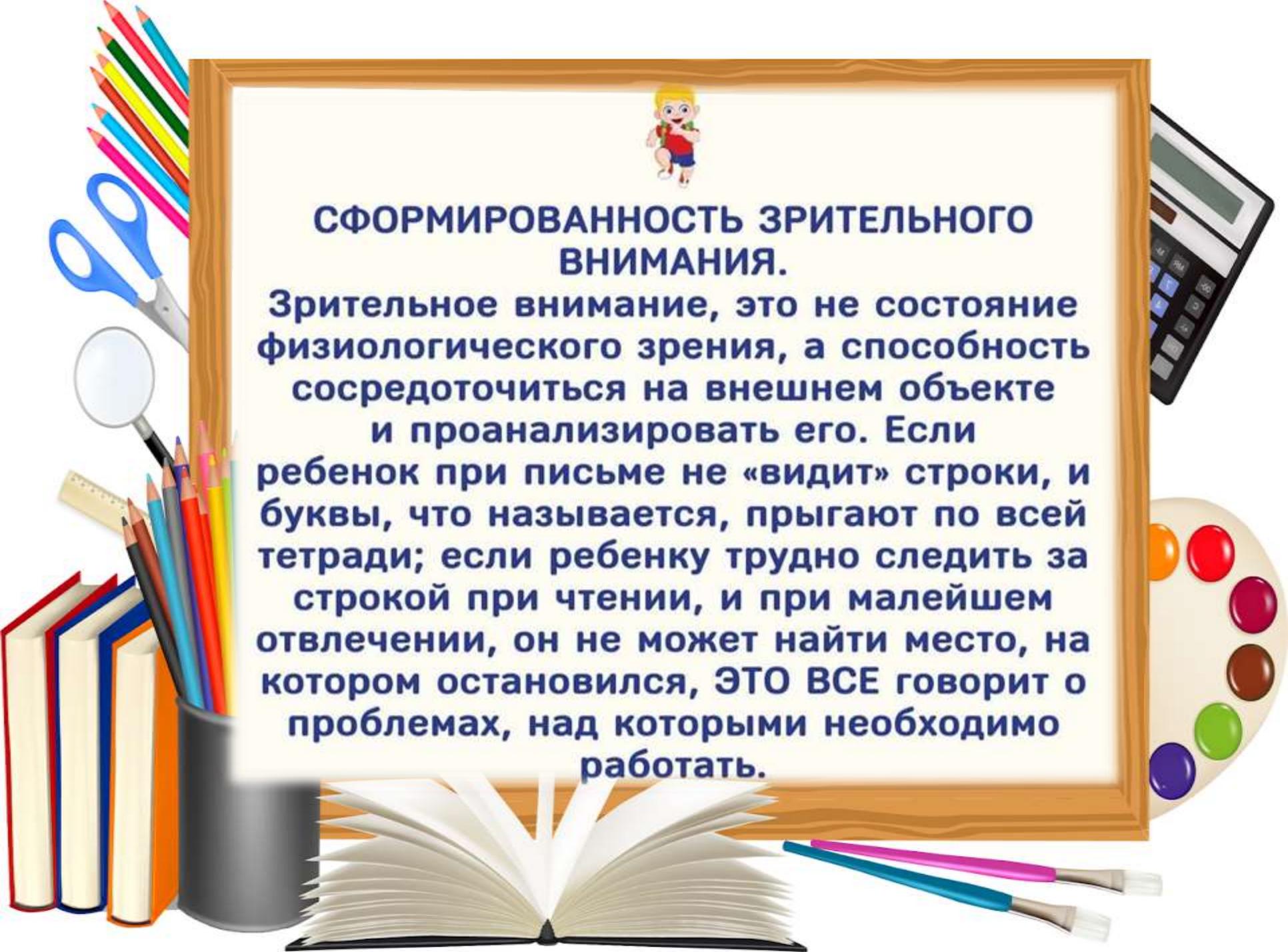
**Психологическое
сопровождение
первоклассников**





СФОРМИРОВАННОСТЬ ЗРИТЕЛЬНОГО ВНИМАНИЯ.

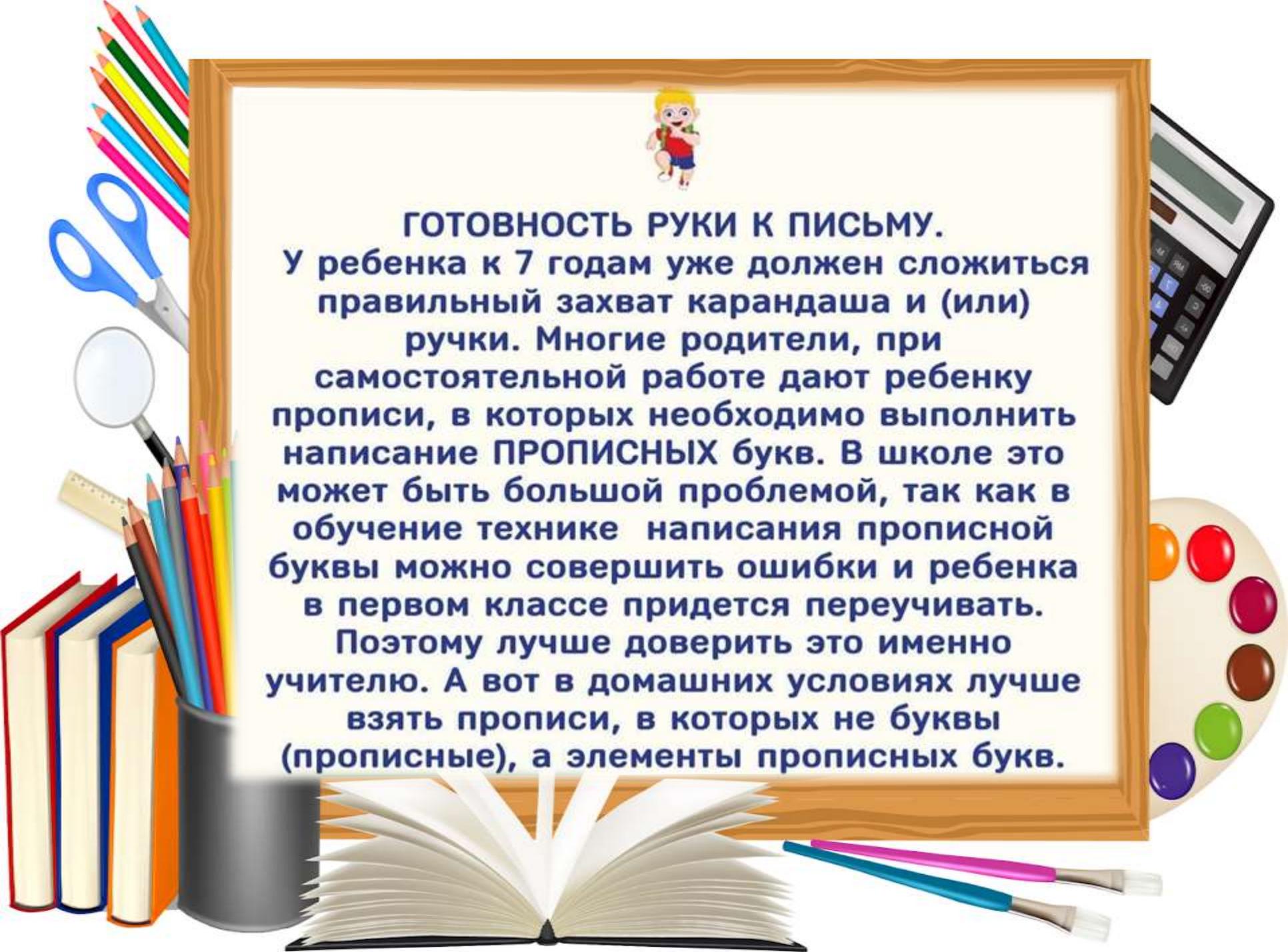
Зрительное внимание, это не состояние физиологического зрения, а способность сосредоточиться на внешнем объекте и проанализировать его. Если ребенок при письме не «видит» строки, и буквы, что называется, прыгают по всей тетради; если ребенку трудно следить за строкой при чтении, и при малейшем отвлечении, он не может найти место, на котором остановился, ЭТО ВСЕ говорит о проблемах, над которыми необходимо работать.





ГОТОВНОСТЬ РУКИ К ПИСЬМУ.

У ребенка к 7 годам уже должен сложиться правильный захват карандаша и (или) ручки. Многие родители, при самостоятельной работе дают ребенку прописи, в которых необходимо выполнить написание ПРОПИСНЫХ букв. В школе это может быть большой проблемой, так как в обучение технике написания прописной буквы можно совершить ошибки и ребенка в первом классе придется переучивать. Поэтому лучше доверить это именно учителю. А вот в домашних условиях лучше взять прописи, в которых не буквы (прописные), а элементы прописных букв.





СОСТОЯНИЕ ЗВУКОПРОИЗНОШЕНИЯ.
Конечно замечательно, когда ребенок идет
в первый класс с чистой речью. Это
исключит моменты стеснения, насмешек
(если мы рассматриваем речь как средство
коммуникации).



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



? ЧТО ДОЛЖЕН ЗНАТЬ
И УМЕТЬ ПЕРВОКЛАССНИК.



1

- Уметь общаться со сверстниками и взрослыми.
- Знать основные правила поведения.
- Уметь слушать и понимать речь взрослого.

2

Уметь отвечать на вопросы и кратко рассказывать о себе:

- имя, фамилия;
- домашний адрес;
- имена членов семьи;
- что любит делать;
- во что любит играть.

3

Уметь выполнять простые устные задания взрослого.

!

В школе ваш ребенок научится читать, писать, считать, рассуждать, рассказывать. Ему может быть сложно, особенно в первые месяцы, поэтому ребенку очень нужны ваши поддержка и понимание!

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



?

КАКИМ ДОЛЖНО БЫТЬ
УТРО ПЕРВОКЛАССНИКА.

?

НУЖНО ЛИ ДЕЛАТЬ
ДОМАШНИЕ ЗАДАНИЯ.

1

- Разбудите ребенка спокойно, ласковыми словами.
- Не торопите ребенка. У него должно быть время без спешки встать, умыться, позавтракать и одеться.



!

Помните, что в первом классе оценок нет - учитель может использовать положительные отметки (не оценки) в качестве похвалы за хорошо выполненное задание.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



?

ЧТО ПОЛОЖИТЬ В ПОРТФЕЛЬ
(РЮКЗАК) ПЕРВОКЛАССНИКУ.

1

Вместе с ребенком проверьте, все ли нужные для учебы вещи есть в портфеле (рюкзаке): пенал, дневник, обложки, ручки, карандаши, линейка, альбом, краски, кисточки, учебники (если уже выдали в школе).



!

Не запрещайте ребенку брать с собой в школу игрушки, но проследите, чтобы его портфель (рюкзак) не был перегружен.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



КАК НАУЧИТЬ
ПЕРВОКЛАССНИКА СОБЛЮДАТЬ
РАСПОРЯДОК ДНЯ.

1

Купите офисную бумагу, яркие маркеры или фломастеры и вместе с ребенком составьте Распорядок дня.

Распорядок дня поможет ребенку привыкнуть к новым условиям жизни, а вам – избежать детских слез.

2

Занятия в 1-м классе проводятся только в первую смену по пятидневной рабочей неделе.* Каждая школа имеет право устанавливать свое расписание занятий. Но основные требования к общему распорядку дня должны соблюдаться.

ПРИМЕР РАСПОРЯДКА ДНЯ НА УЧЕБНЫЙ ДЕНЬ

- Подъем в одно и то же время, чтобы ребенок привык к порядку. Например, в 07.00, за 1-1,5 часа до начала занятий
- Примерное время формирования устойчивых привычек – 1-2 месяца
- Утренняя гимнастика и гигиенические процедуры: 10-15 минут
- Завтрак: 20-30 минут
- Учебное время: 4 часа
- Обед: 30-40 минут
- Прогулка на открытом воздухе (прогулки, игры): 45-60 минут
- Подготовка: 15-25 минут
- Самостоятельные учебные занятия: 2 часа
- Вечерняя прогулка: 1 час
- Ужин: 20-30 минут
- Свободное время (занятия по интересам): 40-60 минут
- Примерный сон первоклассника: не менее 10 часов в сутки

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



? КАКОЙ СТУЛ И СТОЛ ВЫБРАТЬ ДЛЯ ПЕРВОКЛАССНИКА.

1

Выбирайте стул с регулируемой высотой сидения и положением спинки. Это поможет подстроить стул под рост, особенности тела ребенка и сохранить его правильную осанку.

2

- Высота стола зависит от роста ребенка: 52 см – при росте до 120 см, 60 см – при росте ребенка больше 120 см.
- Габариты письменного стола можно считать оптимальными, если его край оказался точно на уровне груди сидящего ребенка, а ноги стоят под прямым углом.
- Глубина рабочей поверхности: 60–80 см, Ширина рабочей поверхности: 120–160 см.

3

ЛАМПА

слева (для правши)
справа (для левши)

ЧАСЫ

чтобы делать
длительные
перерывы каждый час

КРАЙ СТОЛА

должен находиться на несколько сантиметров ниже уровня груди, чтобы сидящий ребенок мог опираться о поверхность локтей, не горбиться при этом и не задрал локти

СТОЛ

должен стоять левым боком к окну, чтобы стена комнаты была за ребенком, а не перед ним.

ПОДСТАВКА ДЛЯ УЧЕБНИКОВ

под углом 30–40° к поверхности стола



СТОПЫ

должны полностью касаться пола, а колени сгибаться под прямым углом

Выбирая стол, возьмите с собой ребенка, только так вы выберете стол, который идеально ему подходит

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ



Важные моменты для родителей первоклассников

1

- 1 Поддержите в ребенке его стремление стать школьником и хорошо учиться.
- 1 Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
- 1 Помните, ребенок имеет право на ошибку. Ошибка – это нормально. Никто не учится без ошибок.

2

- 1 Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие: возможно, адаптация ребенка к школе проходит не совсем гладко. Обсудите это с врачом, психологом.
- 1 Знайте, даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание.
- 1 Не пропускайте трудности, возникающие у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Помогите ему с ними справиться.

3

- 1 Не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
- 1 Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
- 1 Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее радости и привычных дел. У первоклассника должно оставаться достаточно свободного времени для любимых занятий.



Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха.
В каждом его деле обязательно найдите то, за что можно похвалить.

Мы надеемся, что наши советы и
рекомендации помогут вам и
вашим детям справиться с
возможными проблемами
адаптации.

УСПЕХОВ
в учёбе!

