



**Я и мой школьный
мир**

**Как помочь
первокласснику?!**

Педагоги-психологи:
Пономарева А. С.
Баева И. А.



Адаптация первоклассников



Длится в среднем 6-8 недель.

Переход из дошкольного, в младший школьный возраст нередко сопровождается кризисом 7 лет.

Нормы и правила школьной жизни порой идут вразрез с желаниями ребенка.

Дети испытывают как радость, восторг и удивление, так и тревогу, растерянность, напряжение.


Свое новое положение ребенок не всегда осознает, но обязательно переживает его.



Психологические особенности первоклассников



Новые нагрузки,
напряженный
умственный труд,
ограничение движений.



Необходимо научиться
усидчиво и
целенаправленно работать.



Психологические особенности первоклассников



Авторитет учителя для
первоклассника очень важен.

Поддержите этот авторитет.

Формирование самооценки.

Спросите, как он сам
оценивает свою работу



Психологические особенности первоклассников



Эмоциональность

Подражательность

Стремление к познанию

Чувствительность

Эмоциональность восприятия



Родительская любовь и забота



Комфортный психологический климат дома поможет легче привыкнуть к новой обстановке.

Ребенок хочет убедиться, что он по прежнему в безопасности, что мама и папа всегда рядом.



Режим дня и сбалансированное питание



- Подъем в 7.00, отход ко сну не позже чем в 21.30.
- Помните про сбалансированное питание: обязательно горячий завтрак, фрукты, овощи в течение дня.
- Соблюдайте режим труда и отдыха
- Минимизируйте время, проводимое ребенком за экраном.



Положительное отношение к учебе в семье



- Не пугать сложностью учебы в школе
- Важно быть честными и не перегнуть палку, рассказывая, как легко и прекрасно учиться в школе.
- Помогайте первое время ребенку собирать портфель.



Взаимоотношения с первоклассником



- Найдите время для безраздельного общения с ребенком.
- Выработайте единую тактику общения в семье.
- Отправляя ребенка в школу, найдите ласковые слова.
- Встречайте ребенка после школы спокойно.
- Давайте ребенку понять, что вы всегда на его стороне. Будьте рядом.



Выполнение домашних заданий



- Дайте возможность отдохнуть после учебного дня.
- Выполнение домашнего задания должно идти поэтапно. 20 минут занятий – 5 минут перерыв.
- Будьте рядом во время приготовления уроков, чтобы ребенок мог обратиться к вам за поддержкой или помощью.





“Семья и школа – это берег и море. На берегу, ребёнок делает свои первые шаги, а потом перед ним открывается необозримое море знаний, и курс в этом море прокладывает школа... Но это не значит, что он должен совсем оторваться от берега”...

Л. Кассиль





Спасибо за внимание!

