

ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС

Пожалуй, в жизни ребенка нет больше ни одного момента, когда бы так резко и *кардинально* менялась его жизнь, как при поступлении в школу.

Первый год обучения в школе – чрезвычайно сложный, переломный период в жизни ребенка. Меняется его место в системе общественных отношений, меняется весь уклад его жизни, возрастает психоэмоциональная нагрузка. На смену беззаботным играм приходят ежедневные учебные занятия. Они требуют от ребенка напряженного умственного труда, активизации внимания, сосредоточенной работы на уроках и относительно неподвижного положения тела, удержания правильной рабочей позы. Известно, что для ребенка шести-семи лет очень трудна эта так называемая статическая нагрузка. Потребность в движении остается большой, особенно у мальчиков.

В то же время именно в первом классе закладывается основа отношения ребенка к школе вообще и обучению в частности. Для того, чтобы дети наиболее благополучно прошли этот этап своей жизни, их родителям необходимо знать и ежедневно учитывать особенности психического и физиологического состояния детей, возникающего в связи с началом обучения в школе.

Школа с первых дней ставит перед ребенком целый ряд задач, требующих мобилизации его интеллектуальных и физических сил. Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно высиживать урок в одной и той же позе, сложно не отвлекаться и следить за мыслью учителя, сложно делать все время не то, что хочется, а то, что от них требуют, сложно сдерживать и не выражать вслух свои мысли и эмоции, которые появляются в изобилии. Кроме того, ребята не сразу усваивают новые правила поведения со взрослыми, не сразу признают позицию учителя и устанавливают дистанцию в отношениях с ним и другими взрослыми в школе.

Первые две четверти (с сентября по декабрь) являются самыми сложными, ребенок привыкает к новому образу жизни, к школьным правилам, к новому режиму дня.

Родителям потребуется колоссальное терпение и такт. Чтобы снизить нервное напряжение у ребенка, в первые же месяцы, необходимо сформировать положительное представление о школе и о самом учебном процессе. В первую очередь необходимо поддерживать *режим дня*. Детям, которые ходили в детский сад к режиму дня будет легче приспособиться. Тем деткам, кто не ходил в детский сад будет сложнее и здесь непременно нужна поддержка и помощь взрослых. Если ребенок привык спать днем, постарайтесь, чтобы он сохранил эту привычку, хотя бы в первые месяцы обучения.

Для будущего первоклассника было бы здорово вместе с родителями заниматься покупкой канцелярских принадлежностей и других атрибутов школьной жизни. Такая совместная подготовка к обучению поможет ребенку - дошкольнику немного отстроиться от прежнего уклада жизни и создать ощущение готовности к переходу в новую жизнь.

Безусловно, для ребенка будет новым школьный детский коллектив. Те дети, которые ходили в дошкольные учреждения как правило быстрее входят в новую детскую среду. Они уже представляют свой статус внутри детского коллектива, а тем, кто не ходил, конечно сложнее. Со своими детьми, желательно вечером перед сном, проговаривать: «Когда ты

придешь в школу, у тебя там появятся новые друзья, у вас будут совместные интересы, ты будешь с ними дружить» и т. д.». В первые недели учебы, пока дети привыкают друг к другу, между ними нередко возникают конфликты, идет распределение ролей в будущей иерархии. Очень важно, чтобы в этот момент ребенок сумел показать себя с лучшей стороны, безболезненно вписался в *новый коллектив*.

Подготовьте ребенка к тому, что ему не удастся сразу со всеми подружиться, что не все одноклассники оправдают его ожидания. Расскажите, как мирно сосуществовать с другими людьми. Робких, застенчивых детей стоит научить знакомиться, показать им, как сделать, чтобы другие ребята приняли их в свою игру. Необходимо объяснить ребенку, что абсолютно неприемлемо в детском коллективе ябедничать, жадничать, хвастаться, проявлять агрессию по отношению к другим детям.

Отдельно необходимо сказать и об отношениях с учителем. Первая учительница – это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел – ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку. Ваш сын или дочь будут иметь повод гордиться вами! Обязательно согласуйте требования, чтобы ребенок не пострадал от ваших разногласий с педагогом. Если вас не устраивает (или просто непонятна) методика обучения, попросите учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Думаем, что любой учитель сделает это охотно, ведь он заинтересован видеть в вас в первую очередь помощников, а не критиков.

Впереди у вашего ребенка – годы учебы, открытий и кропотливой работы, падений и взлетов. Но первый класс, с его радостями и неурядицами останется в памяти малыша навсегда.

Очень важно, чтобы ребенок знал, что если у него возникнут какие-то проблемы, то родители придут на помощь. Ребенок должен быть твердо в этом уверен. Только такой ребенок будет психологически защищен.

Если у вас есть вопросы, обращайтесь за помощью к специалистам Психологического центра!

Адрес Психологического центра Московского района пл. Чернышевского д. 8
Телефон для записи к специалистам **388-19-18 с 10.00 до 19.00**

Педагог-психолог Комарова Т.В.

При составлении статьи использовала материалы Интернета.