**Ваш ребенок - первоклассник**

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Очень сложным для первоклассников является период адаптации в школе.

*Во-первых*, меняется социальная позиция ребенка: из дошкольника он превращается в **ученика.** Социальная роль школьника на первых порах его пребывания в школе – это заданная извне, навязанная ребенку новая социальная роль, с которой он столкнулся впервые в жизни.

*Во-вторых,* у ребенка происходит **смена ведущей деятельности**. До начала обучения в школе дети заняты преимущественно игрой. С приходом в школу они начинают овладевать **учебной деятельностью**. игровая деятельность была свободной, а учебная деятельность построена на основе произвольных усилий ребенка (приходится заниматься не тем, чем хочется, а тем, что требуется).

*В-третьих*, важным фактором психологической адаптации ребенка к школе выступает его ***социальное окружение.*** От отношения учителя к ребенку зависит успешность его дальнейшего обучения в школе. Успешность адаптации ребенка к школе зависит еще и от того, насколько прочно он смог утвердить свою позицию в классе среди сверстников

Ребенку, начинающему обучение в школе, необходима моральная и эмоциональная поддержка .

Постоянные оценки, даваемые учителем, одноклассниками, родителями, значительно влияют на формирование у ученика представлений о себе, самооценочных суждений, уверенности в себе.

Дети смотрят друг на друга глазами взрослых, а в школе чаще всего - глазами учителя. Отношение учителя к ребенку – индикатор отношений к нему и его одноклассников. Учитель для первоклассника – это высший авторитет, которому на первых порах уступает даже авторитет родителей.

**Преобладающая ценность в системе образования - учебные успехи школьников**. Хорошо успевающие дети получают одобрение и вознаграждение, а слабо успевающие – неодобрение и порицание. Другие стороны проявляемых ребенком способностей и успехов чаще всего игнорируются.

Самая распространенная ошибка родителей и педагогов – перенос отметки на личность ребенка в целом («получил двойку – ничего хорошего из тебя не получится»).

* Важно н**е воспринимать школьные оценки как безусловную****ценность**.

*Получив плохую оценку и соответствующую реакцию взрослых, ребенок часто начинает чувствовать себя абсолютно плохим* (ребенок отождествляет оценку, поставленную учителем с самим собой, со своими личностными качествами и характеристиками).

От старания исправиться он начинает волноваться, тревожится и снова делает много ошибок, даже если знает материал. Он снова получает плохую оценку и особую реакцию взрослых, окончательно чувствует себя «плохим» и недостойным. Если ему удается справиться с тревогой, получить хорошую оценку и последующую одобрительную реакцию, то он может почувствовать себя хорошим, но *хорошим с условием, которое теперь надо всегда выполнять, иначе тебя не будут считать хорошим, а значит – любить.*

В результате, как мы уже знаем, ребенок *привыкает ориентироваться во всем на внешнюю оценку*, считать ее суперценностью, кто бы и в чем бы его ни оценивал. *Он становится зависим* и несвободен. Его самооценка становится низкой, уверенность в себе пропадает, желание учиться умирает окончательно.

* Важно **спрашивать мнение самого ребенка о результатах его труда. *Умение***

***самому оценивать свою деятельность*** создает мотивацию стремления, в противовес мотивации избегания.

* **Научиться ошибаться** . *Позволять ошибаться своему ребенку,*

*чтобы у него не возникало ощущения его тотальной «плохости». Для этого родителю неплохо бы самому уметь признавать свои ошибки. Это удается, если мы знаем, что наши ошибки – не мы сами, что ошибка – это наше неудачное действие или решение.*

* **Быть на стороне ребенка**. *Это не значит поощрять его шалости или*

*потворствовать его грубости. Это значит задаться вопросами: «Что произошло? Как это случилось именно с ним? Что не так в его школьной или внутренней жизни? Как помочь ему избежать новых неприятностей и конфликтов?»*

* **радость ребенка должна стоять в его расписании и занимать там не меньше**

**места, чем дисциплина и режим.**  *Если ребенок вынужден по каким‑то причинам делать то, что ему* *не нравится, но он должен делать, то у него обязательно должно быть время, когда он может заниматься тем, чем хочет. В эти периоды он будет отдыхать и заряжаться энергией одновременно.*

* **Поддерживайте каждый, даже самый маленький**[**успех**](http://www.rama-dety.com/articles/383.html)**ребенка** - пусть не за

качество выполнения, так за усердие и старание. Хвалите за конкретное дело, поступок, действие.

От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребенка складывается ощущение: «со мной все в порядке», «я — хороший», а от сигналов осуждения, неудовольствий, критики — ощущение «со мной что‑то не так», «я — плохой».

*Что бы ни делал ребенок, ему нужно наше признание его успехов.* *Ребенок так или иначе сравнивает себя с другими детьми. Ему важно понять, что он умеет делать хорошо, на что он способен. Сравнение внутри него с другими позволяет сформировать его самооценку, свое представление о себе.*

* **Поэтому так важно найти такую деятельность, в которой ребенок реализует**

**себя и поддерживать ценность этой деятельности.** В чем бы ни был успешен ребенок, страдающий школьной неуспешностью - в спорте, домашних делах, в рисовании, конструировании и т.д., ему ни в коем случае нельзя ставить в вину неуспехи в других школьных делах. Напротив, следует подчеркнуть, что раз он что-то научился делать хорошо, то постепенно научится всему остальному.

Очень важно, чтобы ребенок знал: я могу и умею это и это, а вот это я могу и умею лучше всех. ***Способность делать что-то лучше всех принципиально важна для младших школьников***. Не зря именно этот возрастной период характеризуется стремлением ребенка овладеть различными умениями.

В случае успеха формируется чувства собственной умелости, компетентности, **полноценности** – в дальнейшем будет понимать, что может и на что способен => легкий профессиональный выбор:

В случае неудачи формируется **чувство неполноценности** - «Я ничего не могу и не умею» (хотя на самом деле может иметь способности) => будет думать, что успех случайный, ему помогли. Сложно будет профессионально определиться.

Важно, чтобы каждый ребенок чувствовал свою ценность и неповторимость.

Задача взрослых – помочь каждому ребенку реализовать свои потенциальные возможности, раскрыть ценность умений каждого школьника и для его одноклассников.

* **Воспитывайте веру ребенка в свои силы**

«Ты все правильно делаешь!», «Я знаю, что у тебя все получится!». Верьте в ребенка. Ребенок не должен видеть и ощущать страх и сомнения [родителей](http://www.rama-dety.com/books/product-1226.html), так как только оптимизм и вера в успех со стороны родителей порождают в детях чувство защищенности, повышают [самооценку](http://rama-dety.com/articles/274.html), вселяют в ребенка уверенность в собственных способностях.

* **Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не**

**ребенком в целом.**

* **Можно осуждать действия ребенка, но, не его чувства**, какими нежелательными

или «непозволительными» они не казались

* **Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим**,

иначе оно перерастет в непринятие его.

* Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи.

Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты, конечно справишься!»

* Понимать, что **желание ребенка стать школьником не всегда означает**

**реальную возможность** выполнять все соответствующие этой роли обязанности. Поэтому важно ***помогать ребенку освоить новый для него уровень самостоятельности***, постепенно уходя от гиперконтроля и избыточной опеки, предоставляя ему все больше свободы.

***Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.*** При этом:

1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.

2. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

Контролировать выполнение домашних заданий необходимо, а собрать портфель и сложить в пакет спортивную форму и сменку даже первоклассник может сам. Но если этому не учить, то он так и будет перекладывать ответственность на родителей. Собирайте портфель сначала вместе, а потом постепенно уменьшайте долю своего участия в этом процессе.

При внешнем неусыпном контроле у ребенка пропадает собственный мотив делать что-то, а вместе с мотивом – и энергия, которая всем нам нужна для того, чтобы делать что-то (особенно то, что делать не особенно хочется).

***Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.***

Условия, позволяющие взрослому формировать у ребенка способность самостоятельно управлять своим поведением:

***1)наличие у ребенка достаточно сильного и длительно действующего мотива поведения***: ставя перед ребенком определенные цели (лучше учиться, выполнять правила поведения, вовремя делать уроки и др.), необходимо учитывать содержание мотивов, являющихся для него «реально действующими», наиболее значимых для ребенка. Например, «нужно каждый день готовить уроки», чтобы оставаться лучшим учеником в классе, чтобы отпускали гулять на улицу, чтобы не исключили из спортивной секции и др.

2***)введение ограничительной цели*** – важно вовремя ставить перед ребенком конкретную цель, лучше делать это заранее, перед началом работы.

3)разделение усваиваемой сложной формы поведения на относительно самостоятельные и небольшие действия

4)наличие внешних средств, являющихся опорой при овладении поведением- они выполняют роль наглядной опоры и помогают ребенку контролировать свои действия.

Ими могут быть картинки для напоминания, список дел, записки, схемы или написанные инструкции. Подобные средства — это уже не слова взрослого, это их замена. Ребенок может пользоваться ими самостоятельно, и тогда он оказывается на полпути к тому, чтобы справиться с делом самому. Например, список обязательных утренних дел в картинках, картинки вешают в комнате детей, в ванне, в кухне. Можно составить примерный план приготовления уроков и повесить его на стену:

1)Достань дневник

2)открой его

3)найди строчку с ДЗ

4)прочитай все ДЗ, которое задано, выбери предмет, с которого хочешь начать (любимый)

5)достань учебник, тетрадь, ручку, карандаш.

(Что тебе понадобится для математики? – линейка, карандаш, стирательная резинка – достаем)

6)прочитай про себя внимательно в учебнике задание, проговори вслух, как его понял.

Задаем ребенку вопросы: «нужно решить эту задачу. Как ты будешь ее решать? Давай подумаем».

Прежде чем писать, ребенок должен проговорить или писать на черновике.

Задача родителей – разделять на микрозадачи и проговаривать. Чтобы у ребенка сложился внутренний алгоритм выполнения ДЗ. Постепенно встраивает алгоритм в свою голову и начинает делать на автомате. Не нагружать большим количеством дополнительных кружков в 1 классе. 4 урока – это как целый день работы. Сидят весь день. Тело скованно. Оставить кружок, но любимый и один. Начиная со второго класса можно вводить кружки.

* Хотя младшие школьники в большинстве своем уже могут произвольно

регулировать свое поведение, но непроизвольное внимание еще остается преобладающим у них. Ребенку трудно сосредоточиться на однообразной учебной деятельности или на деятельности, требующей значительного умственного напряжения. От переутомления их спасает отключение внимания. Поэтому необходимо *включать в занятия элементы игры, достаточно часто менять формы деятельности, делать небольшие паузы*, чтобы дети отдохнули (короткая шутка, веселый стишок, показ картинки).

* Ребенок, который только что пришел домой, не может сразу же сесть за уроки.

Нужно дать ему отдохнуть, также и при переходе от выполнения одного задания к другому (по разным предметам), необходимо переключиться (отдохнуть).

* Важно, чтобы во время выполнения домашнего задания ребенка не отвлекали

посторонние шумы (музыка, телевизор, разговоры, игрушки, сотовый телефон и т.п.)

* Осознание ребенком смысла и содержания собственных действий

становится возможным только тогда, когда он умеет самостоятельно рассказать о своем действии, подробно объяснить, что и для чего он делает. Для этого в процессе действия ребенка следует задавать ему вопросы о том, что он делает, почему делает именно так, а не иначе, почему его действие правильно и т.д.

* Выстроить ***режим дня*** для ребенка таким образом, чтобы ***оставалось время***

***на отдых, игры, прогулки***. Познавательная мотивация именно в этом возрасте радикальнее всего истребляется скукой, принуждением. По возможности организовать для ребенка интересный и увлекательный познавательный процесс.