

## **Памятка для родителей будущих первоклассников**

**Как развивать память малыша**, научить его запоминать информацию быстро и надолго? Этот вопрос остро встаёт перед всеми родителями с момента поступления ребёнка в школу.

Хорошая память – одна из ступенек к успешному обучению. Именно способность быстро и надолго запоминать материал помогает ребёнку избежать умственных нагрузок.

У детей дошкольного и младшего школьного возраста память по скорости развития опережает все другие психические процессы. Сначала ребёнок с лёгкостью, произвольно запоминает всё то, что интересно и необычно. Со временем память становится всё более управляемой, т.е. произвольной. Именно произвольное запоминание играет самую главную роль в обучении.

Увлекательные задания и игры способствуют развитию различных видов памяти: наглядно-образной (позволяющей человеку хорошо запоминать цвета, звуки, образы) и словесно-логической (позволяющей запоминать слова, понятия, мысли); зрительной и слуховой; механической и смысловой.

Занимаясь, поощряя желание ребёнка запоминать и вспоминать, Вы сможете развить не только произвольную память, но и внимание, воображение, мышление малыша ещё до поступления в школу.

Часть заданий лучше выполнять простым карандашом на чистом листе бумаги, чтобы в случае необходимости можно было исправить ошибки и попросить малыша выполнить это упражнение спустя некоторое время. От того, насколько серьёзно Вы отнесётесь к играм и упражнениям, зависит быстрая адаптация маленького ученика к процессу обучения, а огромный поток информации далеко не всегда настолько яркой и интересной, чтобы было запомнить её произвольно, не вызовет у него трудностей и психических нагрузок. Дети, с которыми до поступления в школу занимались развитием памяти, имеют гораздо больше успехи в учёбе.

### **Готовность к школе и успешность адаптации**

Успешность адаптации ребенка к новому образу жизни зависит от его готовности к школьной обучению. У ребенка должна быть сформирована учебная мотивация; он должен уметь сознательно подчинять свои действия правилам; воспринимать требования учителя; внимательно его слушать и точно выполнять задания, предлагаемые в устной форме; самостоятельно выполнять задания по зрительно воспринимаемому образцу.

Многое зависит от способности ребенка к *взаимодействию с другими детьми*.

Для успешного обучения ребенок должен быть достаточно уверен в себе, в своих силах, своих возможностях и способностях. Успешность процесса адаптации также во многом определяется состоянием здоровья и уровнем физиологического развития ребенка.

Трудности адаптации переживает каждый ребенок. Новый режим дня, новые требования, множество правил, которые надо запомнить, – все это надо усвоить, принять, приспособить к себе.

Для детей представляют трудности очень многие стороны учебного процесса. Им сложно сидеть весь 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.

Поэтому необходимо время, чтобы произошла адаптация к школьному обучению, ребенок привык к новым условиям и научился соответствовать новым требованиям.

К трудностям, связанным с фактом поступления детей в школу, обычно относят:

- трудности, связанные с новым режимом дня (наблюдается отставание в развитии уровня произвольной регуляции поведения, организованности);
- трудности адаптации ребенка к классному коллективу (наиболее выражены у тех, кто не имел достаточного опыта пребывания в детских коллективах);
- трудности во взаимоотношениях с учителем;
- трудности, обусловленные завышенными требованиями со стороны взрослых.

### **Не будьте так строги!**

Бывает так, что нормальные средние успехи ребенка воспринимаются родителями как неудачи. Реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. Как следствие, растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих. Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют по несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют малыша. Это приводит к еще большему торможению развития.

К неизбежным в начале обучения трудностям не ожидавшие этого родители относятся отрицательно. Это выражается и в эмоциях, и в словах, обращенных к маленькому школьнику. Под влиянием таких оценок у ребенка понижается уверенность в себе, повышается тревожность, что приводит к ухудшению и дезорганизации деятельности. А это ведет к неуспеху, неуспех усиливает тревогу, которая в свою очередь дезорганизует деятельность ребенка. Он хуже усваивает новый материал, новые навыки, закрепляются неудачи, появляются плохие отметки, которые снова вызывают недовольство родителей. Разорвать этот порочный круг становится все труднее.

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

Его надо не просто хвалить (и поменьше ругать, а лучше – вообще не ругать), а хвалить именно тогда, когда он что-то делает.

Соблюдайте при этом такие правила:

1. Ни в коем случае не сравнивайте посредственные результаты вашего ребенка с эталоном, то есть с требованиями школьной программы, достижениями других, более успешных учеников.
2. Хвалите ребенка за улучшение его собственных результатов. Если во вчерашнем домашнем задании он сделал 3 ошибки, а в сегодняшнем – 2, это нужно отметить как реальный успех, который должен быть оценен искренне и без иронии родителями.
3. Замечайте все малейшие достижения ребенка, оценивайте не ребенка, а его поступки.
4. Беседуя о неудачах, отмечайте, что все это временно, поддерживайте активность ребенка в преодолении различных трудностей.

## **Берегите здоровье малыша!**

Многие родители и учителя склонны недооценивать сложность периода физиологической адаптации первоклассников. Тем не менее, по наблюдениям медиков, некоторые дети худеют к концу первой четверти, у многих отмечается снижение артериального давления (что является признаком утомления), а у некоторых – значительное его повышение (признак переутомления). Неудивительно, что многие первоклассники жалуются на головную боль, усталость и другие недомогания.

Физически ослабленным детям, имеющим хронические заболевания или склонность к простудам, вторую половину дня лучше проводить дома, а не на продленке, причем желательно обеспечить им двухчасовой дневной сон.

Ребенок стал школьником, но потребность в игре у него еще осталась. Пусть ребенок какую-то часть времени играет: со сверстниками во дворе, с одноклассниками на продленке, дома с родителями, братьями и сестрами.

Не забывайте о ежедневных прогулках на свежем воздухе и продолжительном ночном сне (примерно 11 часов).

И конечно, нужно помнить о необходимости психологической поддержки. Ребенок должен быть уверен, что его по-прежнему любят и уважают, несмотря на все школьные трудности.

Не закливайтесь на школьных делах.

Не показывайте ребенка свою озабоченность его школьными успехами.

Искренне интересуйтесь школьной жизнью ребенка и смещайте фокус своего внимания с учебы на отношения ребенка с другими детьми, на подготовку и проведение школьных праздников, дежурства, экскурсий и пр.

Подчеркивайте, выделяйте в качестве чрезвычайно значимой ту сферу деятельности, где ребенок успешен, помогайте тем самым ему обрести веру в себя.

Таким образом, нельзя допустить, чтобы ребенок был замкнут на своих школьных неудачах, ему надо найти такую внеучебную деятельность, в которой он способен самоутвердиться. А это впоследствии скажется и на школьных делах. Чем больше родители фиксируют внимание ребенка на школе, тем это хуже для его школьных успехов, тем хуже для его личности.