Информация для родителей.

Истоки школьных проблем.

**Как помочь первокласснику хорошо учиться?**

В последние время все чаще приходится констатировать, что к свои законным семи годам, половина будущих школьников (особенно мальчиков), психологически не готова к началу регулярного обучения. Речь идет именно о систематическом обучении в условиях классно-урочной системы по определенной программе и в определенном темпе. Необходимо многое: чтобы он сумел безболезненно принять новые требования, суть самого процесса учения, требования учителя. Коллективная деятельность в классе предполагает интенсивное общение и совместную работу, как с другими учениками, так и с учителем. Не все дети готовы к такой работе. Умение сосредотачиваться и внимательно, не отвлекаясь, слушать учителя также не всем детям присуще: немало таких, кто не может и пяти минут работать сосредоточенно. Причины такого невнимания могут быть самыми разными: это и особенности высшей нервной деятельности. И быстрая истощаемость и утомляемость из-за плохого здоровья, и собственно психологическая неготовность – слабые, неразвитые возможности управления вниманием и запоминанием. Полное отсутствие умения и способности действовать по инструкции, управлять своим учебным процессом, приводят к возникновению детских неврозов. **Родители, запомните, что определять готовность ребенка к школе лишь по запасу сведений и знаний – вечная и самая большая ошибка! Главное подготовить ребенка психологически. Это научить ребенка слышать и слушать, выполнять требования старших, понимать смысл услышанного, прочитанного, умение пересказывать, важнее не учить ребенка читать, а развивать речь, способность различать звуки, не учить писать, а создавать условия для развития тонко координированных движений руки и пальцев.** **Важен не объем знаний ребенка, а качество его мышления! Необходимейшая предпосылка успешной адаптации к школе – уровень физического и функционального развития, состояние здоровья ребенка.**  Ослабленный ребенок будет очень быстро утомляться, работоспособность его будет снижена, и учебная нагрузка может оказаться не по силам. И еще, уважаемые родители, запомните – хорошо учиться может только спокойный ребенок. Нет нужды объяснять, как пагубно сказывается на развитии ребенка жизнь в обстановке постоянных конфликтов, ссор, страха, безнадзорности, пьянства родителей. Опасно и противоположное – гиперопека.

Что же делать с теми, кто не готов к школе? Во-первых, им необходим так называемый щадящий режим в семье и непременная коррекционная работа, во-вторых, им лучше учиться по программе четырехлетней начальной школы. Таким детям лучше вторую половину дня проводить не на продленке, а дома – это поможет снять дополнительную психологическую нагрузку. Им необходимы: 2-х часовой дневной сон, 2,5 -3- часовые ежедневные прогулки на свежем воздухе, достаточный по продолжительности (11 часов) ночной сон, полноценное питание, а при необходимости – лечение.

**Что же могут родители, если появились школьные трудности?**

**Первое –** не рассматривайте их как личную трагедию, не отчаивайтесь, старайтесь не показывать ребенку своего огорчения. Ваша главная задача – помочь ребенку. Принимайте и любите его таким, какой он есть, тогда ему будет легче и в школе.

**Второе –** вам предстоит длительная совместная работа (одному ребенку не справиться).

**Третье –** ваша главная помощь: поддерживать уверенность ребенка в своих силах, постараться снять с него чувство напряжения и вины за неудачи. Если вы заняты своими делами и урываете минутку, чтобы спросить как дела, или отругать – это не помощь, а основа для новых конфликтов.

Интересоваться выполнением домашних заданий следует только при совместной работе. Наберитесь терпения. Работа с такими детьми очень утомительная, требует умения сдерживаться, не повышать голоса, спокойно повторять и объяснять одно и тоже несколько раз – без упреков и раздражения. Очень важно, чтобы во время занятий вам ничто не мешало, чтобы ребенок чувствовал: вы с ним и для него. Оставьте интересный журнал, не смотрите «даже одним глазом» телевизор. Не отвлекайтесь, не прерывайте занятия для разговора по телефону или беготни на кухню. Никогда не торопитесь заставлять ребенка выполнять задание самостоятельно. Сначала разберите все, убедитесь, что ему все понятно, что и как нужно делать.

Общая продолжительность непрерывной работы не должна превышать 20-30 минут. Не забывайте - паузы после 20-30 минутной работы обязательны. Детям с трудностями обучения необходим четкий и размеренный режим дня. Не забывайте: такие дети обычно беспокойны, несобранны, а значит, соблюдать режим дня им совсем непросто.

**Итак, внимание и понимание – самая большая помощь, которую вы можете оказать ребенку. Ваше искренне желание помочь ребенку и совместная работа обязательно принесут плоды!**