

## Основные правила первоклассника:

**Правило 1.** Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если ребенок не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

**Правило 2.** Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться и обязательно давать ребенку физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

**Правило 3.** Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи.

**Правило 4.** Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш ребенок нуждается в поддержке. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

## Несколько коротких, но важных правил:

- показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не за его достижения;
- нельзя никогда говорить ребенку, что он хуже других;
- следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка;
- старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком;
- учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми;
- не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь;
- оценивайте только поступки, а не самого ребенка;
- ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
- не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.
- Признавайте права ребенка на ошибки.
- Думайте о детских счастливых воспоминаний.

И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.



Муниципальное бюджетное  
дошкольное образовательное  
учреждение – детский сад № 312

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ «НА ПОРОГЕ ШКОЛЫ»



## Что должен знать и уметь ребенок, поступающий в школу:

1. Знать своё имя, отчество и фамилия.
2. Знать свой возраст и дату рождения.
3. Знать фамилию, имя, отчество родителей, их профессии.
4. Знать свой домашний адрес.
5. Знать страну, город, в котором живет, называть основные достопримечательности.
6. Знать времена года, месяцы (их количество и названия), дни недели (последовательность).
7. Уметь выделять существенные признаки предметов окружающего мира и на их основе классифицировать предметы.
8. Уметь полно и последовательно пересказать прослушанный рассказ, сказку; составить рассказ по картинке; устанавливать последовательность событий.
9. Уметь свободно ориентироваться в пространстве и на листе бумаги (право, лево, верх, низ).
10. Уметь различать и правильно называть геометрические фигуры: круг, овал, квадрат, прямоугольник, треугольник, многоугольник, трапеция.
11. Уметь составлять целое из частей (не менее 5-6 частей).
12. Способен запомнить и назвать 8-10 предметов, картинок, слов.  
Запоминание 10 слов (например: год, слон, мяч, мыло, соль, шум, рука, пол, весна, сын). После одного предъявления ребенок 6-7 лет должен вспомнить не менее 5 слов из 10.
14. Уметь разделить слова на слоги по количеству гласных.
15. Способен определить количество, последовательность и место звуков в слове.
16. Хорошо владеть ножницами, карандашом.
17. Уметь считать от 1 до 20 и обратно, выполнять счетные операции (сложение, вычитание) в пределах 10.
18. Уметь внимательно, не отвлекаясь слушать (30-35 минут).

## Психологи выделяют три группы факторов, влияющих на успешность адаптации первоклассников.

### *1 группа - физиологические условия адаптации:*

- режим дня первоклассника,
- создание условий для двигательной активности в школе и дома,
- организация рабочего места ребенка в школе и дома,
- предупреждение нарушения зрения и осанки,
- развитие мелкой моторики,
- организация правильного питания в школе и дома,
- наблюдение за состоянием здоровья детей в школе и дома.

### *2 группа - психологические условия адаптации:*

- создание благоприятного психологического климата в школе и дома,
- воспитание самооценки ребенка,
- интерес к успехам и трудностям ребенка со стороны учителя и родителей,
- единство требований со стороны школы и семьи,
- неформальное общение родителей с ребенком после школьного дня,
- общение членов нового коллектива вне школы,
- недопустимость сарказма, насмешки к неудачам ребенка,
- исключение физических и психологических мер наказания за неудовлетворительные успехи в учебе,
- поощрение ребенка за малейшие успехи.

### *3 группа - социальные условия адаптации:*

- создание дома уголка школьника,
- рациональная организация досуга ребенка,
- наделение ребенка посильными обязанностями в школе и дома,
- предоставление определенной самостоятельности ребенку.

## Упражнения для развития психических процессов.

### **Упражнение на развитие произвольного внимания.**

Ребенку дают лист бумаги, цветные карандаши и просят нарисовать в ряд 10 треугольников. Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз. "Будь внимательным, заштрихуй красным карандашом третий, седьмой и девятый треугольники" Если ребенок переспрашивает, ответить - пусть делает так, как понял. Если ребенок справился с первым заданием, можно продолжить работу, постепенно усложняя задания.

### **Упражнение на развитие наблюдательности.**

Предложите ребенку игру: "Внимательно осмотри комнату и найди предметы, в которых есть круг, окружность". Ребенок называет предметы - часы, основание карандаша, выключатель, ваза, столик: Можно провести эту игру в соревновательной форме для группы детей, придумать аналогичные задания.

### **Игра на развитие памяти.**

Взрослый начинает эту игру и говорит: "Я положил в мешок яблоки". Следующий игрок повторяет сказанное и добавляет что-нибудь еще: "Я положил в мешок яблоки и бананы". Третий игрок повторяет всю фразу и добавляет что-нибудь от себя. Можно просто добавлять по одному слову, а можно подбирать слова по алфавиту.

### **Игра для тренировки мышления и сообразительности "Как это можно использовать?"**

Предложите ребенку игру - найти как можно больше вариантов использования какого либо предмета. Например, Вы называете слово "карандаш", а ребенок придумывает, как его можно использовать - писать, рисовать, использовать как палочку, указку, градусник для куклы, удочку и т.д.