

Проблеми першокласників

1. Дитина приходить до першого класу з уже сформованим ставленням до школи. Досить часто це ставлення не відповідає дійсності. Батьки або залякують дітей школою, або розповідають дітям про школу красиві казки.

В обох випадках таке попереднє сприйняття школи негативно відбивається на дитині. В першому, негативному, випадку дитина займає оборонну позицію і закривається для сприйняття нового. У другому, якщо в дитини нереальні очікування стосовно школи, може статися нервовий зрив, коли вона зустрінеться з труднощами навчання.

Порада! Необхідно формувати в дітей сприйняття реальності такою, якою вона є. Навчання — це праця, щоб досягти результатів, необхідно докласти зусиль. Грайте вдома з дітьми «у школу»: давайте завдання і перевіряйте результат, хай дитина також зіграє роль вчителя. Пам'ятайте, що оцінка в будь-якому випадку не повинна бути негативною: «Молодець, добре зробив, а завтра постарайся, буде ще краще».

2. Часто батьки самі відбивають у дитини бажання працювати. Забороняють самотійно різати, клеїти, малювати фарбами, бо бояться безладу. Сварять дитину, якщо, на їхню думку, її робота виявилася недостатньо гарною чи неакуратною. Батькам бракує терпіння після активної діяльності дитини прибирати разом з нею.

Такий підхід формує в дітей негативне ставлення до самотійної діяльності. Дитина вважає за краще нічого не робити самотійно, нехай хтось з батьків зробить сам так, як їм подобається, аби лише не кричали.

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Коли батьки роблять все за своїх дітей, вони позбавляють їх впевненості в собі. Опинившись в школі без батьків, така дитина губиться, вона не знає, що робити, починає боятися. Коли дитині дають можливість самостійно доглядати за собою, це виховує в ній вміння працювати. Уважність, терплячість — це саме те, що необхідно для навчання.

Порада! Батьки, наберіться терпіння. Ваші 6–7-річні діти в змозі самі доглядати за собою: зав'язати шнурівки чи прибрати за собою речі. Просто їм на це треба більше часу, ніж вам. Дозвольте дітям допомагати вам по господарству, давайте їм завдання, з якими вони можуть впоратися самостійно, заохочуйте їхню ініціативу.

3. Проблеми з увагою, на які так часто скаржаться батьки, виникають, якщо дитина в сім'ї не спілкується з батьками, а зайнята лише собою чи телевізором. Щоб бути уважною, дитина має вміти слухати «живе» мовлення. Таке вміння формується у спілкуванні.

Порада! Батькам необхідно розмовляти з дітьми. Розповідати дітям про все: про природу, погоду, про те, що вам цікаво. Давайте дитині можливість висловитися. Так у неї формується словниковий запас, вміння слухати і конкретно висловлюватися на потрібну тему.

4. Дуже гостро постає проблема здоров'я дітей, їхнього фізичного розвитку. Діти фізично не витримують навантаження в школі. Вже на другому уроці в багатьох починає погіршуватися увага, засвоєння навчального матеріалу. Якщо дитина через хворобу пропускає заняття, вона починає відставати в навчанні. Їй необхідно наздогнати пропущене, а це додаткове навантаження, перенапруження нервової системи.

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Порада! Робіть зарядку з дитиною, загартовуйте її, стежте за тим, щоб вона багато часу проводила на свіжому повітрі. У жодному разі не карайте дитину позбавленням прогулянки. Підберіть комплекс фізичних вправ і виконуйте разом. Діти будуть у захопленні, і для вас це буде корисно. Також необхідно стежити за поставою дітей — сколіозу легше запобігти, ніж вилікувати. Проконсультуйтеся з лікарем щодо необхідного комплексу вітамінів.

5. Для дитини величезне навантаження цілий день перебувати в школі, а після уроків залишатися в групі продовженого дня. Діти дуже втомлюються від шкільного шуму, постійного напруження. Їм необхідна зміна обстановки, щоб відновити сили. Якщо дитина залишається на групу продовженого дня, вона не встигає відпочити. З дня на день в неї накопичується втома, знижується працездатність, вона погано сприймає нове.

Порада! Після закінчення уроків дитині потрібний відпочинок (прогулянка на свіжому повітрі), зміна діяльності (навчальної на ігрову). У жодному разі не можна одразу після школи виконувати домашнє завдання. Бажано не залишати дитину в групі продовженого дня, хоча б перші місяці.

6. Серйозної шкоди як психіці дитини, так і її здатності вчитися може заподіяти надмірна допомога батьків у навчанні. Якщо батьки примушують дитину багато разів переписувати завдання і дратуються через її помилки і можливу неакуратність, користі для навчання не буде. У такому випадку формується лише низька самооцінка і невпевненість у собі.

ТИ ЯК?

Всеукраїнська програма ментального здоров'я
за ініціативою Олени Зеленської

Порада! Допомога при виконанні домашніх завдань може бути різною:

- щоб виробити гарний почерк, треба розвивати дрібні м'язи рук, наприклад, займатися вирізанням, ліпкою, малюванням;
- математикою з дитиною можна займатися в будь-якій ситуації, наприклад, на кухні попросити порахувати тарілки, на прогулянці — шишки, дерева тощо.

Ваша любов і фантазія допоможуть дитині засвоїти необхідні знання й уникнути стресу.

7. Неорганізованість батьків, їхнє невміння скласти зручний розпорядок дня для своїх дітей часто перекладається на плечі першокласників. Деякі батьки не можуть простежити, щоб діти зібрали портфель, не можуть розрахувати час, аби зранку можна було зібратися без поспіху й вчасно прийти до школи. Вони можуть зриватися і звинувачувати дітей у тому, що вони повільні, нав'язувати дітям почуття провини.

Порада! Щоб звикнути до нового ритму вашого життя, складіть розпорядок дня по годинах і намагайтеся його дотримуватись. Не зривайте своє роздратування на дитині, вона не винна в тому, що її швидкість одягання не відповідає вашій.