

Родительская конференция.

Тема: «Адаптация первоклассника к школе. Рекомендации по планированию режима дня первоклассника».

Ваши дети переступили порог школы. Им предстоит привыкать к новым условиям своего существования, к перемене режимных моментов, к необходимости выполнения тех требований, которые им предъявляют взрослые. К сотрудничеству с новым коллективом взрослых и сверстников.

- Уверена, что каждый из нас абсолютно готов сделать всё для своего чада, но что именно, как это сделать педагогически оправданно? Наверное, нам вместе стоит об этом подумать, поразмышлять, чтобы осталось как можно меньше вопросов на пути адаптации детей к школе.

➤ **Возрастные особенности младшего школьника.**

- Переход в разряд школьников для детей - весьма трудное испытание. Резко меняется весь уклад жизни. Появляются дополнительные обязанности, расширяется круг общения.

- Как правило, от 7 до 11 лет развитие ребёнка происходит плавно, без каких-либо особых кризисов. На этот возраст приходится минимум болезней, психологических травм. Отношения с родителями по-прежнему значимы, но все же отходят на второй план. Огромным авторитетом обладают учителя, на новый уровень выходят отношения со сверстниками. Рождается дружба, потрясают новые предательства. В подобных переживаниях начинают складываться собственные представления о том, что такое хорошо и что такое плохо.

- Нормально развивающего младшего школьника отличает широта интересов: он по очереди увлекается всем подряд, пробует себя в самых различных областях. Ребёнок жизнерадостен, энергичен, переполнен идеями и мечтами. Счастливый возраст Тома Сойера даётся детям самой природой перед испытаниями отрочества и юности. Помните об этом, уважаемые родители.

➤ **Как помочь ребёнку в приготовлении уроков.**

- Родители, которые практически сразу предоставляют детям полную самостоятельность в приготовлении уроков, так же не правы, как и те, которые сразу начинают чрезмерно опекать.

➤ **Какие здесь могут быть основные рекомендации:**

- Проверьте, правильно ли организовано рабочее место ребёнка (освещение, отсутствие лишних предметов на столе)

- Для семилетнего ребёнка время непрерывной работы не должно превышать 15 – 20 минут, а к четвёртому классу – не более 30 – 40 минут. В процессе работы необходимо устраивать перерывы (около 5 минут)

- Не стоит давать ребёнку дополнительных заданий, кроме тех, которые дали в школе.

- Приучайте детей садиться за уроки в одно и то же время.
- Нельзя выполнять домашнее задание за ребёнка.
- Со временем снижайте степень контроля.
- Помните, что самоисправление – есть первая форма самоконтроля и она должна всячески поощряться.
- Поддерживайте старание ребёнка, высказывайте уверенность, что всё у него получится.

➤ **Родительская поддержка.**

Родительская поддержка – это процесс, в ходе которого вы, уважаемые папы и мамы:

- сосредоточены на достоинствах ребёнка, укрепляя тем самым в нём самооценку;
- помогаете ему поверить в себя и в свои силы;
- помогаете избегать ошибок;
- не осуждаете в случае неудач.

➤ **Для того чтобы снять дневное напряжение, нужно постараться создать благоприятные условия:**

- не заниматься с ребёнком после 7 часов вечера;
- не вспоминать дневные неудачи;
- не ругать за несобранный портфель, а спокойно предложить собрать его вместе;
- пойти с ним на прогулку, отвлечь ребёнка;
- после прогулки ребёнку лучше принять тёплый душ;
- перед сном полезно дать ему стакан молока или теплого чая с ложкой мёда;
- спокойный и глубокий сон не менее 8 – 10 часов позволяет восстановить силы ребёнка, его работоспособность;
- лучше, если ребёнок не будет сидеть у телевизора более 20-30 минут, 1 час максимум. Ограничьте просмотр фильмов, особенно «ужасы», «триллер» и фильмы «о войне». Не стоит травмировать и перегружать нервную систему ребёнка;
- если ребёнок боится темноты, включайте ему ночник, можно включить свет в соседней комнате и приоткрыть дверь;
 - не забудьте на ночь поцеловать ребёнка, погладить его.
- Ласка – это не пустяк, на неё тоже нужно найти время.

➤ **Памятка родителям:**

- любите своих детей, тогда они станут настоящими личностями, самостоятельными, удачливыми в жизни.
- Внушайте каждому ребёнку, что все человеческие существа достойны уважения и любви.
- Поощряйте в детях таланты и способности мыслить положительными образами.
- Будьте терпеливы, верьте в себя и ребёнка, радуйтесь каждому мгновению, проведенному рядом с ним!

•Вам представилась удивительная возможность вновь пережить то, что осталось далеко позади...