

Чем заняться с будущим первоклассником перед школой



Первый школьный год может стать настоящим испытанием для вас и вашего ребенка. Чтобы этого не произошло, используйте 7 следующих правил. Они помогут вам избежать негативных последствий школьной жизни.

Правило 1. Оставайтесь спокойными

Ваша беспокойство и нервозность может передаться ребенку, поэтому старайтесь оставаться спокойным и хотя бы попытайтесь спокойно действовать. Все возникающие проблемы следует обсуждать без лишней эмоциональности. Если у вас есть какие-то опасения по поводу школьного будущего вашего ребенка, постарайтесь держать их при себе. К тому же, практика показывает, что излишнее беспокойство часто бывает напрасным и ребенок может адаптироваться к новой жизни без лишних проблем.

Правило 2. Сократите время перед телевизором или компьютером

После того как ваш ребенок начнет учиться, у него останется мало времени для просмотра телепередач или компьютерных игр. Поэтому следует заранее отучать его проводить много времени перед экраном. Появившиеся свободные часы лучше потратить на прогулку, развивающие игры или чтение.

Правило 3. Проводите много времени вместе

Благодаря правилу два, вы сможете потратить свободное время на разговоры с ребенком. Обсудите с ним все изменения, которые произойдут, когда он пойдет в школу. Это позволит вашему ученику заранее подготовиться к возможным проблемам и найти пути их решения. Если у ребенка возникают какие-то вопросы, отвечайте как можно честнее. Желательно приводить примеры из вашей школьной жизни или жизни ваших друзей и родственников.

Правило 4. Сократите перекусы

Пока ваш ребенок находится дома, он может кушать так часто, как ему хочется. Поскольку в школе такой возможности не будет, нужно до минимума сократить перекусы и кормить ребенка только в одно и то же время. В школе организовано двухразовое питание: завтрак и обед.

Правило 5. Приучите ребёнка есть в обществе

Некоторые дети совершенно не могут обедать или ужинать, если они находятся не одни. Они очень шумят и не умеют правильно использовать столовые приборы. Для решения этой проблемы приглашайте в гости друзей ребенка.

Правило 6. Поощряйте независимость

Это правило не означает разрешить ребенку делать то, что ему хочется. Вместо этого нужно приучать его пользоваться туалетом, самому одеваться и раздеваться, складывать вещи в пакет (пригодиться на уроке физ.культуры), следить за сохранностью своих вещей, по необходимости мыть руки, правильно пользоваться туалетной бумагой.

Правило 7. Научите ребенка правильно отдыхать

Для многих детей и их родителей отдых -это подвижные игры (бег, игра с мячом и т.п.) В школе, на перемене, ребёнок не сможет так активно двигаться, как на улице, поэтому приучите ребёнка играть в "тихие" игры: шашки, рисование, настольные игры, сбор конструктора и т.д.

Вы можете заметить, что ваш ребенок очень утомлен после целого дня в школе, а иногда даже после игр со сверстниками. Приучите его к недолгому отдыху, например, он может расслабиться, закрыть ненадолго глаза и пусть он постарается ни о чем не думать. Это поможет вашему ребенку восстановить силы.

Воспользовавшись данными правилами, вы сможете эффективно подготовить ребенка к школе и поможете ему начать школьную жизнь без лишнего стресса.