

МОСКОВСКИЙ
ЛЕКТОРИЙ

для школьников и родителей



ПЕРВЫЙ РАЗ В ПЕРВЫЙ КЛАСС:

**КАК ВСЕЙ СЕМЬЕЙ
НАСТРОИТЬСЯ НА НОВЫЙ
ЭТАП В ЖИЗНИ**



ЧЕМУ ХОЧЕТ НАУЧИТЬСЯ ВАШ РЕБЕНОК В ШКОЛЕ?



ВСЁ О 1 КЛАССЕ

О ЧЁМ
ГОВОРЯТ
ДОШКОЛЬНИКИ



ПОИГРАЕМ?

Что
зашифровано?

1 класс

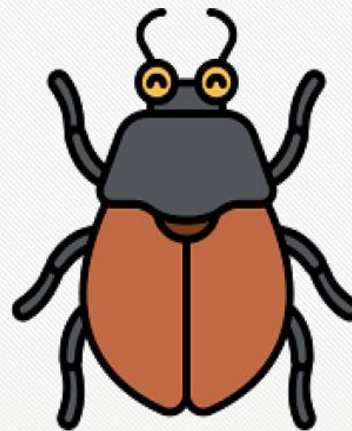
О=В



ЫЙ

+

”



Й=С, М=С



ПОИГРАЕМ?

**Какая буква следующая
в последовательности?**

П В Т Ч П Ш С

ПОИГРАЕМ?

Какое СЛОВО
зашифровано?

■ ■ А ■ Т ■ ■ ■ ■

В КАКИХ СИТУАЦИЯХ МЫ СТАЛКИВАЕМСЯ С НЕОБХОДИМОСТЬЮ АДАПТИРОВАТЬСЯ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ?



Переезд



Смена работы



Семейные изменения



ЧТО ЧУВСТВУЕТ ВЗРОСЛЫЙ ЧЕЛОВЕК НА ПОРОГЕ ПЕРЕМЕН?



- волнение
- интерес
- радость
- неопределенность
- тревога
- оптимизм



А что чувствуют дети?

ЧТО НУЖНО ВЗРОСЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ ДЛЯ МЯГКОЙ АДАПТАЦИИ К НОВЫМ УСЛОВИЯМ?



- умение общаться и устанавливать контакт
- соблюдать правила
- самодисциплина
- позитивный настрой
- поддержка близких



Что нужно детям для мягкой адаптации?

5 КЛЮЧЕЙ ДЛЯ ПОКОРЕНИЯ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»



СТИХИЯ

– окружающая
привычная среда

«быть в своей стихии»

ПЕРВЫЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»



ЗЕМЛЯ

фундамент, опора

Кто для ребенка является поддержкой и опорой?

Что вы ждете от начальной школы?

Что является условием для обретения уверенности и желания ребенка учиться?





ПЕРВЫЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»

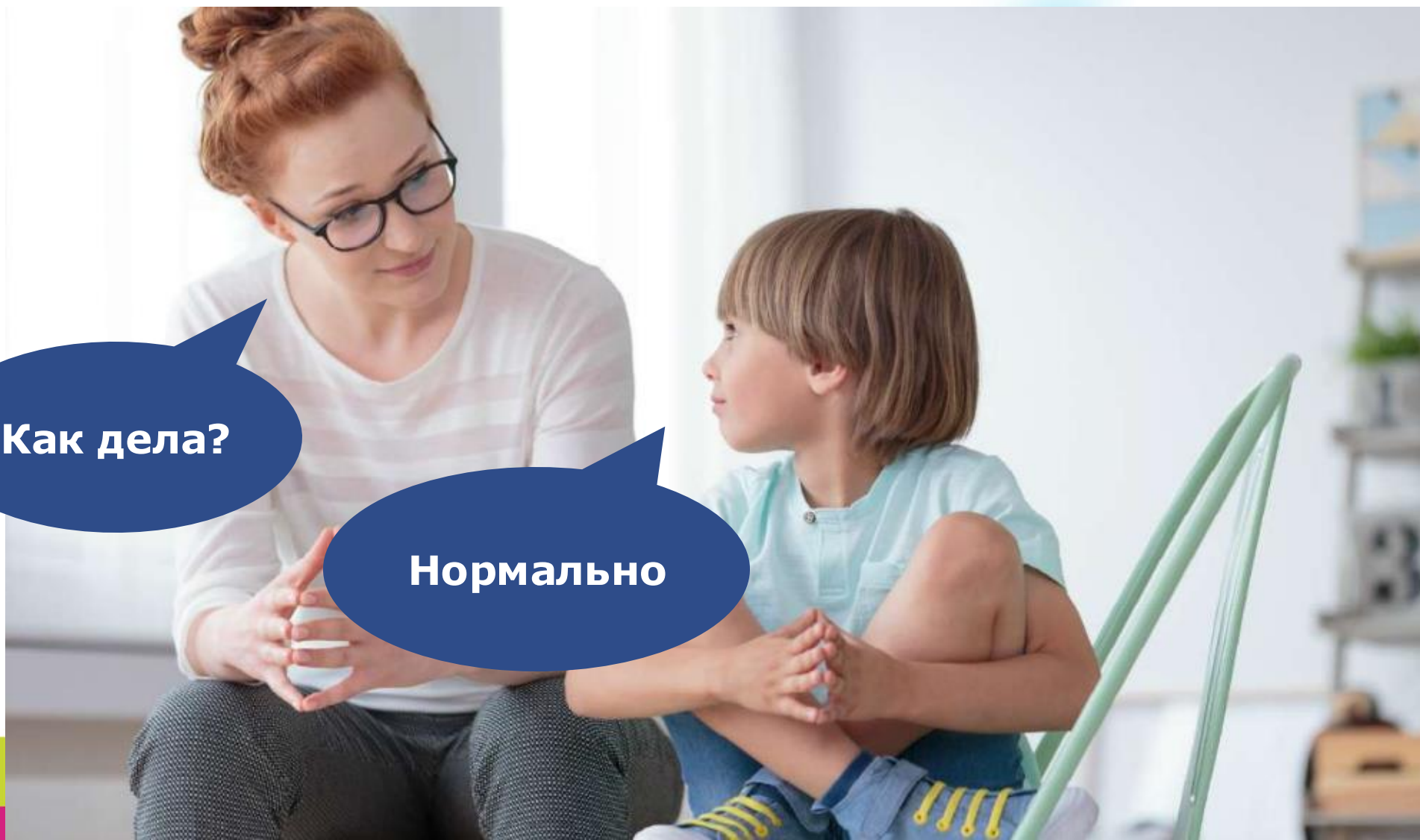
КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ О ШКОЛЕ?



ЗЕМЛЯ
фундамент,
опора

Как дела?

Нормально



О ЧЁМ И КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ ЛЕТОМ?

ПОЗИТИВНЫЙ ОБРАЗ ШКОЛЫ



О НОВОМ СТАТУСЕ ШКОЛЬНИКА

...«станешь самостоятельным»

....«появятся новые друзья»

....«мне тоже нравилось учиться в школе»

ЧЕГО НЕ НАДО ДЕЛАТЬ!

пугать повышенной ответственностью

«школа — это не детский сад, там никто не будет с тобой сюсюкать»

успокаивать мнимой легкостью обучения



ВЕРА В РЕБЕНКА

поддерживайте и направляйте

... «у тебя обязательно получится»

давайте ребенку совершать ошибки

... «мы все не идеальны»

акцент на сильных сторонах ребенка

... «у каждого из нас есть то, что получается лучше и хуже»

ЧЕГО НЕ НАДО ДЕЛАТЬ!

брать на «слабо»

... «ты не можешь, что ли?»

сравнивать с другим ребёнком

// **Как вы яхту назовёте, так она и поплывёт.** — Капитан Врунгель

// **Всё, что нужно, — это немного веры и доверия.** — Питер Пэн.

О ЧЁМ И КАК ГОВОРИТЬ С РЕБЕНКОМ В ПЕРИОД УЧЕБЫ?

УСПЕХИ В ШКОЛЕ

? Какие слова учителя тебя порадовали сегодня?

? Что у тебя получилось лучше всего?

ШКОЛЬНЫЕ СОБЫТИЯ

? Что нового ты узнал сегодня?

? Как прошел праздник, что запомнилось больше всего?

ДРУЗЬЯ

? С кем ты чаще всего играешь, общаешься. Почему?

? Может, кто-то тебе сегодня помог?
Кому ты сегодня помог?



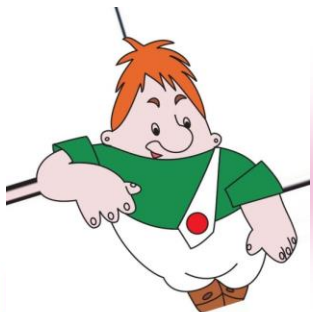
ВТОРОЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»



ОГОНЬ

«источник энергии»

Как помочь ребенку сохранить баланс и справиться с тревогой?



//

Спокойствие, только спокойствие.
— Карлсон



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ Как справиться с тревогой?

- Сохраняйте спокойствие! Помните, что ваше спокойствие – залог спокойствия вашего ребенка.
- Избегайте перемен в жизни вашей семьи. Ребенку нужны силы, чтобы привыкнуть к новым условиям в школе.
- Объединитесь! Договоритесь в семье о единых требованиях к ребенку. Не обесценивайте чувства ребенка! Ребенок нуждается в вашем понимании, сочувствии: «Я понимаю, что ты волнуешься...».
- Учите ребенка расслабляться (выполняйте дыхательные упражнения, игры на мышечное расслабление, обратный счет).
- Поиграйте с ребенком в школу. При этом можно поменяться ролями: ребенок может выступить в роли учителя, а родитель – в роли ученика. Такие игры позволяют приобрести опыт разрешения проблемных ситуаций и повысить уверенность в себе.
- Обсудите с ребенком те правила и нормы поведения, с которыми он встречается в школе. Понятные правила и нормы снижают уровень тревоги.
- Проговаривайте с ребенком предстоящий день. Ребенок должен знать, чего ожидать, это позволит снизить тревожность.
- Разговаривайте с ребенком о школе позитивно, избегайте критики и негативных высказываний.



ТРЕТИЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»

ВОЗДУХ

это то, без чего нельзя
прожить человеку



**Без чего человек не может
прожить в социуме?**

**Как научить ребенка общаться
и дружить со сверстниками?**

// Ребята, давайте жить дружно!
— Кот Леопольд



ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

**Как научить ребенка общаться и
дружить со сверстниками?**

- Поощряйте ребенка к общению с другими детьми. Проводите время на детских площадках, в парках или на спортивных мероприятиях, где ваш ребенок может найти новых друзей.
- Обучите своего ребенка навыкам общения: научите его здороваться, задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других детей.
- Поощряйте своего ребенка к сотрудничеству и помощи другим детям. Например, попросите его помочь другому ребенку собрать игрушки или поделиться своими.
- Учите своего ребенка уважению к другим. Помогите ему понять, что каждый человек уникален и важно уважать это.
- Обсудите с ребенком, что делать, если он столкнется с конфликтной ситуацией или не будет понимать, как вести себя в обществе. Расскажите, к кому обратиться за помощью. Поддержите его и помогите найти решение.
- Помните, что вы – пример для своего ребенка. Показывайте ему, как вести себя в обществе, быть открытым и дружелюбным к другим людям.

ВСЁ О 1 КЛАССЕ

О ЧЁМ ГОВОРЯТ УЧИТЕЛЯ



ЧЕТВЕРТЫЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»



ВОДА

очищение, обновление

Как обычно вы поддерживаете своих детей?

Как организовать дома рабочую зону для ребенка и приучить к режиму дня?

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Как организовать учебное пространство для ребенка?

- Разделите комнату ребенка на учебную и игровую зоны: организуйте рабочую зону в спокойной цветовой гамме, уберите из поля зрения игрушки и другие отвлекающие предметы.
- Позвольте ребенку участвовать в оформлении своего рабочего места, учитывайте его интересы и возраст.
- Организуйте правильное освещение: источник света расположен так, чтобы на тетрадь не падали тени; свет достаточный, не слишком яркий.
- Разместите важную учебную информацию (таблицы, памятки) в поле зрения ребенка.

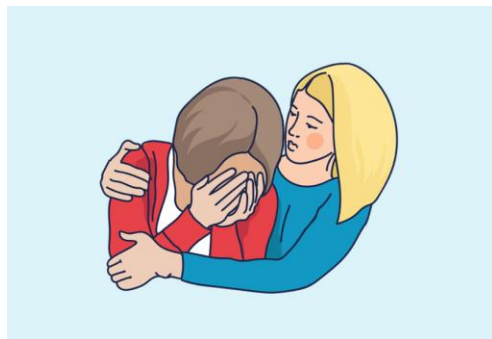
Как соблюдать режим дня?

- Начинайте соблюдать «школьный» режим дня за 3–4 недели до школы: поднимайте ребенка утром и укладывайте спать вечером в те часы, в которые ему нужно будет это делать в школьное время.
- Соблюдайте режим ежедневно! Четкий распорядок дисциплинирует школьника и помогает быстрее привыкнуть к новым условиям.
- Исключите активные игры и экранное время (мультфильмы, гаджеты) перед сном.
- Составьте вместе с ребенком ежедневное расписание и разместите на видном месте – это поможет первокласснику научиться планировать свое время.
- Будьте позитивно настроены с утра, от этого зависит настроение школьника на весь день.
- Не перегружайте ребенка дополнительными занятиями, особенно в начале учебного года.

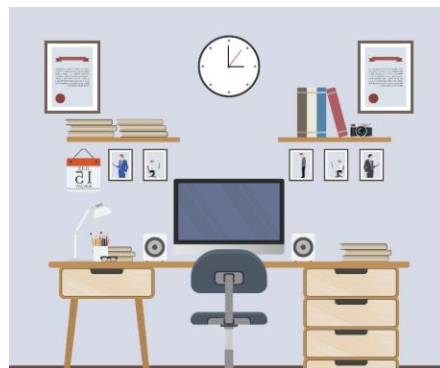
ЧЕТВЕРТЫЙ КЛЮЧ К ПОКОРЕНИЮ «ШКОЛЬНОЙ СТИХИИ»



ВОДА



эмоциональная
поддержка



поддерживающее
пространство дома



поддержание баланса
между занятиями и
отдыхом



// **Нужно делать так, как нужно.
А как не нужно, делать не нужно!**
— Винни-Пух

ПРО САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Как научить ребенка самостоятельности?

- Поручите ребенку выполнение несложных домашних дел:
 - обсудите с ним, что конкретно и когда он должен делать;
 - всегда хвалите ребенка за выполненные дела.
- Развивайте у ребенка навыки планирования:
 - составьте вместе с ребенком список дел на день;
 - помогайте ребенку придерживаться составленного плана.
- Поддерживайте инициативу ребенка:
 - давайте ребенку право на ошибку – не ругайте, если что-то не получилось сразу;
 - обсуждайте с ребенком любые решения, касающиеся его.
- Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам:
 - разбивайте большие дела на несколько маленьких;
 - обязательно хвалите ребенка за самостоятельность.
- Помогите ребенку находить выход из сложных ситуаций:
 - обсудите возможные действия в сложных ситуациях (что делать, если заблудился в школе или потерял свою вещь);
 - задавайте наводящие вопросы, чтобы помочь ребенку найти ответ самостоятельно.
- Учите ответственно и внимательно следить за своими вещами:
 - дайте ребенку возможность самостоятельно готовиться к школьному дню, собирать портфель (ненавязчиво контролируя при этом);
 - создайте условия для хранения личных вещей ребенка (отдельный шкаф, стол, полка).



!! Гена, а давай я вещи понесу, а ты возьми меня. - Чебурашка

ПАМЯТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Как создать поддерживающую атмосферу дома?

- Задавайте вопросы о школе: «Что сегодня интересного было в школе, в какие игры играли на переменах?» и т. д.
- Избегайте оценочных суждений, критики. Воздержитесь от следующих высказываний: «Посмотри, как ты неаккуратно написал в тетради», «Что-то ты сегодня несобранный». Лучше сказать: «Постарайся написать аккуратнее», «Давай отдохнешь 3 минуты, потом будет легче сосредоточиться»
- Обращайте внимание ребенка на то, что у него получается хорошо. Помните, что для первоклассника даже незначительные успехи – серьезный труд.
- Помогайте в разрешении трудностей. Избегайте фраз: «Не обращай внимания», «Эти проблемы пора решать самому» и т. д. Скажите: «Давай подумаем, что можно сделать», «Я могу тебе помочь, не переживай!»
- Запланируйте совместные дела на выходные. Интересные занятия и яркие впечатления придадут сил и зарядят энергией на всю неделю.
- Поддерживайте семейные традиции – это способствует сближению и доверительным отношениям в семье.
- Начинайте утро и заканчивайте день приятными ритуалами (определенная песня, чтение книги). Привычные действия позволят почувствовать себя в безопасности и создадут позитивный настрой.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Как научить ребенка общаться и дружить со сверстниками?

- Поощряйте ребенка к общению с другими детьми. Проводите время на детских площадках, в парках или на спортивных мероприятиях, где ваш ребенок может найти новых друзей.
- Обучите своего ребенка навыкам общения: научите его здороваться, задавать вопросы, слушать и отвечать на вопросы других детей.
- Поощряйте своего ребенка к сотрудничеству и помощи другим детям. Например, попросите его помочь другому ребенку собрать игрушки или поделиться своими.
- Учите своего ребенка уважению к другим. Помогите ему понять, что каждый человек уникален и важно уважать это.
- Обсудите с ребенком, что делать, если он столкнется с конфликтной ситуацией или не будет понимать, как вести себя в обществе. Расскажите, к кому обратиться за помощью. Поддержите его и помогите найти решение.
- Помните, что вы – пример для своего ребенка. Показывайте ему, как вести себя в обществе, быть открытым и дружелюбным к другим людям.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Как научить ребенка самостоятельности?

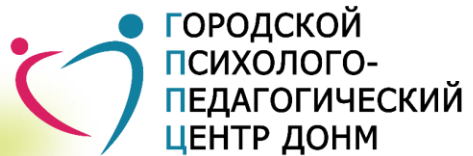
- Поручите ребенку выполнение несложных домашних дел:
 - обсудите с ним, что конкретно и когда он должен делать;
 - всегда хвалите ребенка за выполненные дела.
- Развивайте у ребенка навыки планирования:
 - составляйте вместе с ребенком список дел на день;
 - помогайте ребенку придерживаться составленного плана.
- Поддерживайте инициативу ребенка:
 - давайте ребенку право на ошибку – не ругайте, если что-то не получилось сразу;
 - обсуждайте с ребенком любые решения, касающиеся его.
- Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам:
 - разбивайте большие дела на несколько маленьких;
 - обязательно хвалите ребенка за самостоятельность.
- Помогайте ребенку находить выход из сложных ситуаций:
 - обсудите возможные действия в сложных ситуациях (что делать, если заблудился в школе или потерял свою вещь);
 - задавайте наводящие вопросы, чтобы помочь ребенку найти ответ самостоятельно.
- Учите ответственно и внимательно следить за своими вещами:
 - дайте ребенку возможность самостоятельно готовиться к школьному дню, собирать портфель (ненавязчиво контролируя при этом);
 - создайте условия для хранения личных вещей ребенка (отдельный шкаф, стол, полка).



ВСЁ О 1 КЛАССЕ

О ЧЁМ ГОВОРЯТ ПЕРВОКЛАССНИКИ





МЯГКОЙ АДАПТАЦИИ!

