

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Ханты-Мансийский реабилитационный центр»

Бюджетное учреждение Ханты-Мансийского автономного округа – Югры  
«Ханты-Мансийский реабилитационный центр»

Составитель:

Горина Анна Николаевна, психолог

Оформление:

Горина Анна Николаевна, психолог

## Первый раз в первый класс! (памятка для родителей первоклассников)

Наш адрес:

628002, ул. Красногвардейская д. 7А, г.  
Ханты-Мансийск, Ханты-Мансийский  
автономный округ – Югра  
e-mail: [hmrmdpov@admhmao.ru](mailto:hmrmdpov@admhmao.ru)

Официальные аккаунты и группы в  
социальных сетях:

<https://instagram.com/hmrmdpov>  
[https://www.youtube.com/channel/UCNiNN  
JA-FOpGQcn6-rVxqaA/featured](https://www.youtube.com/channel/UCNiNNJA-FOpGQcn6-rVxqaA/featured)  
<https://vk.com/public166427391>  
<https://ok.ru/group/54227517571143>  
Карточка учреждения на сайте  
[bus.gov.ru](http://bus.gov.ru)



Ханты-Мансийск  
2021

**Учение** — это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать его многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.

✓ **Выработайте у ребенка эмоционально-положительное отношение к школе.**

Поддержите в нем стремление стать школьником. Ваш собственный страх и тревоги легко считываются детьми и становятся значительным препятствием для их успешной адаптации. Ребенок должен искренне хотеть идти в школу.

✓ **Расскажите ребенку о правилах, с которыми он встретится в школе.**

О том, что такое урок, перемена, как готовиться к началу урока. Знание этих правил снизит тревогу, повысит уверенность ребенка в себе. Эти сведения можно сообщить в игровой форме (игра в школу, сказки о школе).

✓ **За некоторое время до первого сентября составьте и соблюдайте режим дня, приближенный к уже школьному режиму,**

чтобы для ребенка не было стрессом внезапное резкое изменение времени пробуждений, засыпания и др.

✓ **Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха.**

В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка очень важны для успешной адаптации ребенка к школе.

✓ **Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю и специалистам.**

✓ С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появляется еще один очень важный для него человек. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

**Ваше собственное уважительное отношение к учителю станет самым лучшим примером для ребенка.**



### **Организация выполнения домашних заданий:**

- ✓ важно твердо установить время начала выполнения домашних заданий;
- ✓ необходимо выбрать постоянное место для занятий, где все нужные предметы находятся под рукой;
- ✓ устраивать перерывы и физкультминутки;
- ✓ приучение ребенка к правильному режиму должно сочетаться с вашей самодисциплиной, уважением к ребенку и разумной требовательностью;
- ✓ необходимо постоянно поддерживать у ребёнка уверенность в своих силах;
- ✓ не нужно требовать немедленного включения в работу;
- ✓ не нужно ставить ребёнка в ситуацию неожиданного вопроса и быстрого ответа, обязательно дать некоторое время для обдумывания;
- ✓ необходимо давать максимально прямую инструкцию к выполнению задания;

- ✓ стараться облегчить учебную деятельность использованием зрительных опор (картин, схем, таблиц);
- ✓ активизировать работу всех анализаторов (двигательного, зрительного, слухового, кинестетического); дети должны слушать, смотреть, проговаривать;
- ✓ для концентрации рассеянного внимания необходимо делать паузы перед заданиями, использовать интонацию и приемы неожиданности (колокольчик и т.п.);
- ✓ необходимо прибегать к дополнительной стимуляции (похвала, соревнования, жетоны, наклейки и др.);
- ✓ создавать максимально спокойную обстановку, поддерживать атмосферу доброжелательности;
- ✓ закрепление знаний должно проводиться во время прогулок, поездок, в бытовых ситуациях с целью максимальной актуализации изученного материала;
- ✓ отмечайте малейшие успехи, учите ребенка преодолевать трудности;
- ✓ необходимо придерживаться единых требований, которые предъявляются ребенку;
- ✓ не допускайте ссор в присутствии ребёнка;
- ✓ снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребёнком задания (телевизор, музыка, разговор)

