



Не рекомендуемые фразы для общения

- Я тысячу раз говорил тебе, что...
- Сколько раз надо повторять...
- О чём ты только думаешь...
- Неужели тебе трудно запомнить, что...
- Ты становишься...
- Ты такой же как,...
- Отстань, некогда мне...
- Почему Лена (Настя, Вася и т.д.) такая, а ты - нет...

Рекомендуемые фразы для общения с ребёнком

- Ты у меня умный, красивый (и т.д.).
- Как хорошо, что у меня есть ты.
- Ты у меня молодец.
- Я тебя очень люблю.
- Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.
- Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.
- Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.

*Гималетдинова Лариса Александровна,
педагог-психолог МБОУ СОШ №8*



*г. Радужный
2019 г.*

Возрастные особенности первоклассников





Возрастные особенности первоклассников

Переход из дошкольного, в младший школьный возраст сопровождается кризисом 7 лет. Для кризиса 7 лет характерны: капризы, паясничание.

Нормы и правила школьной жизни порой идут вразрез с желаниями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться.

Дети наряду с радостью, восторгом или удивлением по поводу происходящего в школе, испытывают тревогу, растерянность и напряжение.

Свое новое положение ребенок не всегда осознает, но обязательно переживает его: он гордится тем, что стал взрослым, ему приятно его новое положение.

Формируется самооценка личности. Первоклассник уже понимает, что оценка его поступков определяется прежде всего тем, как его поступки выглядят в глазах окружающих людей.

Не забудьте на ночь поцеловать ребенка, погладить его. Ласка – это не пустяк, на нее тоже нужно найти время

Особую роль в жизни школьника играет учитель, который выступает главным в его школьной жизни.

Период приспособления к требованиям школы у одних первоклассников длится 1 месяц, у других 1 четверть, у третьих растягивается на весь учебный год.

Любите своих детей, тогда они станут настоящими личностями, самодостаточными, удачливыми в жизни.

Внушайте ребенку, что все люди достойны уважения и любви.

Поощряйте в детях таланты и способности мыслить положительными образами.

Будьте терпеливы, верьте в себя и ребенка, радуйтесь каждому мгновению, проведенному рядом с ним!

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

Как составить режим дня для первоклассника?

Спать первоклассник должен не меньше 10 часов, поэтому спать ложиться надо не позже 21.00 ч.

Чередуйте умственные и физические нагрузки с отдыхом и играми, то есть после школы не делайте уроки и не планируйте дополнительные занятия или кружки.

Если ваш ребенок спит днем, значит детскому организму так надо, не лишайте его этого, просто включите сон в расписание, заменив кружок или игры дома.

Режим питания первоклассника должен состоять из 5 приемов пищи, один из которых может проходить в школе (второй завтрак).

В меню ребенка обязательно включайте свежие фрукты и овощи и не должно быть много жареной, соленой и острой пищи.

Приучите ребенка хорошо завтракать, лучше готовить очень питательные горячие завтраки: молочные каши, оладушки, омлет, которые наполнят организм силами и разбудят его. Завтракать необходимо в спокойной обстановке, поэтому не торопите малыша.

Общее время нахождения ребенка на улице должно составлять не меньше 3 часов.