

Советы родителям первоклассников

«Первый класс: не научить читать, а сохранить желание учиться. Что реально важно в 6–7 лет»

Автор: Гажаева Марина Викторовна, учитель-дефектолог

Уважаемые родители! Первый класс — это не старт учебы в том смысле, к которому мы привыкли. Это **период адаптации**. И от того, как он пройдет, зависит не успеваемость в сентябре, а отношение ребенка к школе на ближайшие 10 лет.

С точки зрения дефектолога, главная ваша задача сейчас — не сделать из ребенка вундеркинда, а сформировать **учебное поведение** и сохранить **познавательный интерес**. Оценок в 1 классе по закону не ставят — и это не случайно.

5 главных советов от дефектолога

1. Забудьте про «надо» и «ты должен»

В 6–7 лет кора головного мозга, отвечающая за произвольное внимание и самоконтроль, еще не созрела. Ребенок **физиологически не способен** быть организованным и усидчивым только потому, что «так надо».

Что делать:

- Заменяем «сядь за уроки» на игровую форму: «Давай поиграем в школу. Кто быстрее найдет букву А в словах?».
- Домашних заданий в 1 классе быть не должно. Если учитель задает — это нарушение. Прописи и чтение — только по желанию ребенка и не больше 10–15 минут.

2. Буквы и цифры подождут. Главное — учебные действия

Ребенка, который пришел в школу не умея читать, научат. А вот ребенка, который боится ошибиться, не может слушать инструкцию или не умеет просить о помощи — не научат ничему.

Что важно сформировать в 1 классе:

- Умение держать ручку (не пальцами в кулак, а правильно).
- Ориентацию на листе бумаги (лево-право, верх-низ, клетка-строчка).
- Умение действовать по инструкции из 2–3 шагов.
- Умение поднять руку и спросить, если непонятно.

*Все это — зона ответственности дефектолога и родителей, а не учителя.
Тренируйте дома в игре.*

3. Режим — это святое. Школа не должна его ломать

Первоклассник, который не высыпается, не способен учиться. Его мозг работает в режиме экономии энергии: он будет отключаться, отвлекаться, капризничать.

Жесткие правила:

- Сон: **не менее 10 часов** (ложиться в 20:30–21:00).
- После школы — 1–2 часа полного отдыха (не гаджеты, а сон, прогулка, свободная игра).
- Максимальная длительность занятия дома — 15 минут. После — перерыв.

4. Не сравнивайте ни с кем. Даже с братом

Фразы «А Петя уже читает», «А ты что, не можешь?» — убивают учебную мотивацию на корню. Ребенок делает вывод: «Я плохой, меня не любят, зачем стараться?».

Что говорить вместо:

- «Вчера у тебя эта буква не получалась, а сегодня уже лучше. Ты старался!».
- «Давай посмотрим, что у тебя получилось, а над чем еще поработаем».
- Никаких сравнений с другими. Только с ним самим в прошлом.

5. Школа — это не про оценки, а про отношения

Первоклассник идет в школу не за знаниями, а за общением и одобрением взрослого. Если учитель его пугает или критикует — школа станет местом страха.

Ваша задача:

- Говорить с ребенком о школе в позитивном ключе.
 - Не ругать за «плохое поведение» (в 1 классе ребенок еще не умеет управлять своим поведением в полной мере).
 - Если учитель жалуется — не нападать на ребенка дома, а разбираться в причинах (устал? не понял? боится?).
-

Короткая памятка: маркеры трудностей и действия

| Что происходит | Что это может значить | Что сделать |
|--|---|---|
| Не может запомнить буквы (путает похожие: б-д, п-т, в-д) | Несформированность зрительного восприятия, возможно, риск дислексии | Не ругать! Играть в игры на различие (найди отличия, б домино). Если не проходит к концу класса — консультация логопеда |
| Пишет зеркально (З как Е, Я наоборот) | Норма для 6 лет. У 7 лет — повод проверить пространственные представления | Тренировать лево-право, рисование в клеточкам, графические диктанта |
| Не может усидеть на месте 15 минут | Может быть нормой (незрелость нервной системы) или признаком СДВГ | Сравнить с другими детьми в классе. Если сильно отличается — консультация невролога и детского психолога |
| Отказывается идти в школу, плачет по утрам | Адаптационный стресс, страх, конфликт с учителем/детьми | Спокойно выяснить причину, не заставлять через «не могу», поговорить с учителем |
| Говорит «я тупой», «у меня не получится» | Сформированная выученная беспомощность (часто из-за сравнений и критики) | Срочно менять тактику: только поддержка, только конкретная помощь, никакой критики |

Эффективные упражнения от дефектолога для первоклассников

1. «Графический диктант» (ориентация в пространстве)

Что делаем: Рисуем под диктовку: «одна клетка вправо, две вниз, одна влево, две вверх». Начинаем с простых фигур.

Почему: Тренирует зрительно-моторную координацию и ориентацию на листе — базу для письма.

2. «Найди букву» (профилактика дисграфии)

Что делаем: В ряду букв (например, А О У И Ы А О У А И) найти и зачеркнуть все «А».

Почему: Учит зрительному анализу и вниманию к деталям, которые потом влияют на почерк и грамотность.

3. «Штриховка» (подготовка руки к письму)

Что делаем: Ребенок штрихует фигуры (квадрат, круг, треугольник) линиями в разных направлениях: сверху вниз, слева направо, по диагонали.

Важно: Штриховать аккуратно, не вылезая за контур.

Почему: Развивает мелкую моторику и произвольный контроль движения.

4. «Звуковой анализ» (подготовка к чтению)

Что делаем: Называем слово (например, «дом»). Ребенок хлопками обозначает каждый звук: Д-О-М — три хлопка. Спрашиваем: «Какой звук первый? Какой последний?».

Почему: Фонематический слух — основа для грамотного чтения и письма. Без него ребенок будет писать «сабака» и «малако».

5. «Дыхательная гимнастика» (для саморегуляции)

Что делаем: Перед письмом или чтением — 3–4 глубоких вдоха и выдоха. Можно с игрушкой: «Надуй шарик» (медленный выдох).

Почему: насыщает мозг кислородом, снижает тревожность, помогает сосредоточиться.

Что делать, если ребенок не готов к школе в 6 лет?

Это норма. Возраст поступления в школу — от 6,5 до 8 лет. Если ваш ребенок:

- не может усидеть на месте 10 минут;
- не понимает инструкцию из двух шагов;
- быстро истощается, капризничает;

- не интересуется буквами и цифрами...

возможно, ему нужен еще год в детском саду или нулевой класс. Поговорите с психологом и дефектологом. Лучше прийти в школу подготовленным **психологически** в 7,5–8 лет, чем мучиться с 6 и возненавидеть учебу навсегда.

4 правила для родителей первоклассников

| Правило | Пояснение |
|----------------------------------|--|
| Нет оценкам | В 1 классе отметок по закону нет. Не вводите свои «пятерки» и «двойки». Ребенок учится, а не сдает экзамены. |
| Нет домашним заданиям | Если учитель задает — это нарушение. Максимум — 10–15 минут того, что ребенок делает с удовольствием. |
| Есть право на ошибку | Кривые буквы, грязь в прописи, перепутанные цифры — норма для 1 класса. Не переписывайте, не заставляйте переделывать. |
| Есть безусловное принятие | Ребенок не должен «заслуживать» вашу любовь хорошей учебой. Любите его любым. И говорите об этом. |

Главное в 1 классе: школа должна стать местом, куда ребенок идет с интересом и без страха. Если к концу года он говорит «я люблю школу» — вы всё сделали правильно, даже если он до сих пор путает буквы и пишет «солнце» с ошибками. Все остальное научат во 2–3 классах.