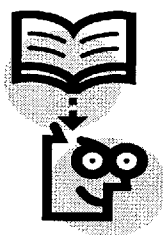


## Уважаемые мамы и папы!

Будьте терпеливы, внимательны к своему ребенку, не торопите его, не отвечайте и не делайте ничего за него. Он все сможет объяснить и сделать сам. Любовь и вера в способности и возможности ребенка помогут вам.

Провожая ребенка в первый класс, будьте бдительны, замечайте любые изменения в поведении, состоянии здоровья малыша и решайте возникающие проблемы как можно быстрее. Ведь только от вас зависит, с каким настроением он будет ходить в школу и какими успехами вас порадует.

### Полезные советы родителям будущих первоклассников



- Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
- Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе.
- Скоро ваш ребенок придет учиться в школу. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. Ребенок имеет право на ошибку.
- 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 («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения вашего ребенка.
- Развивайте самостоятельность ребенка.
- Тренируйте мелкую мускулатуру ребенка, давайте возможность рисовать, лепить.
- Учение – это нелегкий и ответственный труд. Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.
- И не забывайте о полноценном отдыхе и регулярном режиме питания, 10-часовом сне.

## Возрастные аспекты феномена жизнестойкости

Возрастные аспекты феномена жизнестойкости связаны зачастую с социальными факторами: семейное воспитание, влияние положительных примеров жизнестойкости взрослых, владение своим темпераментом и характером.

Для детей младшего школьного возраста типичными трудными жизненными ситуациями становятся неспособность справиться с учебной нагрузкой, невозможность соответствовать ожиданиям семьи, враждебное отношение со стороны родителей, педагогов или сверстников, смена школьного коллектива. Оптимальное развитие и дальнейшее функционирование психофизиологического уровня младшего школьника связано с психогигиеной, учётом его типологических особенностей в процессе обучения, оптимальным эмоциональным климатом в семье и школе.

Социально-психологические навыки характеризуются организацией собственной деятельности и собственной жизни ребёнка через усвоение социальных навыков, оптимальных моделей поведения, выработку эффективных стилей мышления, способов саморегуляции и оптимального индивидуального стиля деятельности.

Навыки интеллектуальной деятельности характеризуются развитием позитивного анализа трудных ситуаций жизни.

Навыки общения младшего школьника в оптимальном использовании им социальной поддержки. Способность младшего школьника обратиться за помощью к учителю, сверстникам, взаимодействовать в разнообразных ситуациях общения делает его не только более адаптивным к школьным ситуациям, но и более успешным в учёбе [4].

В жизни ребёнка и подростка значимы коммуникативные навыки: просьбы, отказы, реагирования на справедливую и несправедливую критику. Большое значение имеют навыки, хорошо усвоенные действия и привычки, которые помогают не растеряться в необычной ситуации.

Навыки саморегуляции начинают играть всё большую роль в жизни ребёнка при включении его в учебную деятельность. Дети, как и взрослые, используют разные типы стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями, тем самым стихийно развивая свою жизнестойкость.

Чем больше конструктивных способов поведения освоил ребёнок, проигрывая различные жизненные роли, тем больше возможностей оптимального поведения в сложных ситуациях он может проявить. Задача взрослых – помочь ребёнку приобрести полезные навыки, привычки в игровых, учебных, трудовых ситуациях.

Особое место в формировании личности ребенка занимает его самооценка, личностные особенности, находящиеся в непрерывном развитии – интересы, цели, ценности, мотивы.