

Поради психолога батькам першокласників

Перший клас — важливий і відповідальний етап у житті дитини та її батьків. Щоб адаптація до школи пройшла м'яко та без стресу, психологічна служба ліцею підготувала кілька порад для підтримки вашого першокласника:

♥1. Говоріть з дитиною про школу позитивно

Формуйте в дитини позитивне ставлення до навчання: розповідайте про школу як про цікаве місце, де вона зможе дізнатися багато нового, знайти друзів та реалізувати свої таланти.

♥2. Будьте терплячими

Першокласник може швидко втомлюватися, іноді капризувати або не одразу засвоювати матеріал. Не сваріть дитину — дайте їй час на адаптацію. Хваліть за зусилля, а не тільки за результат.

♥3. Створіть спокійну домашню атмосферу

Надійна, стабільна атмосфера вдома допомагає дитині впевнено почуватися в новому середовищі. Дитина повинна знати, що вдома її завжди зрозуміють і підтримають.

♥4. Дотримуйтесь режиму дня

Регулярний режим сну, харчування, відпочинку та навчання допомагає дитині краще адаптуватися до шкільного ритму й зберігати сили протягом дня.

♥5. Навчайте самостійності

Поступово привчайте дитину самостійно збирати портфель, складати свої речі, відповідати за чистоту робочого місця. Це розвиває відповідальність і впевненість у собі.

♥6. Приймайте та підтримуйте

Дитині важливо знати, що її люблять не за оцінки, а просто так. Ваше тепло, підтримка та безумовна любов — найкращий фундамент для навчання.

Пам'ятайте: найважливіше в першому класі — це не тільки знання, а й психологічний комфорт дитини. Якщо у вас виникають питання або хвилювання — звертайтеся до психологічної служби нашого ліцею. Ми завжди раді допомогти!

***З повагою, Надія Ставчанська
Практичний психолог "ОЗО - Шировецький ліцей"***

Як заохотити дитину до навчання?
Поради для батьків від практичного психолога
"ОЗО – Шировецький ліцей"

Навчання — це не лише підручники, формули й контрольні. Це цілий світ відкриттів, спілкування, викликів і перемог! Але що робити, коли дитина втрачає цікавість до цього світу? Як підтримати її бажання вчитися?

Ось кілька щирих порад для вас — від серця до серця:

1. Станьте прикладом, а не контролером

Якщо ви читаєте, цікавитесь чимось новим і самі не боїтеся вчитися — дитина точно помітить це. Вона вчиться у вас більше, ніж у будь-якого вчителя.

2. Хваліть не оцінки, а старання

Скажіть: «Я бачу, як ти стараєшся — це дуже важливо!»

Навіть якщо не все ідеально — зусилля заслуговують на похвалу.

3. Слухайте, а не тільки питайте

Замість: «Що ти сьогодні отримав?», запитайте:

«Що тебе сьогодні здивувало на уроці?»

Такі розмови важливіші за щоденник.

4. Допоможіть організуватись — але м'яко

Створіть спокійний ритм дня, де буде місце і для навчання, і для гри, і для відпочинку. Втоmlена дитина не може вчитися з натхненням.

5. Школа — це не кара, а можливість

Не кажіть: «Ти мусиш!», краще: «Подивимось разом, що цікавого ти зможеш сьогодні дізнатися!»

6. Покажіть, що знання — це сила, а не тягар.

7. Не порівнюйте з іншими — лише з учорашнім «я»

Порівняння з іншими демотивує. Краще зверніть увагу на її особистий прогрес — хоч і невеликий, але свій.

8. Давайте простір для улюблених занять

Малювання, спорт, музика, танці чи конструювання — усе це теж вчить. Підтримка хобі — чудовий спосіб показати: ти віриш у дитину.

Пам'ятайте: найкраща мотивація — це відчуття любові, підтримки й розуміння.

Нехай ваша дитина знає: ви завжди поруч, вірите в неї та щиро радієте її маленьким крокам до великого майбутнього.

♥З турботою та повагою, Надія Ставчанська практичний психолог

"ОЗО – Шировецький ліцей" ♥