

Birinchi sinf o'quvchisining ota-onalariga tavsiyalar

Bolani bir vaqtning o'zida ham birinchi sinfga, ham biron-bir sport seksiyasi yoki to'garakka bermang. Chunki maktab hayotining boshlanishi olti- yeti yoshli bola uchun og'ir stress hisoblanadi. Agar bolada sayr qilish, o'ynash, dam olishi va darslarni shoshmasdan tayyorlashi uchun imkoniyati yetarli bo'lmasa, uning salomatligida muammolar yuzaga kelishi va buning oqibatida nevroz boshlanishi mumkin. Agar farzandingiz musiqa yoki sport bilan shug'ullanishi uning tarbiyasi uchun muhim deb hisoblasangiz, ushbu mashg'ulotlarni uni maktabga berishdan bir yil avval yoki 2-sinfdan boshlaganingiz mumkin.

Shuni yodda tutish kerakki, 6-7 yoshli bolani o'z diqqatini faqatgina 10-15 daqiqaga safarbar eta oladi. Shuning uchun bola bilan dars tayyorlayotganingizda unga har 10-15 daqiqada, mashg'ulotlardan chalg'itgan holda, joyida 10 marta sakrash, musiqa ostida raqsga tushush, yugurish kabi mashqlarni bajaritirish lozim. Uy vazifalarni bajarishni yozuv darslaridan boshlash maqsadga muvofiq. Yozma topshiriqlarni og'zaki topshiriqlar bilan almashtirib bajarish ham mumkin. Uy vazifalarni bajaritirish uchun vaqt bir soatdan oshmasligi kerak.

Ko'rish a'zolaridan yuqori diqqatni talab etadigan televizor ko'rish, komp'yuter o'yinlari va boshqa mashg'ulotlar kuniga bir soatdan oshmasligi lozim. Bu xulosani okulist hamda nevroptolog shifokorlar ham alohida ta'kidlaydilar.

N.Tursunova