

## ***СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА: «РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАСНИКОВ!»***

Итак, пришло время собирать ребёнка в школу. Но до сентября месяца нужно проделать ещё большую работу по подготовке к школе. Вам необходимо пройти полный мед. осмотр в поликлинике. Показать ребёнка не только педиатру, но и окулисту, отоларингологу, невропатологу, хирургу, ортопеду и стоматологу. Кроме оценки здоровья, врачи определяют соответствие биологического возраста ребенка паспортному. Для этого проводится оценка физического развития ребёнка, его прибавки в росте, весе за последний год, количество прорезавшихся постоянных зубов. Если у ребёнка нет ни одного постоянного зуба, это значит, что его биологический возраст ещё не достиг 6 с половиной лет.

Другой специалист, который оценивает готовность ребёнка к школьному обучению – это психолог. Смысл их «экзамена» состоит в том, чтобы ребёнок показал широту кругозора, продемонстрировал достаточно высокий уровень развития тонких движений пальцев. Также детей смотрит логопед, затем дается общее заключение о готовности, а также рекомендации. Отнеситесь, пожалуйста, серьёзно к рекомендациям психологов и логопедов, т.к. это своеобразный прогноз будущих школьных успехов или неуспехов ваших детей. Если вам рекомендовано посещать занятия, значит это необходимо ребёнку.

*Итак, что значит ребёнок психологически готов к школьному обучению:*

Будущий школьник должен уметь произвольно управлять своим поведением и познавательной деятельностью, обладать развитой учебной мотивацией. Школа должна привлекать не новеньким портфелем, формой, новыми тетрадями, а возможностью получать новые знания. Также ребёнок должен обладать хорошей эмоциональной устойчивостью, т.е. уметь контролировать свои эмоции и чувства.

Будущий первоклассник должен владеть планомерным восприятием, элементами теоретического отношения к изучаемому материалу, обобщенными формами мышления и основами логических операций, смысловым запоминанием, уметь выделить учебную задачу и превратить её в самостоятельную цель деятельности.

Ещё очень важно, ваш ребёнок придёт в класс, в котором дети заняты общим делом, и ему необходимо обладать достаточно гибкими способами установления взаимоотношений с другими детьми, необходимы умения войти в детское общество, действовать совместно с другими, умение уступать и защищаться.

Но все дети не могут быть одинаковыми, у всех идет развитие в разном темпе, у кого-то хорошо развиты одни навыки, и недостаточно развиты другие, у кого-то наоборот. Каждый ребёнок имеет свои индивидуально-психологические особенности, на которые следует обратить внимание и в течение 4 месяцев до школы постараться что-то скорректировать. У многих

всё наладится к сентябрю без каких-либо усилий. А кому-то надо будет походить на занятия к специалистам, дома заниматься с ребенком.

*Каковы наши общие рекомендации по подготовке ребенка к школе:*

1. Наладить режим дня ребёнка; Начиная с августа пораньше класть спать и пораньше утром поднимать. Завтракать, обедать приучать в одно и то же время. Если вы будете заниматься летом с ребенком, то отводить для занятий первую половину дня.
2. Подготовить рабочее место для школьника; Достаточно освещенное место, удобный стол и стул, полки, где будут лежать книги, учебники ребёнка.
3. Не учить летом читать, писать и считать ребёнка. Лучше заниматься развитием ребенка. Сейчас продают много пособий для родителей, как развить память, внимание, мышление ребёнка. Различные занятия и упражнения на развитие мелкой моторики руки. А также повторять то, что прошли в детском саду и на дошкольной подготовке.
4. Ещё конечно же отдохнуть, набраться сил, положительно настроиться на школу самим и настроить ребёнка.

*Психологическая поддержка во время школьного обучения* — проблема важная и большая. Мы много говорим о психологической готовности ребенка к школе, отодвигая или считая само собой разумеющимся фактор готовности родителей к новому, школьному этапу жизни их ребенка.

Главная забота родителей — поддержание и развитие стремления учиться, узнавать новое. Например, вы встречаете ребенка после окончания уроков вопросом: «Что было интересного в школе?» «Ничего интересного», — отвечает. «Так не бывает. Ты же узнал что-то новое, чему-то удивился, что-то тебя поразило». Ребенок напрягается, вспоминает, что же интересного было, и, может быть, не сразу, но вспомнит какой-то эпизод урока или прочитанное в учебнике, а может быть, опишет забавную сценку, случившуюся на перемене.

Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребенка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и закреплять в дальнейшем.

Сдерживайтесь и не ругайте школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позволит ему испытать радость познания.

Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы любите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивидуальность.

Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоятельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим.

С пониманием относитесь к тому, что у вашего малыша что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздражения с обеих сторон, ничего не вызовут.

Многие родители сравнивают первый год обучения ребенка в школе с первым годом после его рождения: огромная ответственность за него, необходимость много времени проводить рядом, океан выдержки и терпения. Это действительно серьезное испытание для родителей – испытание их жизненной стойкости, доброты, чуткости.

Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спокойное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями. Психологически родители должны быть готовы не только к трудностям, неудачам, но и к успехам ребенка.

Часто бывает, что, хваля ребенка, мы словно боимся, что он зазнается или разленится, и добавляем ложку дегтя в бочку меда: «А что Антон получил? Пятерку? Вот молодец! Он, по-моему, еще не получил ни одной четверки!» (подспудно: а у тебя, мол, и четверки бывают...)

Вместо этих высказываний значительно лучше было бы просто порадоваться успеху, ожидаемому и закономерному, ведь этому предшествовал труд. И дальше будет так же, нужно лишь постараться.

Очень важно, чтобы родители соизмеряли свои ожидания относительно будущих успехов ребенка с его возможностями. Это определяет развитие способности ребенка самостоятельно рассчитывать свои силы, планируя какую-либо деятельность.

Итак, ваша поддержка, вера в ребенка, в его успех помогут ему преодолеть все препятствия.

### *ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ*

6–7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Медики считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии только в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась.

Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

Правило 1. Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6–7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, отдыхать, делать уроки без спешки, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия музыкой и спортом кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

Правило 2. Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10–15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10–15 минут необходимо прерываться обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10

раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

Правило 3. Компьютер, телевизор и любые занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день — так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

Правило 4. Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет дружить, а кто-то — нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его. Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя.

#### Несколько коротких правил

— Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.

— Нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребенку, что он хуже других.

— Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы ребенка.

— Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть наедине со своим ребенком.

— Учите ребенка свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.

— Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.

— Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.

— Всегда говорите ребенку правду, даже когда вам это невыгодно.

— Оценивайте только поступки, а не самого ребенка.

— Не добивайтесь успеха силой. Принуждение есть худший вариант нравственного воспитания. Принуждение в семье создает атмосферу разрушения личности ребенка.

— Признавайте права ребенка на ошибки.

— Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.

— Ребенок относится к себе так, как относятся к нему взрослые.

— И вообще, хоть иногда ставьте себя на место своего ребенка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним.