

## Готовимся к школе

*«Быть готовым к школе – не значит уметь читать, писать и считать. Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться»*  
(Венгер Л.А.)

По мнению учителей и психологов, первые месяцы у выпускников детских садов уйдут на адаптацию к новым условиям, речь идет именно о психологической перестройке жизни малышей. В первом классе дети чаще всего страдают от смены режима.

В детском саду к ним относились более снисходительно, а в школе — предъявляют определенные требования, и не каждый готов их принять. Очень часто приходится слышать фразу: «Ребенок должен быть психологически готов в школе»... Что следует подразумевать родителям под этой фразой, и можно ли подготовить первоклассника к школе?

Психологическая готовность представляет собой сочетание интеллектуального и личностного развития ребенка. Многие родители считают, что для успешности ребенка в школе достаточно организовать только интеллектуальную готовность — научить ребенка читать, считать и решать, и это обеспечит его полную подготовку к школе, но очень важным аспектом в подготовке является внутренняя личностная готовность: его уровень приспособления к новым условиям, уровень самостоятельности и самообслуживания, усвоение им социальных норм и правил.

В 6-7 лет меняется весь психологический облик ребенка, преобразуются его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения. Свое новое положение ребенок не всегда хорошо осознает, но обязательно чувствует и переживает его: он гордится тем, что стал взрослым.

Переживание ребенком своего нового социального статуса связано с появлением «внутренней позиции школьника». Существует такое понятие, как частичная готовность к школе, когда ребенок не способен быстро усваивать новые знания, ему требуется дополнительное время, поэтому учебные программы всегда рассчитаны на детей со средним уровнем подготовленности. Многие из сегодняшних первоклассников являются весьма искушенными в учебных занятиях еще до прихода в школу.

Усиленная подготовка, посещение дошкольных лицеев, гимназий и т.д. зачастую приводит к тому, что поступление в школу утрачивает для ребенка элемент новизны, мешает пережить значимость этого события. К тому же, программа, рассчитанная для среднего учащегося, им кажется неинтересной, уже изведенной.

В поддержании у первоклассника «внутренней позиции школьника» неопределимая роль принадлежит родителям. Совет родителям: ваше серьезное отношение к школьной жизни ребенка, внимание к его успехам и неудачам, терпение, обязательное поощрение стараний и усилий, эмоциональная поддержка помогают почувствовать значимость своей деятельности, способствуют повышению самооценки ребенка, его уверенности в себе.

У некоторых детей есть проблема неусидчивости, они не могут более 20 минут вы сидеть на месте. У многих современных детей не сформированы навыки самостоятельности, самообслуживания, они не могут приготовиться к уроку, теряют вещи во время занятий физкультурой, в раздевалке, забывают про портфели. В классе много ребят, и к каждому нужно искать подход. Необходимо привыкать к учителю, к его манерам поведения, к его голосу и т.д. Многие очень негативно реагируют к обращению по фамилии, они обижаются, им сложно принимать себя как отдельную самостоятельную личность, но это необходимо прививать. Для того, чтобы процесс адаптации проходил наиболее безболезненно, родителям необходимо приложить усилия уже в летний период.

В августе за 2-3 недели до начала учебного года необходимо урегулировать режим дня, который будет действовать в учебный период, утренний подъем должен соответствовать тому времени, когда вам придется просыпаться в учебное время. Постепенно приучая ребенка к режиму дня, родители помогут ребенку облегчить период адаптации к новым обстоятельствам.

При выполнении занятий, взрослым важно соблюдать положительный настрой, чтобы не отпугнуть ребенка. Занятия лучше проводить в игровой форме, обязательно делая перерывы для отдыха и игр. Максимальная концентрация внимания у детей в этом возрасте 20 минут, после этого наступает утомление, через 5-7 минут смены деятельности, ребенок снова готов активно трудиться.

При этом он должен понимать, что его труды достойно поощряются взрослыми, подкрепляются похвалой.

Ребенку будет гораздо легче приспособиться к новым условиям, если с ним в классе будет обучаться кто-то из его знакомых. Постарайтесь организовать для ребенка возможность общения со сверстниками, по возможности с будущими одноклассниками.

Самым рациональным распределением времени будущего первоклассника является режим дня, в котором будут учтены индивидуальные особенности самого ребенка. Наиболее активные часы детей 6-7 лет: 8.00-11.00 часов и 16.00-17.00.

Например, если ваш ребенок жаворонок, то самые активные мероприятия необходимо планировать на первую половину дня, а если он сова, то будет более активен во второй половине дня.

В первом классе домашнего задания не задают, но это время можно потратить на то, чтобы пролистать вместе с ребенком изученный в школе материал, помочь ребенку воспроизвести то, что ему запомнилось больше всего в течение дня, выяснить с какими темами могли возникнуть затруднения и помочь ему разобраться.

После приготовления домашнего задания ваше чадо может пойти в секцию или кружок. Дорогу туда как раз можно совместить с прогулкой. И никаких домашних заданий вечером! Не успеваете на кружок? Лучше отложить одно занятие, чем перенести уроки на вечернее время. перевозбуждение, накопившееся за день, нужно снять прогулкой. Не думайте, что вечерние пляски и небывалая активность свидетельствуют о том, что ребенок не устал. Чтобы снять напряжение, погуляйте с ребенком перед сном. Если ложимся в постель в 21.00, то начать прогулку стоит не позже 19.30, сразу после ужина. Отход ко сну должен

быть спокойным, без разговоров о дневных трудностях и без напоминаний о досадных ошибках или неудачах прошедшего дня.

Некоторые дети, походив немного в школу говорят — не хочу, не пойду, не интересно... Что ответить? Дети могут говорить — не хочу, не пойду, не интересно по нескольким причинам: родители сами «боятся» школы; нервничают, что им придется брать на себя дополнительную нагрузку и ответственность; когда дети видят, что родители негативно относятся к школе, и даже к учителям; когда у самих родителей отсутствует интерес к знаниям, они не читают; когда ребенок не ощущает поддержки со стороны родителей.

Если учитель жалуется на поведение ребенка, а родители, не разбираясь его наказывают, у него закрепляется в сознании, что в школе плохо. Нередко перед поступлением в школу ребенка усиленно готовят, а потом ему не интересна программа, которую он уже освоил в дошкольном возрасте.

Психологически ребенок упустил период, когда ведущей деятельностью являлась сюжетно-ролевая игра, одним словом – он не наигрался. Поэтому позитивное отношение к школе, к учебе напрямую зависит от отношения к школе значимого взрослого, его родителей.

Самое главное, по мнению психологов, поддержать первоклассника в его желании добиться успеха. Хвалить начинающего ученика надо за каждое достижение. Похвала и эмоциональная поддержка («молодец!», «ты так хорошо справился!») способны повысить интеллектуальные достижения даже взрослого человека, не говоря уже о ребенке. Мамам и папам также советуют не забывать, о том, что когда человек учится, у него может что-то не получаться и это вполне естественно — ребенок имеет право на ошибку.

Специалисты рекомендуют не отправлять ребенка в школу без завтрака, быть внимательным к жалобам на головную боль, усталость, плохое самочувствие — чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.

Кроме того, нужно контролировать количество времени проведенного за гаджетами, для семилетки норма — всего 15-20 минут в день.