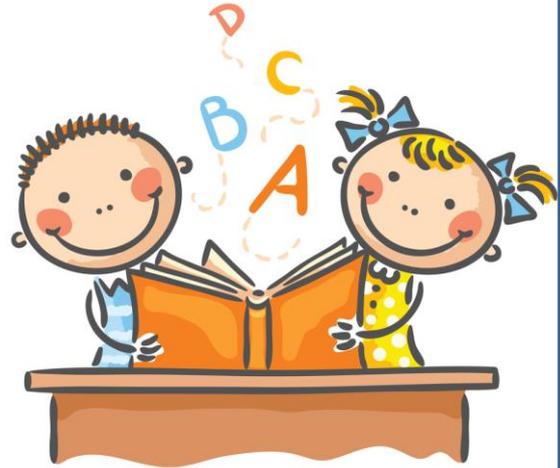


Как психологически подготовить будущего первоклассника к школе



Поступление в школу – серьезное испытание для ребенка. Если родители заранее позаботятся о том, чтобы психологически подготовить ребенка к обучению, то он будет с удовольствием ходить в школу и говорить об учителях с уважением, избежит серьезных проблем с освоением учебного материала. А главное, такой ребенок легче освоит для себя новую социальную роль – роль школьника.

КАКИЕ УСЛОВИЯ СОЗДАТЬ ДЛЯ БУДУЩЕГО ПЕРВОКЛАССНИКА

Чтобы ребенку безболезненно влиться в новую среду, родители должны создать необходимые условия еще до поступления в школу:

- в воспитании ребенка учитывать возрастные особенности семилетних детей, а именно готовность психики ребенка к развитию волевых качеств;
- научить ребенка организовывать свое время и окружающее его пространство;
- развивать коммуникативную культуру: умение общаться со сверстниками и взрослыми, вступать в диалог, просить о помощи;
- обучить элементарным правилам гигиены и самообслуживания.

РЕБЕНОК ПСИХОЛОГИЧЕСКИ ГОТОВ К ШКОЛЕ, КОГДА:

- Понимает и принимает указания взрослых.
- Умеет действовать по правилам и спокойно достигает поставленных целей.
- Проявляет инициативу, любознательность и самостоятельность мышления во всех видах деятельности.
- Имеет адекватную самооценку и эмоционально готов к разным оценкам.
- Умеет договариваться, дружить со сверстниками и налаживать контакт

со взрослыми, участвовать в совместных играх.

- Сталкивался с конфликтными ситуациями и имеет опыт их решения.
- Умеет концентрировать внимание в течение длительного времени.
- Справляется с посильными для его возраста эмоциональными и физическими нагрузками.
- Понимает, почему нужно ходить в школу.

ПЯТЬ ТРУДНОСТЕЙ, С КОТОРЫМИ МОЖЕТ СТОЛКНУТЬСЯ ПЕРВОКЛАССНИК

	<i>Что может возникнуть</i>	<i>Как не допустить</i>
1 стресс	Детям бывает физически трудно высидеть за партой 3–4 урока в день. Двигательная активность сокращается в среднем в два раза. Возникает перенапряжение нервной системы и органов, а также: <ul style="list-style-type: none">– возрастает утомляемость;– появляются головные боли и недомогания;– ухудшается аппетит;– возникают проблемы со сном;– падает иммунитет.	Соблюдать режим дня, полноценный ночной сон (9–10 часов), по желанию ребенка – дневной сон, сбалансированное питание, прогулки на свежем воздухе, посильная физическая нагрузка, психологически безопасная обстановка дома. Организовать свободное личное время, когда ребенок может отдохнуть, порисовать, поиграть, почитать книгу.
2 трудности в обучении	Ребенок может испытывать трудности в обучении из-за недостаточной развитости психофизиологических функций, на которые приходится наибольшая нагрузка в процессе обучения: <ul style="list-style-type: none">– сложность с концентрацией внимания;– рассеянность, суетливость, неусидчивость,– моторная неловкость;– несформированность учебной мотивации: дети не понимают роли учителя и не способны объяснить, для чего они ходят в школу.	Уделять внимание развитию образного мышления, мелкой моторики, пространственных представлений. Помогут занятия музыкой, рисованием, конструированием, лепкой, аппликацией. Приобщать ребенка к интеллектуальным играм с правилами (нарды, шахматы, шашки).

<p>3 завышенные требования</p>	<p>Родители, которые привыкли воспринимать ребенка как лидера и самого успешного в коллективе, будут испытывать недовольство, возмущение, если он с чем-то не справляется. Или родители сравнивают его с собой в школьном возрасте, а также с другими детьми. У такого ребенка может прослеживаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> – неуверенное поведение; – повышенная тревожность; – психосоматические заболевания. 	<p>Обращать внимание на успехи ребенка, даже незначительные. Избегать подчеркивания промахов ребенка. Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно. Проявлять веру в ребенка, эмпатию и безусловную любовь к нему. Опирается на сильные стороны ребенка. Принимать индивидуальность ребенка.</p>
	<p>Первоклассники, у которых прослеживается эмоциональная незрелость, с трудом переживают ограничение двигательной активности. А новые обязанности, требования учителя и школы считают утомительными. Обычно такие дети:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выдерживают с трудом статическую нагрузку – 30–40 минут за партой; – оставляют дело невыполненным; – нарушают дисциплину в классе. 	<p>Развивать волевые качества ребенка. Расширять обязанности и зону его ответственности. Увеличить посильные обязанности по дому. Позволить ребенку действовать самостоятельно, но при необходимости он должен рассчитывать на вашу помощь. Учить его разбивать большие задания на мелкие.</p>
<p>4 Новые обязанности</p>	<p>Первоклассники, у которых прослеживается эмоциональная незрелость, с трудом переживают ограничение двигательной активности. А новые обязанности, требования учителя и школы считают утомительными. Обычно такие дети:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выдерживают с трудом статическую нагрузку – 30–40 минут за партой; 	<p>Развивать волевые качества ребенка. Расширять обязанности и зону его ответственности. Увеличить посильные обязанности по дому. Позволить ребенку действовать самостоятельно, но при необходимости он должен рассчитывать на вашу помощь. Учить его разбивать большие задания на мелкие.</p>

	<ul style="list-style-type: none"> – оставляют дело невыполненным; – нарушают дисциплину в классе. 	
5 Социальное окружение	<p>Общение особенно тяжело дается тем детям, у которых были ограничены контакты со сверстниками. Иногда дети не знают то, как можно поздороваться, познакомиться, попросить о помощи, завести дружбу и общение с одноклассниками. У таких детей проявляется:</p> <ul style="list-style-type: none"> – застенчивость, замкнутость, отсутствие интереса к коллективным играм; – ссоры с одноклассниками и отвержение со стороны сверстников. 	<p>Организовать общение со сверстниками. Предложите совместный поход на мероприятия, прогулки и организуйте общее дело: праздник, спектакль, игры, походы.</p> <p>Поощрять дружбу и общение со сверстниками.</p>

АНКЕТА «Готов ли Ваш ребенок к школе?»

Инструкция: Уважаемый родитель, ответьте «да» или «нет» на вопросы анкеты.

№	Вопросы	Ответ
1	Может ли Ваш ребенок самостоятельно заниматься каким-нибудь делом в течение 30 минут?	
2	Умеет ли он составлять рассказы по картинкам?	
3	Быстро ли Ваш ребенок запоминает стихотворения?	
4	Умеет ли он считать до 10 и в обратном порядке?	
5	Имеет ли он правильную координацию движений?	
6	Соблюдает ли Ваш ребенок режим дня?	
7	Хочет ли он ходить в школу?	
8	Часто ли задает вопросы про школьный образ жизни?	
9	Способен ли Ваш ребенок выполнять задания, даже если это ему не нравится?	
10	Может ли он ставить цели, разрабатывать планы и достигать их?	
11	Умеет ли делать выводы относительно результата своей деятельности?	
12	Умет ли ребенок вступать в диалог со взрослыми и сверстниками?	
13	Способен ли Ваш ребенок работать в команде?	
14	Может ли Ваш ребенок отстаивать свое мнение среди сверстников?	
15	Умеет ли находить компромисс в случае необходимости?	

16	Способен ли Ваш ребенок прислушаться и выполнять требования взрослого?	
17	Умеет ли Ваш ребенок придерживаться правил?	

Интерпретация результатов:

«ДА»	высока вероятность того, что ваш ребенок психологически готов к обучению в школе
«НЕТ»	ребенок условно готов к школе, но этого недостаточно для успешной адаптации и усвоения школьной программы.

Рекомендация

Уделите внимание развитию познавательных процессов (памяти, вниманию, мышлению, речи, воображению), а также развивайте мелкую моторику рук, усидчивость.

Серьезно относитесь к достижениям и трудностям ребенка. Расскажите о своих школьных годах.

Расскажите ребенку те правила и нормы поведения, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость и значимость. К примеру, не выкрикивать с места, слушать внимательно учителя и прочее.

Поддержите ребенка в желании добиться успеха. В каждом деле найдите, за что его похвалить («Ты хорошо постарался!», «У тебя это получилось»).

Эмоциональная поддержка повышает достижения ребенка.