

## Готовимся к школе. Рекомендации на лето

Нашим выпускникам скоро в школу! С радостным волнением и небольшой тревогой ребята и их родители готовятся к этому событию. Действительно, все тревоги родителей будущих первоклассников не напрасны. С первым звонком ребенок из легкого беззаботного детства сразу попадает в пучину требований, правил и оценок. Все эти перемены могут восприниматься ребенком хорошо, а могут спровоцировать тревожность, невротические состояния, стойкую неприязнь к учителю и урокам.

Во время адаптации к школе дети испытывают огромные интеллектуальные, физические, эмоциональные нагрузки. Поэтому, большое значение имеют такие факторы, как:

- уровень готовности ребенка к школьному обучению – имеется в виду не только умственная, но и физическая, и психологическая готовность;
- степень социализации – умение общаться и сотрудничать с ровесниками и со взрослыми.

Давайте проверим уровень психологической и физической готовности вашего малыша. Домашний тест можно провести так:

1. Попросите ребенка дотянуться правой рукой через голову до левого уха. Именно словесно. Если смог так сделать хотя бы со второй попытки – это хороший признак.

2. Попробуйте понаблюдать, как долго малыш может сидеть неподвижно на одном месте. Если хотя бы 10-15 минут – высидит и в школе.

3. Способен ли ребенок по одной только просьбе прибраться в своей комнате или чем-то помочь? Или с ним постоянно все нужно превращать в игру? Ведь у детей дошкольного возраста ведущая деятельность – игровая, а в школе в любом случае будет доминировать учебная. И если малыш пока не может себя заставить что-то делать, не умеет на чем-то долго сосредотачиваться без наличия сильного интереса –

сконцентрироваться в школе ему будет трудно, и он станет оправданно считаться «вертлявым».

4. Аккуратно ли ребенок рисует в раскраске? Может ли провести по пунктиру линию?

5. Держит ли спину?

### **Рекомендации психолога родителям на лето**

\* Используйте лето для того, чтобы Ваш ребенок приобрел полезные житейские навыки (ремонт, благоустройство жилья, грядки, кулинария и другие занятия).

\* Совместная деятельность родителей и детей во время летнего отдыха может и должна стать прекрасной школой общения и взаимопонимания.

\* Успешность работы в видах деятельности, не связанных с учебой, может стать важнейшим средством профилактики неуверенности, тревожности, заниженной самооценки.

Важно:

1. Уже сейчас постарайтесь очень постепенно **режим** дня вашего малыша соотнести с режимом дня школьника.

2. Чтобы ребёнок умел слышать учителя, обращайтесь внимание, как он понимает ваши **словесные инструкции** и требования, которые должны быть чёткими, доброжелательными, немногословными, спокойными.

Не пугайте ребёнка будущими трудностями в школе!

3. Перед школой и во время учёбы проверяйте **зрение и слух** ребёнка.

4. **Подготовка к чтению:** 6-7 летний малыш должен знать все печатные буквы алфавита, но многие могут слитно читать слоги, а некоторые - и целые тексты. Несмотря на такую разную подготовку, все дети устают от процесса чтения очень быстро. Чередуйте это занятие с отдыхом. Пусть

ребёнок "погримасничает" перед зеркалом, произнося чётко и громко звуки, отдельно и плавно. Это развивает артикуляционный аппарат.

Также важно, чтобы ребенок мог пересказать прочитанное.

**5. Подготовка к письму:** ручку ребёнок должен брать правильно и разогретыми пальцами. Раскраски замените обведением по трафарету и штриховкой. Линия должна быть направлена сверху вниз, справа налево, а если она кривая, то против часовой стрелки. Расстояние между линиями 0,5 см - это основной принцип нашего письменного алфавита. Запомните, дети также устают от этих занятий, как и от чтения.

**6. Подготовка к грамматике:** ребёнок может легко выделить в слове заданный звук, назвать в слове все звуки по порядку. Не путайте букву со звуком! (Звук мы слышим, букву пишем.) Ребенок умеет отвечать на вопросы "кто", "что" и сам их задавать.

Поощряйте его умение наблюдать, сравнивать, исправлять, уточнять свою речь. Общайтесь с ним.

**7. Подготовка к математике:** успешность в этом предмете зависит от освоения и умения двигаться в трёхмерном пространстве. Поэтому помогите ребёнку свободно владеть такими понятиями: "вверх-вниз", "вправо-влево", "прямо, по кругу, наискосок", "больше-меньше", "старше-моложе", "горизонтально-вертикально" и т.д., объединять предметы в группы по одному признаку, сравнивать, владеть счётом в пределах 20.

Итак, подведем итоги.

Для того, чтобы адаптация к школе проходила легко, а ребенку хотелось учиться, важно соблюдать следующие правила:

1. Первокласснику необходим твердый распорядок дня. Начиная с августа, нужно будить малыша по утрам не позже 8-ми, даже, если он – совеночек. Потому что в школу нужно будет просыпаться в 7, а то и раньше. Ведь истерики по утрам выведут из себя даже самых стойких родителей.

2. Подготовка ребенка к школе заключается в развитии познавательных процессов – внимания, памяти, мышления и восприятия.

Основная задача родителей – поддержание интереса к знаниям в целом. Каждый день занимайтесь с ребенком минимум по часу с небольшими перерывами. Решайте головоломки, купите развивающие игры, настольные стратегии, активити. Назовите такие занятия «Игра в школу». Время от времени пусть в роли учителя бывает сам малыш – это поможет ему понять, что от него ожидают: усидчивости, внимания и старательности.

3. Общение: с родителями, другими взрослыми, сверстниками. Если есть такая возможность, пусть ребенок ходит на летнюю площадку с учителем и будущими одноклассниками – тогда осенняя адаптация пройдет легче.

Друг вашего ребенка – отличная возможность увидеть, какие его потребности не реализуются в общении с Вами.

4. Укрепляем мышцы спины, закаляемся: бегаем, прыгаем, плаваем, ходим в походы. Если не укрепить мышцы спины, через месяц занятий ребенок «ляжет» на парту, соответственно ослабнет нервная система, за этим следует нежелание учиться.

5. Позволяйте ребенку чувствовать себя взрослым и самостоятельным. Самостоятельное принятие решений и ответственность за него - неотъемлемая часть взрослости. Пора надеть на руку часы, научиться звонить родителям, ходить за покупками. Каждый день ставьте маленькую цель и учите достигать ее. В ваших силах внушить малышу волю к победе.

За лето потихоньку соберите вместе рюкзак, с любовью выберите форму и новую одежду. Если у ребенка нет своей детской – самое время выделить для него уголок. Пусть перемены в его жизни начнутся уже сейчас, тогда с начала осени для него не будет все резким и неожиданным.

Желаем Вам успехов в воспитании детей!

Педагог- психолог  
Шустова Ю.И.