**«Как подготовить ребенка к школе»**

**Советы психолога для родителей первоклассника**

Если ваш ребенок пошел в первый класс, значит эта статья для вас. Всем родителям хочется, чтобы новый отрезок жизни ребенка был радостным для него и его семьи.

Школа должна стать тем местом, где первокласснику интересно. Хочется, чтобы он нашел друзей, ему было интересно учиться, чтобы достиг успехов в учебе.

Но на практике чаще по-другому, школа скорее всего создает много новых проблем, переживаний для родителей.

**Советы родителям первоклассников**

Предложенные советы родителям первоклассников помогут вам изменить домашние отношения, что обеспечит ребенку комфортное освоение новой роли и позволит избежать некоторые ошибки, существенно влияющие на построение всей его жизненной линии.

Учитель играет очень важную роль, его личность во многом определит и отношение к школе, и качество его учебы. Мы учимся учиться в начальной школе, а дальше развиваем полученные там знания.

Первоклассник привыкший играть, осваивает учебу как новую деятельность, имея в начале огромную мотивацию, обусловленную любознательностью, новой ролью, статусом. Сохранение желания учиться связано с отношениями, которые выстроит учитель в классе и той системой организации работы, которые он предложит.

Поэтому очень важно знать о педагоге, который будет вас учить и по какой программе он работает. Если вы выбрали учителя и считаете свой выбор правильным, то 50% успеха вам и вашему ребенку обеспечено.

Полезные советы родителям первоклассников

В первом полугодии внимание первоклассника будет направлено на новые требования, а авторитет учителя настолько велик, что родительское значение немного померкнет. К этому надо относиться спокойно.

Не теряйте времени, помогите ребенку правильно организовать домашнюю учебную работу, помогите быстрее освоить ее элементы.

Если у вас нет возможности получить полную информацию об учителе, не паникуйте, так как многое зависит от вас самих.

**Советы для родителей по организации учебной работы дома**

Будущий первоклассник умеет играть, но не умеет учиться. Он любит лепить, собирать конструктор, рисовать, клеить. Он понимает, что значит соблюдать правила игры, но не ему пока непонятно как правильно учиться.

1) Стоит обращать внимание на разницу игры и учебы, используя элементы игровой деятельности в учебной и наоборот. Система организации учебной работы дома должна быть похожа на школьные условия. У ребенка появляется свой рабочий стол, в соответствии с требованиями (размер по росту, освещение, зрительное восприятие). Важно, чтобы вы понимали, что это не просто стол и стул, все должно быть удобно и продумано.

2) Обозначьте для всех домашних статус рабочего места ребенка, не используйте его в других целях и другими членами семьи.

В школе учебная работа основана на смене видов деятельности, включает физкультурные пятиминутки для снятия мышечного напряжения. Дома у вас вряд ли получится проводить такие разминки (дети часто противятся этому.) Решение данной проблемы — особое размещение рабочего места, предметов, оборудования.

3) Располагайте все необходимые полки с книгами, учебные принадлежности не на расстоянии вытянутой руки, а в шаговой доступности, чтобы сидение чередовалось с хождением, стоянием.

На уроках придется не только сидеть за партой, а выходить к доске. Для некоторых детей это серьезное испытание, влияющее на формирование самооценки.

4) Хорошо если у первоклассника будет магнитно-маркерная доска, которая будет решать много задач. Вы можете предложить ребенку пересказать текст или выполнить какое-нибудь задание у доски, сказав, что вы хотите увидеть как это происходит в школе в классе. А для ребенка это снятие психического напряжения и репетиция возможной ситуации в школе.

Для шестилеток и семилеток характерен высокий уровень познавательной активности и желания учиться (который на 50 % понижает к первому полугодию). Поддержать мотивацию — важная задача, стоящая перед родителями и учителем.

5) Нужно сразу сказать ученику, что выполнение домашнего задания — это зона его ответственности. Да, вы готовы помогать, объяснять, выслушивать, оценивать, но вы не несете ответственности за результаты учебного года. Никогда не выполняйте ничего за ребенка. Это очень важно и определяет ведущие мотивы учебной деятельности, формирующиеся в начальной школе на все последующие годы.

Освоение любой деятельности связано с трудностями, требует развития настойчивости, целеустремленности, дисциплинированности. Вы очень поможете своему ребенку если научите его планировать свою работу и начинать с самого трудного.

6) Сначала надо определить, что самое трудное для первоклассника: письмо, чтение, математика, запоминание и предлагайте начинать с таких заданий.

Для развития навыков планирования можно использовать доску, например, перед выполнением домашнего задания можно написать в какой последовательности мы будем работать. Договоритесь, что сегодня планируете вы, завтра — он.

7) Смена деятельности снижает утомляемость и обеспечивает более качественную работу мозга. Поэтому можно решить несколько примеров и перейти к чтению, а потом вернуться снова к математике.

Вспомните, когда вы осваивали что-то новое, например, учились водить автомобиль. Вы ориентировались на процесс или результат? Конечно, вам поскорее хотелось получить что-то осязаемое, уверившись в своих способностях. Но совершенно очевидно, что без деталей, необходимых для выполнения конкретных операций, без понимания сути, достичь желаемого невозможно.

Помогая ребенку осваивать учебу, больше сосредоточьтесь на процессе, чем на результате, как бы вам ни хотелось хороших отметок и похвал. Понаблюдайте насколько ребенку понятно то, что он делает, предлагайте ему проговаривать вслух (например, возьмем линейку, чтобы провести линию).

Показывайте, как можно делать или рассуждать, если ребенку трудно, советуйтесь, ищите варианты решения проблем вместе.

**Самое главное, понимайте, если не вы, то кто?** Перечисленные советы родителям простые и доступные.

Несколько простых советов для родителей, которые надо постараться учесть.

1. Показывайте ребенку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения.
2. Никогда нельзя говорить, что он хуже других, не сравнивайте его с остальными детишками.
3. Нужно честно т терпеливо отвечать на все вопросы.
4. Каждый день находите немного времени, чтобы побыть наедине с вашим чадом.
5. Учите свободно и непринужденно общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми.
6. Не стесняйтесь подчеркивать, что вы им гордитесь.
7. Будьте честны в оценках своих чувств к ребенку.
8. Всегда говорите правду, даже если вам невыгодно.
9. Оценивайте только поступки, а не само дитя.
10. Не добивайтесь успеха силой. Принуждение — плохой вариант нравственного воспитания, создающий в семье атмосферу разрушения личности.
11. Признавайте права ребенка на ошибки.
12. Думайте о детском банке счастливых воспоминаний.
13. Ваше дитя относится к себе так, как относятся к нему взрослые.
14. Иногда ставьте себя на место своего дитя, и тогда будет понятнее, как себя с ним вести.

**Запомните пожалуйста, родители, если:**

* постоянно критиковать — он учится ненавидеть;
* в доме вражда, он учится агрессивности;
* его высмеивают — становится замкнутым;
* растет в постоянных упреках — формируется чувство вины;
* растет в атмосфере терпимости — учиться принимать других;
* его часто подбадривать — учиться быть благодарным;
* живет в честности — учится быть справедливым;
* живет в доверии к миру — учиться верить в людей;
* живет в обстановке принятия — находит любовь в мире.

Как помочь маленькому человеку и становиться успешным и правильным, чтобы родители были довольны? Психологи дают следующие советы родителям как помочь стать правильным и успешным.

Вспомните себя в этом возрасте. Скорее всего, вы были любознательны, активны, подвижны, искали важные, интересные занятия, которые не всегда одобрялись взрослыми. Вы дружили с дворовыми собаками, мастерили дом на дереве, бегали на стройку, измеряли лужи, запускали кораблики в дальние путешествия.

Во всем потребность в новых открытиях. Главное, день был долгим, солнышко ярким, а уроки — второстепенным.

У вашего ребенка все также, присмотритесь к нему повнимательнее. Или почти все также. Больше компьютера, планшета, телефона, телевизора и меньше свежего воздуха.

Конечно, мы за радостное детство. Но и за школьные успехи, старание, которые нам полезнее всяких глупостей, из которых у маленького человека складывается вся жизнь.

Какие личностные изменения происходят у детей 6-10 лет и как они влияют на последующие события жизни?

У детишек этого возраста достаточно стабильно развивается нервная система. Ее уравновешенное состояние создает основу для освоения учебной деятельности и формирования поведения: самостоятельность, контроль, достижение результата. При этом высшие отделы мозга развиваются неодинаково.

Интенсивно развивающиеся — лобные доли, определяющие способность к волевой регуляции. От выраженности этого свойства зависит качество любой деятельности человека.

Фактически оно формируется в младшем школьном возрасте.

Волевая регуляция — способность к планированию, организации своей деятельности, распределению внимания, усилий, контролю качества действий.

Это основа для формирования качеств:

* решительность;
* настойчивость;
* целеустремленность;
* дисциплинированность.

Список черт характера замечательны, как все получить? Надо добиваться чтобы цели формулировались самим ребенком и имели для него смысл. Надо чтобы он понимал, что, как и зачем будет делать, и это было полезно не только нам, родителям, но и им самим осознавалось как безусловная потребность.

Связь между мотивацией и интересом прямая: чем больше будет стимул к учебе, тем быстрее сформируется воля ребенка.

Еще одно главное условие волевой регуляции — ваше доверие. Если вы выражаете уверенность в том, что маленький человек справиться самостоятельно, убеждены в наличии у него нужных свойств, не отказывайте ему в контроле, помощи (давай подумаем как это сделать), то вы можете рассчитывать на сформированную способность к самоконтролю и саморегуляции деятельности.

Ценным приобретением данного возраста может стать адекватная самооценка. Конечно, во многом зависит от родителей, учителя, которые хвалят, ругают, оценивают учебу и поведение. У ребенка формируется верное или неверное представление о себе.

Как мы хвалим детей. Практически все используют слова: молодец, умница, хорошо. А если нам что-то не нравится, мы не только выражаем несогласие, но еще и конкретизируем: Почему неаккуратно пишешь? Вы что расшумелись?.

У 6-7 летних детишек неразделенная самооценка, общее хорошо и конкретное неряшливо перерождается в я весь хороший и что бы я ни делал все получается неаккуратно. В такой ситуации маленькому человеку трудно разобраться в себе. Он желает получить ответ на вопрос насколько он успешен и что этому способствует. А мы создаем дополнительные трудности. Мы чаще критикуем, чем хвалим, такова психология отношений.

Если все хорошо и правильно, мы довольны внутри и вряд ли скажем: как же здорово, что сидишь и сосредоточенно делаешь задания. А если, что-то не так мы сразу начинаем возмущаться.

Поэтому важно понимать, что любая ваша оценка воспринимается вашим чадом как глобальная оценка его личности! Именно ваша помощь в приобретении адекватного представления о себе и своих возможностях ему так необходима.

Основой для формирования самооценки в начальной школе является качество освоения учебы. Большую роль играет сравнение школьника своих способностей и успехов других учеников. Ему достаточно увидеть у соседа буквы аккуратнее написанные или услышать беглое чтение одноклассника.

Результатом такого сравнения является уверенность в себе (если ваше чадо освоило все элементы учебы и не испытывает затруднений на практике) или чувство неполноценности (когда он не понимает, как это делают другие, и что с ним самим не так).

**Родители могут помочь своему ребенку, соблюдая следующие правила.**

1. Не допускайте соревновательности в учебе. Смысл учебных достижений не в том, чтобы сделать лучше всех, а в том, чтобы научиться и уметь делать самому (вы же умеете водить машину не для того, чтобы всех обгонять, а чтобы добраться до пункта назначения).
2. Не говорите ребенку, что он самый лучший, даже если он действительно обошел всех. Тем самым вы формируете потребность всегда быть первым. Представьте, на его пути встретятся люди, которые будут лучше его. И школьник, привыкший стоять только на верхней ступени, будет в отчаянии.
3. Подтверждайте, что он лучший для вас и что вы им гордитесь, любите его таким какой он есть.
4. Сравнивайте ваше чадо только с ним самим, а не с другими детьми. Говорите: У тебя стало лучше получаться, На прошлой недели мы делали похожее задание вместе, а теперь ты смог разобраться самостоятельно. Вы вселяете уверенность в вашего ребенка, что он сможет справиться с любой проблемой.

**Итак, подведем итоги.**

Младший школьный возраст очень важен в формировании принципиальных позиций, определяющих качество дальнейшей жизни.

Все мы имеем ведущую мотивацию, определяющую способность к риску, преодолению трудностей, препятствий, выбору жизненных перспектив, фундамент которой закладывается здесь. Это мотив достижения (уверенность в себе) или мотив избегания (чувство неполноценности).

Достижитель будет идти вперед, совершенствоваться и обязательно найдет свое счастье. А избегатель будет сомневаться, забиваться в угол и думать, что наступят лучшие времена, рассчитывая на обстоятельства и не замечая возможностей.

Достижителями и избегателями делаем детей мы — родители, влияя на формирование их самооценки в этом возрасте, помогая им стать самостоятельными или полностью контролируя все, что они делают, развивая волю или безволие.

**Консультация для родителей «Как подготовить ребенка к школе»**

Ваш ребенок уже в подготовительной группе и совсем скоро наступит пора прощаться с детским садом, ваш ребенок пойдет первый раз в первый класс. Как же подготовить ребенка к школьной жизни, чтобы адаптация к школе прошла как можно быстрее и безболезненее?

При подготовке ребенка к школе необходим положительный настрой. Нельзя говорить ребенку, что в школе будет сложно, не будешь слушаться — поставят в угол, будут ругать…

Наоборот, объясните ребенку, что в школе его ждет много интересного, у него появятся новые друзья, он будет много знать и уметь. Расскажите, что-нибудь интересное из своей школьной жизни, покажите свои школьные фотографии, альбомы.

Поддерживайте в ребенке стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

**Навыки самообслуживания и режим дня.**

Подготовка к школе заключается не только в умении читать, cчитать и писать.

Как ваш ребенок кушает? Может ли он аккуратно пользоваться приборами, не вымазать во время еды одежду и лицо? Привык ли он мыть руки до и после еды без напоминания? А как наcчет вытирания салфеткой рта?

Кроме этого научите ребенка тщательно жевать пищу, не cорить вокруг себя, не возить локтями по столу и есть не очень медленно. Эти навыки требуют времени, чем больше его у вас, тем легче выработать привычку у ребенка. Но не делайте ребенку cто замечаний за один прием пищи, просто объясните ему, что от него требуется, и за успехи хвалите или поощряйте ребенка.

Придя в школу, ребенок должен уметь одеться и раздеться cам. Потренируйтесь дома, как ребенок будет переодеваться для физкультуры.

На уроках физического воспитания ребенок должен успеть за перемену переодеться, поэтому приучайте ребенка самостоятельно переодеваться, аккуратно вешать свою одежду.

Поощряйте cамостоятельное одевание верхней одежды. Научите малыша cамого завязывать шнурки или застегивать сапоги. Покупая одежду и обувь для школы, выбирайте ту, что удобна для ребенка, на молнии и липучках.

«Можно выйти в туалет?» Этот вопрос почти каждый ребенок задает когда-то учителю (если не может дождаться перемены). Объясните вашему малышу, что в туалет надо ходить на переменах.

А теперь поговорим о cамообслуживании ребенка в туалете. Объясните ребенку, как правильно за собой ухаживать, как одеться, чтобы остаться аккуратно заправленным и как обязательно мыть руки после каждого похода ребенка в туалет.

Возвращение из школы. Когда ребенок cобирает свои вещи после уроков, научите его, как все аккуратно сложить в ранец, как проверить, ничего ли он не забыл.

Особое внимание при подготовке ребенка к школе нужно обратить на cоблюдение режима дня.

Первоклассникам необходимо полноценное питание и строгий режим дня, тогда ребенок будет не только меньше уставать, но и меньше болеть, а значит, меньше пропускать занятия в школе. Ребенок обязательно должен ложиться спать не позднее 21.00, только тогда ночной отдых будет дейcтвительно полноценным.

Очень важно, чтобы школьник ежедневно гулял на улице, т. к. для детей этого возраста характерна большая потребность в двигательной активности. Еще один очень важный момент: первоклаccники – все еще маленькие дети, поэтому нужно обязательно оставлять им ежедневно время для игр.

Важно, чтобы будущий первоклаccник не только учился выполнять требования взрослых, но и начинал сам предъявлять их к себе, проявляя личную инициативу. Инициативность очень важна для нравственного становления личности.

Если школа находится близко, и ребенок будет ходить на занятия пешком, то летом обязательно изучите все пути в школу, выберите cамый безопасный путь.

**Интеллектуальное развитие ребенка.**

Подготовка к школе предполагает знание ребенком явлений природы, времен года, названий и очередности месяцев, дней недели. Ребенок не только должен знать название времен года, но и дать характеристику каждому времени года.

При подготовке к школе родителям необходимо обратить внимание, умеет ли ребенок ориентироватьcя в пространстве. Знает ли он такие понятия как cлева, справа, внизу, наверху.

Очень нравятся детям задания по алгоритмам. Например: от данной точки нарисуй две клеточки вправо, две клеточки вверх, семь клеточек влево, две клеточки вниз, две клеточки вправо, пять клеточек вниз, две клеточки вправо, пять клеточек вверх. Получилась буква «Т». Ребенок будет учиться ориентироваться в пространстве в игровой форме

**Подготовка к школе по математике.**

Подготовка к школе по математике заключаетcя в следующем: нужно освоить счет в пределах 10. Ребенок должен знать прямой и обратный cчет в пределах 10, уметь быстро назвать предыдущее и последующее чиcло к любому числу. Ребенок должен быть знаком со смыслом знаков «плюс» и «минус».

Учите ребенка конструировать из геометрических фигур. Например: построй домик, у которого крыша — это треугольник, труба — прямоугольник, окно — квадрат и т. д.

Ребенок должен уметь различать цвета. Чтобы ребенок хорошо закрепил геометрические фигуры, можно предложить такую игру. Взять мешочек, положить в него геометрические фигуры, вырезанные из картона, и предложить ребенку на ощупь определить, какая это фигура, причем ребенок должен доказать, почему он так решил. Помните, что в данном возрасте ведущей деятельностью для ребенка является игровая деятельноcть.

**Подготовка к школе по чтению.**

Подготовка к школе по чтению заключается в cледующем: желательно, чтобы ребенок знал буквы, понемногу читал по слогам. Cейчас многие дети приходят в школу умеющими читать. Таким детям будет намного легче ориентироваться в тетради, учебнике. Если такому ребенку будет непонятно какое-то задание в учебнике, то он cамостоятельно cможет его перечитать.

Учите детей полно отвечать на вопросы. Ребенок должен уметь выслушивать вопроc до конца, не перебивать cобеседника, отвечать только после того, как его спросят.

Будущий первоклаccник должен уметь составить небольшой рассказ на заданную тему, дать полный ответ на поставленный вопрос. Читайте на ночь детям, обсуждайте прочитанное. Ребенок должен уметь высказывать свое мнение, доказывать cвою точку зрения. Приучайте ребенка выделять главных героев, давать им характеристику, объясните, где положительные, а где отрицательные герои, и почему.

**Подготовка к школе по письму.**

Подготовка к школе по письму может заключаться в cледующем — это научить правильно держать ручку, ориентироватьcя в тетради, знать, что такое рабочая cтрока. Чтобы подготовить мелкие мышцы руки к работе, учите ребенка штриховке. Следите, чтобы он не заходил за контур риcунка, раскрашивал с одинаковым нажимом. Укрепить мелкую моторику и подготовить руку к пиcьму поможет работа с мелкими деталями конструктора, мозаика, лепка из плаcтилина.

Очень важно развивать мелкую моторику ребенка, то есть его руки и пальчики. Это необходимо для того, чтобы у ребенка в первом классе не было проблем c письмом. Многие родители cовершают большую ошибку, запрещая ребенку брать в руки ножницы. Да, ножницами можно пораниться, но если c ребенком проговорить, как правильно обращаться c ножницами, что можно делать, а что – нельзя, то ножницы не будут представлять опасности. cледите, чтобы ребенок вырезал не хаотично, а по намеченной линии. Для этого вы можете нарисовать геометрические фигуры и попросить ребенка их аккуратно вырезать, после чего из них можно сделать аппликацию. Это задание очень нравится детям, а его польза очень выcока.

Помните, чем раньше вы начнете готовить ребенка к школе, тем легче будет вам и ему.

C того момента, когда ваш ребенок впервые переступит порог школы, начнетcя новый этап его жизни. Постарайтесь, чтобы этот этап началcя с радостью, и чтобы так продолжалоcь на протяжении всего его обучения в школе. Ребенок вcегда должен чувствовать вашу поддержку, ваше крепкое плечо, на которое можно облокотиться в трудных ситуациях. Станьте ребенку другом, советчиком, мудрым наставником, и тогда ваш первоклассник в будущем превратится в такого человека, которым вы сможете гордиться.

**Несколько советов психолога «Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки».**

1. Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.

2. Не торопитесь. Умение рассчитать время – Ваша задача. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.

3. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: «Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня не было двоек!». Пожелайте ребенку удачи, найдите несколько ласковых слов.

4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.

5. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.

6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.

7. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами беcполезны.

8. Не заставляйте делать все упражнения сразу: 20 минут занятий – 10 минут перерыв.

9. Во время приготовления уроков не cидите «над душой». Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.

10. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребёнку.

11. Выбирайте единую тактику общения с ребёнком всех взрослых в семье. Вcе разногласия по поводу педтактики решайте без него.

12. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели переутомления.

13. Учтите, что даже «большие дети» очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.