

Методические рекомендации для родителей будущих первоклассников.

Составитель Н.М. Татарина,
педагог-психолог ГБОУ РК ЦДК.

«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 Марианны Безруких, готовность к систематическому обучению в школе («школьная зрелость») – это тот уровень морфологического, функционального и психического развития ребенка, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья ребенка.

Психологическая готовность к школе включает физическую, интеллектуальную, мотивационную, волевую и коммуникативную готовность. Остановимся кратко на содержании этих факторов.

✓ Физическая готовность – это состояние здоровья будущего первоклассника, его физическое развитие, развитие анализаторных систем (слух, зрение, осязание и др.) развитие мелких групп мышц, координация движений в соответствии с возрастной нормой. Готовность организма ребенка к учебным нагрузкам.

✓ Интеллектуальная готовность – это желание ребенка узнавать новое, любознательность, развитие образных представлений, речи и мышления в соответствии с возрастной нормой, смысловое запоминание. Систематизированные знания об окружающем мире.

✓ Личностная и социально-психологическая готовность включает формирование позиции школьника. Умение слышать правила и работать в соответствии с ними. Умение общаться с другими людьми, учитывать интересы группы. Способность действовать совместно с другими детьми.

✓ Волевая готовность – это формирование произвольности и осознанности психических процессов и их интеллектуализация. Умение внимательно слушать говорящего и точно выполнять задания, подчинять свои действия правилам, сдерживать произвольные импульсы.

Зачастую современные родители с самого раннего возраста «готовят» детей к школе, приоритет в этой подготовке идет на развитие интеллектуальной готовности и приобретение специальных знаний. К сожалению, физиологическая, эмоционально-волевая, личностная и социально-педагогическая готовность отходят на второй план.

Способность ребенка удерживать внутреннюю позицию школьника: сосредоточиться вместо игры на учебе, понимать и выполнять требования педагога является залогом эффективного обучения ребенка в школе. Определенное количество детей с нормальным уровнем развития интеллекта, обладающие хорошими специальными навыками (умеют читать, писать), не могут влиться в школьную жизнь без проблем.

Наша задача, обратить внимание родителей на то, что помимо интеллектуальной готовности, существует ряд значимых моментов, влияющих на адаптацию первоклассников.

Специалисты считают, что биологический возраст ребенка должен, по возможности, соответствовать паспортному возрасту для того, чтобы ребенок мог вынести школьную нагрузку. **Ребенок готов к обучению в школе на морфофункциональном уровне, если:**

- Показатели массы тела и роста ребенка соответствуют возрасту. Биологический возраст находится в соответствии с паспортным. У ребёнка есть более 2х постоянных зубов.
- Ребенок болел вирусными заболеваниями три или меньше раз за предыдущий год.
- У ребенка нет хронических заболеваний, или они находятся в стадии ремиссии.
- У ребенка нет функциональных отклонений, психических отклонений или они незначительные.
- У ребенка нет дефектов звукопроизношения или есть 1-2 незначительных дефекта.
- Ребенок имеет 1, 2 группу здоровья.
- Ребенок может выполнить Филиппинский тест (тест учитывает длину конечностей, которая должна быть у ребенка 7-ми лет).

У 6-7 летних детей по данным М. Безруких идут интенсивные изменения в опорно-двигательном аппарате: «В этом возрасте каждая из 206 костей скелета значительно изменяется по форме, размеру, внутреннему строению». Длительная статическая нагрузка за партой, невозможность двигаться на перемене негативно отражаются на физическом и эмоциональном состоянии ребенка.

Для того чтобы будущий первоклассник сохранил здоровье и интерес к учебной деятельности, программа обучения, внеурочная деятельность и особенности воспитания должны соответствовать возрастным особенностям каждого конкретного ребенка.

Рекомендации родителям.

✓ Родители должны контролировать соблюдение режим дня. По нормам СанПиН продолжительность сна первоклассника должна составлять не менее 11.5 часов, включая 1.5 дневного сна, прогулка должна быть ежедневной 3-3.5 часа.

✓ Посещение кружков лучше начинать за год до школы или во втором классе. Внеурочные занятия не должны занимать все свободное от учебы время.

✓ Маме и папе стоит познакомить ребенка с алгоритмом того, как делать уроки, собирать портфель. Словом, рассказать первокласснику очевидные с точки зрения взрослых вещи, постепенно передать за них ответственность ребенку.

✓ Родитель должен учитывать особенности нервно-психического состояния своего ребенка, когда будет решать вопрос: можно ли ответственность за домашнее задание передать ребенку.

✓ У первоклассника должна быть уверенность в том, что взрослые готовы оказать ему помощь в случае затруднений, что он не один.

✓ Будет здорово, если родители, бабушки и дедушки договорятся, кто и когда забирает ребенка и куда ведет, хорошо, если ребенок знает заранее об этой логистике.

✓ По возможности ребенок должен быть по минимуму в продленке для того, чтобы отдохнуть от коллектива.

✓ Мама и папа, отправляя ребенка в школу, могут придумать какой-то ритуал, чтобы ребёнок легче переносил разлуку с ними и адаптировался к школе. Это может быть сладость, которая вручается малышу утром, воздушный поцелуй, смешные объятия.

✓ Важно, чтобы ребенок, когда идет в школу, получал от взрослых позитивное напутствие о том, что у него будет все хорошо. А в случае затруднений родители придут на помощь.

✓ Очень важно, чтобы родители отслеживали свои эмоции по отношению к школе, не роняли авторитет учителя. Если мама или папа нервничают, их ожидания не оправдываются, то они могут «заряжать» ребенка своим состоянием, усиливая нервно-психическое напряжение ребенка.

✓ Если первоклассник приходит со школы расстроенным, то первоначально, он нуждается в поддержке и утешении. Когда состояние ребенка станет спокойнее, родители могут обучать его тому, как справиться с возникшими сложностями.

✓ Родителям необходимо наблюдать за эмоциональным и физическим состоянием ребенка. При ухудшении состояния ребенка стоит,

не откладывая, выяснять причины и корректировать нагрузку первоклассника.

✓ Семье необходимо помнить, что школа – это только часть жизни, помимо учебы у ребенка и родителей должны сохраниться совместный досуг, прогулки, общение.

Приложение

Игры и приемы для развития произвольной регуляции у старших дошкольников - младших школьников.

1. Научить ребенка самостоятельно собирать рюкзак на тренировку, портфель в школу.
2. Научить ребенка подбирать себе одежду для выхода на улицу по сезону.
3. Обучать ребенка умению планировать свои дела, оречевляя свою деятельность.
4. Учить ребенка прогнозировать последствия своего поведения. «Если я буду..., то...».
5. Учить ребенка анализировать свое эмоциональное состояние.
6. Играть с ребенком в игры на внимание: «Лото», «Домино», «Добль», «Найди отличия», «Съедобное – несъедобное», «Что изменилось».
7. Играть в игры на саморегуляцию: «Раз, два, три, говори», «Море волнуется раз», «Сделайте, пожалуйста», «Да и нет - не говорим, черное и белое не называй», «Замри – отомри», «Замороженный».