

ШКОЛА В РАДОСТЬ...

Для вашего маленького школяра с первого сентября буквально мир перевернётся. И чтобы он не пропал в нём, не захлебнулся в огромном потоке новой информации, надо психологически его подготовить к переменам. Психическое здоровье от физического отрывать нельзя. Необходимо обращать серьёзное внимание на физическое здоровье ребёнка: обязательны усиленная витаминная терапия, закаливание, хороший летний отдых. Потому что даже если ребёнок в первые дни учёбы отстаёт от своих сверстников – плохо читает, считает, пишет, – но физически крепок, он быстро выправится, наверстает упущенное в процессе регулярных занятий с учителем и родителями. А если он будет часто болеть, пропускать занятия, отставать, он довольно быстро заработает себе кучу комплексов, а то и нервное расстройство. Родителям надо чётко уяснить, ребёнок не второе «я» мамы-папы, он личность сам по себе, у него свой путь, своя судьба. Поэтому категорически нельзя через ребёнка реализовывать то, что не получилось у вас самих. Так что, выбирая школу, программу обучения, отталкивайтесь от способностей ребёнка, а не от своих амбиций.

Один из первых и основных показателей готовности ребёнка к школе – умеет ли он рисовать, лепить, пользоваться ножницами, ориентируется ли на листе бумаги. Развитость мелкой моторики – главный, пожалуй, показатель готовности к усвоению навыков письма, чтения, правильной речи: руки, голова и язык связаны одной верёвочкой, и любые нарушения в этой цепи приводят к отставанию. Обратите серьёзное внимание на речь будущего первоклассника. Навык устной речи очень важен. Учить ребёнка внимательно слушать, обязательно пересказывать услышанное, разумно отвечать на вопросы. Обязательно предоставляйте ребёнку возможность договаривать фразу до конца, уточните, правильно ли вы его поняли. Итак, ребёнок уверенно держит в руках кисточку, карандаш, ножницы. А надолго ли его хватает? Сколько времени подряд он способен сосредоточенно заниматься одним делом? Если хотя бы минут двадцать, уже неплохо. Но ведь этого мало. Если вы сомневаетесь в способностях к усидчивости вашего чада, тренируйте его в оставшееся время. Не начинайте «силовое давление» на ребёнка буквально с первых дней: ты должен, другие лучше тебя. Заканчивается это слезами, страхом, а иногда и полным нежеланием вообще ходить в школу. А ведь самая главная задача первого класса – не вызвать отвращения к процессу учёбы, остальное приложится. Каждый ребёнок, приходя в школу, начинает испытывать разные страхи, неуверенность в собственных силах. Эти явления сами по себе нормальны, психологи называют их «социальные страхи». Если ребёнок подготовлен заранее, эти страхи помогают ему развиваться. Если не подготовлен – следуют нервные срывы, болезни. Нередко в первом классе прежде практически здоровые дети начинают болеть. Дело тут не в том, что они начинают простужаться. А в том, что боятся, не умеют справиться со своими страхами перед нагрузками, перед опасностью оказаться несостоятельными, перед тем, что не оправдали надежды родителей. Начинаются невротические расстройства, а за ними болезни. От страхов надо избавляться. И в этом вам поможет, например, подробное предварительное знакомство со школой: сводите в неё ребёнка, осмотрите всё подробно, познакомьте ребёнка заранее с учительницей. Обязательно отдайте ребёнку для знакомства все канцелярские принадлежности, портфель: не на уроке же узнавать, как открывается пенал, защёлкивается замок ранца. Самое страшное для первоклассника –

оказаться между молотом и наковальней: между школой, которая требует, давит, ругает, и между родителями, которые тоже требуют, давят, ругают. Пусть хоть что-то одно будет вызывать положительные эмоции – или дом, или школа. Ребёнку, особенно в новой ситуации, совершенно необходима защита, и этой защитой в первую очередь должны стать вы, дорогие родители. А сейчас несколько несложных правил, которые помогут и вам, и ребёнку легче перейти в новое, первоклассное состояние.

Первое правило.

Не пропускайте такой прекрасный повод порадоваться жизни как первое сентября! Обязательно устройте праздник и себе, и виновнику торжества

Правило второе.

У семилетнего человека поменялось всё – сфера общения, ритм жизни, отношение к нему окружающих. Это и называется нагрузками – психическими и физическими. И, чтобы не перегрузить его, нужно соблюдать режим, то есть разумно чередовать нагрузки и отдых. Уроки лучше делать, начиная со сложного, между письменными и устными делать перерыв. Если усталый взрослый падает на диван, усталый ребёнок становится гиперактивным – двигается, как машина без тормозов. Направьте его энергию в нужное русло: спортивная секция поможет ему сбросить энергию и отдохнуть.

И не пилите его из-за ерунды! А лучше покажите, как вам интересны его новые дела, как важно это для вас: сходите в школу, познакомьтесь с его одноклассниками, расспрашивайте его обо всё. И обязательно хвалите!

Список литературы:

1. Безруких М.М. Ступеньки к школе. М.: Дрофа, 2001 г.
2. Агафонова И.Н. Социально-психологическое обучение детей 6-10 лет Программа "Я и мы". СПб.: Экспресс, 2001 г.
3. Шишова Т.Л. Подсказки для родителей. Чтобы ребенок не был трудным. СПб.: "Речь" 2008 г.
4. Моница Г.Б., Лютова Е.К. Тренинг эффективного взаимодействия. СПб.: Издательство "Речь", 2005