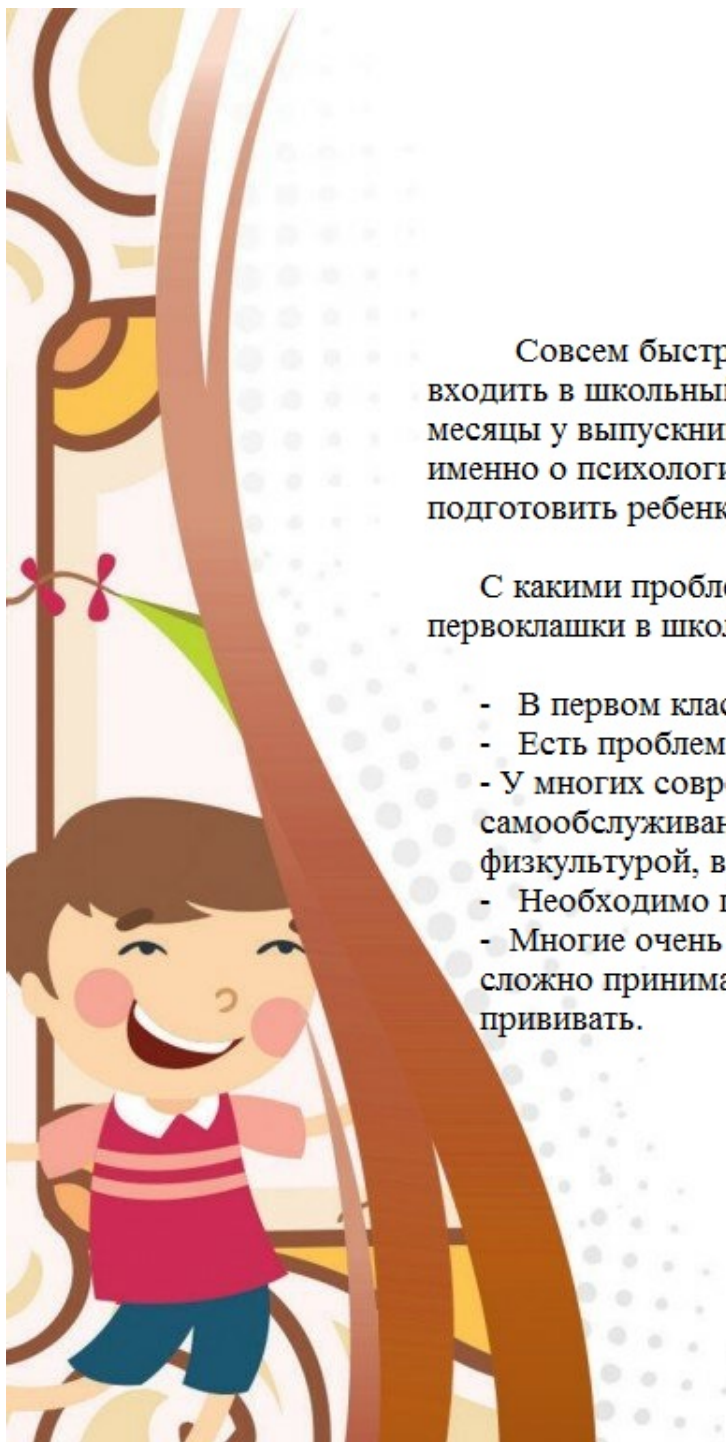


«Шесть приемов» подготовки к школе

Совсем быстро пролетит лето, и начнется новый учебный год. Особенно сложно входить в школьный график будет первоклашкам. По мнению учителей и психологов, первые месяцы у выпускников детских садов уйдут на адаптацию к новым условиям, речь идет именно о психологической перестройке жизни малышей. О том, как же психологически подготовить ребенка к новому этапу жизни, мы поговорим с Вами в данной статье.

С какими проблемами и трудностями с психологической точки зрения сталкиваются первоклашки в школе?

- В первом классе дети чаще всего страдают от смены режима.
- Есть проблема неусидчивости, они не могут более 20 минут вы сидеть на месте.
- У многих современных детей не сформированы навыки самостоятельности, самообслуживания, они не могут подготовиться к уроку, теряют вещи во время занятий физкультурой, в раздевалке, забывают про портфели.
- Необходимо привыкать к учителю, к его манерам поведения, к его голосу и т.д.
- Многие очень негативно реагируют к обращению по фамилии, они обижаются, им сложно принимать себя как отдельную самостоятельную личность, но это необходимо прививать.





Как же помочь справиться ребенку с новыми обстоятельствами? Для того, чтобы процесс адаптации проходил наиболее безболезненно, **родителям необходимо приложить усилия уже в летний период.**

1. Первый прием – это первое посещение школы вместе с ребенком. Ребенок должен почувствовать ваш эмоциональный настрой. Если родитель положительно настроен и оптимистичен, по отношению к школе, то ребенок очень глубоко усваивает данную установку, и у него в будущем не будет возникать тревожности от посещения школы.
2. Второй прием — родителям желательно организовать посещение ребенком школьного лагеря во время летних каникул. Так он сможет быстрее оценить ситуацию и приспособиться, дошкольник уже в летний период осваивает пространство, в котором ему предстоит обучаться. В начале учебного года, ему не придется тратить силы и время, чтобы ориентироваться в школьных стенах, у него будет больше шансов проявлять любознательность к самим школьным предметам, а не к стенам школы.
3. Третий прием – в августе за 2-3 недели до начала учебного года необходимо урегулировать режим дня, который будет действовать в учебный период, утренний подъем должен соответствовать тому времени, когда вам придется просыпаться в учебное время. Постепенно приучая ребенка к режиму дня, родители помогут ребенку облегчить период адаптации к новым обстоятельствам.
4. Четвертый прием — при выполнении занятий, взрослым важно соблюдать положительный настрой, чтобы не отпугнуть ребенка.
5. Пятый прием — занятия лучше проводить в игровой форме, обязательно делая перерывы для отдыха и игр. *Максимальная концентрация внимания у детей в этом возрасте 20 минут*, после этого наступает утомление, через 5-7 минут смены деятельности, ребенок снова готов активно трудиться. При этом он должен понимать, что его труды достойно поощряются взрослыми, подкрепляются похвалой.
6. Шестой прием — ребенку будет гораздо легче приспособиться к новым условиям, если с ним в классе будет обучаться кто-то из его знакомых. Постарайтесь организовать для ребенка возможность общения со сверстниками, по возможности с будущими одноклассниками.

На сегодняшний день в большинстве школ города есть школьные психологи, поэтому, если Вы чувствуете, что не справляетесь самостоятельно с возникшими у ребенка трудностями в период адаптации – лучше обратитесь за помощью к специалисту. Зачастую, пары консультаций может быть вполне достаточно для восстановления гармонии в новом для малыша мире.

Желаем Вам успехов!