

Как морально подготовить ребенка к школе



Чтобы первый год в школе не стал для ребенка катастрофой, родителям нужно помочь ему. Не страшно, если малыш не умеет читать или считать. Речь в первую очередь идет о психологической подготовке и адаптации к переменам. Рассмотрим советы психологов для мам и пап.

Помогите ребенку адаптироваться

Заранее познакомьте малыша с классным руководителем, учителями и одноклассниками, если это возможно. В некоторых школах есть подготовительные занятия: это отличная возможность адаптироваться и привыкнуть к разлуке с мамой и папой. Проконсультируйтесь с психологом, если переживаете, что ребенку будет сложно: специалист поможет выбрать методы, подходящие именно вашему малышу.

Помогите привыкнуть к новому распорядку дня

Новый, непривычный график может стать большим стрессом для ребенка. Больше не будет тихого часа, а вечером придется выполнять домашнее задание. Чтобы перенести переход к новому распорядку дня легче, вводите его постепенно, за несколько недель или месяцев до школы.

Мотивируйте учиться хорошо

Поначалу дети с радостью идут в школу. Новые друзья, атмосфера, веселые перемены. Но со временем ребенок привыкает к этому и понимает, что учеба — это в первую очередь труд. В результате он капризничает, не хочет делать домашние задания, постоянно устает.

Чтобы этого избежать, психологи советуют в самом начале поговорить с ребенком и объяснить ему, что такое школа, и для чего он ее посещает. В этом помогут интересы малыша. Например, ребенок мечтает стать врачом. Расскажите ему, что для этого нужно научиться писать, читать и считать, изучать окружающий мир. Важно подкреплять интерес ребенка: ходите с ним на профильные мероприятия, запишите на кружок, делайте поделки.

Научите правильно распределять время

Ребенок должен уметь планировать свой день. Понимать, сколько времени длится урок, сколько всего занятий каждый день, как долго он пробудет в школе. Возьмите за правило с вечера проговаривать план задач на следующий день.

Психологи утверждают: у ребенка должно быть понимание личного времени, когда он может отдохнуть или заняться тем, что интересно. Родителям нужно контролировать, чтобы учеба не занимала весь день. Также должны быть дела, которые наполняют ребенка энергией и положительными эмоциями: игры с друзьями во дворе, рисование, просмотр мультфильма.

Подготовьте рабочее место

При подготовке ребенка к школе важно уделить внимание месту, где он будет учиться и выполнять домашние задания. Следующие рекомендации помогут это сделать:

1. Стул должен иметь спинку, которая снизит нагрузку на позвоночник ребенка. Лучше, если ее можно регулировать: дети быстро растут, и скоро привычный стул станет неудобным.
2. Высота стола — несколько сантиметров ниже груди ребенка. Он должен быть достаточно широким, чтобы на нем поместились учебники, тетради, компьютер.
3. Стул и стол должны быть таких размеров, чтобы ребенок мог без труда поставить ноги на пол, а руки положить ниже груди.
4. На монитор компьютера школьник должен смотреть прямо, либо экран должен располагаться чуть ниже.
5. Основного освещения для комфортной работы недостаточно. Купите настольную лампу: так нагрузка на зрение ребенка будет меньше.

Если ребенку удобно и уютно, он будет с удовольствием выполнять задания.

Подберите игры и задания для подготовки к школе

Они помогут улучшить когнитивные навыки (память, внимание, мышление, логику и т. д.) и повысить интерес к обучению:

Игра для развития внимания «Найди и обведи». Дайте ребенку вырезку из журнала или газеты и дайте задание найти определенную букву. Со временем усложняйте задачи: например, найти буквы только после согласных.

Игра для развития памяти «Пары слов». Составьте 5–10 пар слов, обязательно связанных между собой. Например, ложка — суп, песок — пляж, цветок — букет. Повторите все пары, после чего называйте только первое слово. Ребенок должен вспомнить, какое слово в паре было вторым.

Игра для развития мышления «Кто лишний». Используйте картинки или слова. Можно подготовить четыре иллюстрации: яблоко, груша, банан, роза. Спросите, какое изображение лишнее и почему. Задача ребенка — аргументированно ответить на вопрос.

Игра для улучшения речи «Я всё знаю». Назовите конкретный предмет, например, книгу, и попросите ребенка описать его. Если ему трудно, задавайте наводящие вопросы о материале, оттенке, группе предметов, назначении и т. д.

Задание для развития мелкой моторики «Раздели». В чашку насыпьте два вида круп, например, рис и пшено. Попросите ребенка разделить их.