

В первый раз в первый класс: подготовка к школе

Как подготовить ребенка к школе так, чтобы нахождение на уроках и общение с одноклассниками не стало причиной стресса.



Ростов. Памятник «Учительница первая моя»

Многие из нас с удовольствием вспоминают школьные годы, считая их беззаботным временем. Однако, если напрячь память, каждый обнаруживает, что за партами проходила довольно напряженная жизнь, наполненная как радостными, так и непростыми событиями и отношениями с одноклассниками и учителями. Неудивительно, что первый класс может принести малышу множество стрессов: беззаботная детская жизнь в одно мгновение наполняется серьезными испытаниями, которые не так-то просто преодолеть!

Пообщавшись с психологами и родителями, а также опираясь на свой собственный опыт, Рамблер.Семья вывела свод правил, которые помогут подготовить малыша к школьным будням.

Заинтригуйте малыша!

Радостно бегущие на занятия первоклашки со временем могут быть несколько разочарованы, осознав, что жизнь в школе все несколько сложнее, чем они думали. Заинтересуйте ребенка тем, что теперь он будет, как и мама, ходить на свою, детскую «работу» — малыши любят подражать взрослым. И пусть иногда обучение будет вызывать сложности и вопросы, но оно непременно станет интересным занятием. К тому же в школе можно завести друзей!

Превратите школьную жизнь в приключения



Ругать ребенка и заставлять его что-либо делать непродуктивно, это чревато жизнью в стрессе и для малыша, и для его родителей. Лучше объяснить сыну или дочке, для чего вообще нужно ходить в школу.

Можно сделать это в игровой форме, сделав на листе ватмана «Занимательную карту»: нарисуйте острова, на которых схематически изображены цифры, буквы, книжки, мячи и т. п., символизирующие школьные предметы.

Дружеские шаржи на учительницу и одноклассников с разными характерами и лицами, фигурка маленького путешественника по карте героя, игры, направленные на проговаривание различных ситуаций, происходящих с малышом в процессе обучения, помогут ребенку полюбить школьные будни и подготовиться к неожиданностям. Ведь, согласно японской психологической системе «кайдзен», многократное мысленное проигрывание грядущей стрессовой ситуации помогает человеку пережить ее легче и разумнее.

Если у вас нет времени или желания рисовать, обсудить проблемы малыша можно в доверительной беседе, главное – не впадать в занудство и нравоучительность. Ваша задача – представить и интересное, и трудное в увлекательной и ободряющей форме.

Поддержите свое чадо



Поддержка родителей первокласснику просто необходима! Забирать ребенка из школы, помогать ему с домашними заданиями и выслушивать рассказы о событиях, которые с ним происходят, – занятия, требующие изрядной доли самообладания. Участливость, доброжелательность и готовность выслушать и помочь малышу, не впадая в истерику, усилят вашу эмоциональную связь и сделают отношения дружескими. Что бы ни происходило в школе, помните, что все плохое обязательно пройдет, поэтому главная задача – не потерять доверие ребенка, не дать ему

«закрыться» от вас.

Психолог Павел Цимбаленко утверждает: «Я бы хотел сослаться на Толстого и напомнить, что воспитываем других мы, прежде всего, воспитывая себя самих. Поэтому, чтобы дисциплинировать и правильно подготовить детей к общению в школе, важно обратить внимание и на свое поведение: понаблюдать, на что мы раздражаемся, как реагируем в конфликтных ситуациях, насколько дисциплинированы сами. Как будет чувствовать себя в школе ребенок, если будет полностью копировать нас?»

Помогите ребенку освоиться

Если ваш ребенок не ходил в детский сад, а до школы еще есть немного времени, обязательно запишите его в подготовительную группу или на творческие занятия, на которых он сможет общаться с ровесниками. Навык общения поможет ребенку быстрее подружиться с одноклассниками, тем самым уменьшив стресс от пребывания в школе.

Расскажите о том, за что вы любили школу

Вспомните все самое позитивное, что было у вас в школе, попросите родственников и знакомых рассказать ребенку, какие веселые ситуации происходили с ними на уроках или о том интересном, что им удалось узнать во время обучения. Малыш, вдохновленный интересной информацией о вашем детстве, обязательно начнет ходить в школу с большим энтузиазмом.

Сделайте учебу позитивнее

Красивый портфель и необычно оформленные канцелярские товары помогут сделать ярче даже самый печальный школьный день! Девочкам наверняка понравится складывать

разноцветные фломастеры в стильный пенал, а у мальчиков вызовет восторг канцелярия с изображениями любимых героев мультфильмов.

Приучайте малыша к ответственности



Например, поручите ему какое-то занятие по уборке дома или уходу за домашними животными – так малыш будет привыкать к мысли, что в его графике есть не только игры и развлечения, но и обязанности.

Соня, мама: *«Важно пояснить ребенку, что наступает новый, более взрослый и ответственный период в жизни, детям ведь хочется повзрослеть. Пусть первое сентября будет настоящим праздником – с подарками, шариками, поздравлениями. Кроме того, важна небольшая подготовка к общению с учителем, к его особой роли. Надо пояснить сыну или дочке, что работа*

учителя сложна, что к нему необходимо проявлять уважение. И нужно уделить особое внимание предварительной подготовке к школе: чем большим объемом знаний и навыков будет обладать ребенок, тем меньше будет его нагрузка в общем».

Как подготовить ребенка к школе: мнение педагога

Педагог Мария Чипинова тоже дает свой список советов мамам будущих первоклашек.

Организируйте ребенку ежедневные домашние занятия. На каждый день запланируйте определенный предмет или несколько предметов, у ребенка должно быть строгое расписание. Пусть дошкольник привыкает к минимальной нагрузке, которая со временем будет увеличиваться.

Анна, мама: *«Важно выработать у ребенка простую усидчивость. В школе ему придется сидеть на одном месте по 40 минут подряд, чего раньше ему делать не приходилось. То есть стоит обратить на это отдельное внимание. И научить его содержать в порядке портфель, так как иначе все вещи будут постоянно теряться».*

Воспитывайте в ребенке уважение к власти. Пока ваш ребенок еще маленький (дошкольного возраста), властью и авторитетом для него являются родители. Если он неуважительно относится к своим родителям, то ему сложно будет строить отношения с учителями, поэтому ваша задача – научить малыша почитать взрослых.

Установите режим дня. Приучите ребенка вставать рано утром. Тогда первоклассник успеет позавтракать, собраться и повторить недоученное (ведь наш мозг наиболее эффективно запоминает информацию утром!).

Приучите ребенка к порядку и самостоятельности. Иногда даже во втором классе попадают дети, которые не знают, как завязываются шнурки, и подолгу собирают вещи к уроку, тормозя тем самым всю группу.

Познакомьте малыша со школой. Сделать это нужно перед тем, как он официально в нее пойдет. Важно показать ему место, где он будет учиться, устроить экскурсию по школе.

Научите сына или дочь позитивно воспринимать перемены, узнавать новое, принимать ошибки как что-то временное и достигать целей, несмотря на неудачи.