**Уважаемые родители!**  
  
  
Предлагаем вашему вниманию советы школьного психолога:

  
  
  
***РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ***  
  
***Несколько слов о готовности к школе.***  
  
  
**В готовности к школе выделяют три компонента:**

* Интеллектуальный;
* эмоционально-волевой;
* социальный.

**В интеллектуальной сфере характеристиками достижения школьной зрелости являются:**

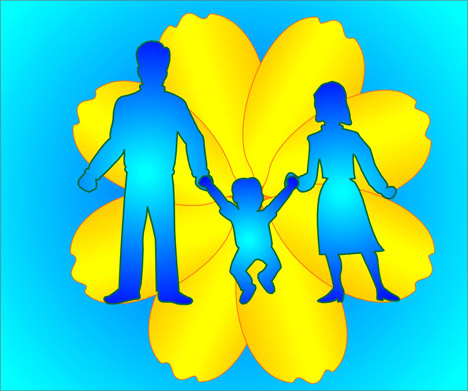
* Наличие у ребенка некоторого круга знаний и представлений о предметах окружающей действительности, развитие познавательных процессов (внимания, памяти, мышления, восприятия, воображения, речи и др.), сформированность предметно-специфических знаний, необходимых для школьного обучения (математические представления, речевая подготовка, пространственно-графическая подготовка). Можно сказать, что интеллектуальная зрелость отражает функциональное созревание структур головного мозга.
* Фактор интеллектуального развития является необходимым, но недостаточным условием успешного перехода ребенка к школьному обучению. Часто в практике встречаются “умненькие” дети, но с большими трудностями в поведении и общении.
* В эмоциональном плане школьная зрелость характеризуется достижением определенного уровня эмоциональной устойчивости, снижением количества импульсивных реакций, на фоне которых осуществляется процесс обучения, а также умение регулировать свое поведение, возможность достаточно длительное время выполнять не очень привлекательное задание.
* Социальная зрелость определяется, прежде всего, сформированностью потребности ребенка общаться с другими детьми, участвовать в групповом взаимодействии, принимать и подчиняться интересам и обычаям детских групп. Этот компонент школьной зрелости включает в себя формирование у детей качеств, благодаря которым они могли бы эффективно общаться с другими участниками учебного процесса (одноклассниками и учителями). В более широком понимании социальная зрелость – это способность ребенка выполнять социальную роль школьника.

**Причинами школьной незрелости могут быть:**

* Недостатки в воспитательной среде (необходимы: систематические занятия с ребенком)
* Недостатки соматического развития ребенка. (Необходима: консультация с врачом и лечение ребенка) болезненные дети менее устойчивы к различным нагрузкам, быстрее устают, утомляются.
* Невротическое развитие характера. (Необходима: консультация психолога, медицинского психолога с последующей коррекцией поведения)
* Пренатальное или раннее постнатальное повреждение центральной нервной системы. (Необходима: консультация у невропатолога и лечение). Сотрудничество с педагогом, психологом в сопровождении ребенка в 1 классе особенно.

**Рекомендации родителям будущих первоклассников:**

1. Формируйте у ребенка положительное отношение к школе. Все то, что говорится в семье о школе должно вызывать положительное эмоциональное отношение, большой интерес к новой социальной позиции школьника. Важно, чтобы сообщаемая информация вызывала живой отклик, чувство радости, сопереживание. Очень важно, чтобы школа привлекала ребенка тем, что там надо учиться, чтобы у ребенка было развито желание писать, читать, считать.
2. Учите ребенка правильно оценивать свои успехи и неудачи. Ребенок учится оценивать себя, наблюдая за тем, как оценивают его взрослые. Надо хвалить ребенка за сам процесс решения проблемы, за старание, даже если у него не получилось решить проблему с первого раза.
3. Ребенок должен знать правила общения, уметь вступать в контакт со сверстниками и взрослыми, быстро осваиваться в новой обстановке.
4. У ребенка должна быть сформирована волевая готовность, которая заключается в способности ребенка напряженно трудиться, делая то, что от него требует учитель, режим школьной жизни. Ребенок должен уметь управлять своим поведением, умственной деятельностью. Для того, чтобы это достичь необходимо ставить перед ребенком такую цель, которую бы он не только понял, но и принял ее, сделав своей. Тогда у ребенка появится желание в ее достижении. Кроме того вам необходимо направлять, помогать ребенку в достижении цели. Приучайте ребенка не пасовать перед трудностями, а преодолевать их. Воспитывайте его стремление к достижению результата своей деятельности в рисовании, играх-головоломках и т.п.
5. Ребенок должен обладать хотя бы элементарными навыками самоорганизации. У ребенка должна быть сформирована организованность, умение организовать рабочее место, своевременно начинать работу, уметь поддерживать порядок на рабочем месте в ходе учебной работы
6. Стремитесь к поддержанию дружеских отношений с вашим ребенком. При этом стремитесь сделать полезным каждое мгновение общения с ребенком. Если ребенок помогает вам выпекать праздничный пирог, познакомьте его с основными мерами объема и массы. Продуктовые универсамы — очень подходящее место для развития внимания и активного слушания ребенка. Попросите ребенка положить в корзину: три пачки печенья, пачку масла, батон белого и буханку черного хлеба. Свою просьбу изложите сразу и больше не повторяйте. Ребенок помогает вам накрывать на стол. Попросите его поставить на стол четыре глубокие тарелки, возле каждой тарелки справа положить ложку. Спросите: сколько ложек тебе понадобится? Ребенок готовится ко сну. Предложите ему вымыть руки, повесить полотенце на свой крючок, выключить свет в ванной. Проходя по улице или находясь в магазине, обращайте внимание ребенка на слова-надписи, которые окружают нас повсюду. Объясняйте их значение. Считайте деревья, шаги, проезжающие мимо машины
7. Учите ребенка самостоятельно принимать решения. Умение делать самостоятельный выбор развивает в человеке чувство самоуважения. Посоветуйтесь с ребенком о меню семейного воскресного обеда. Пусть он сам выбирает себе блюдо за праздничным столом и подбирает одежду, соответствующую погоде. Планирование семейного досуга всех членов семьи на выходные дни - еще более сложное дело. Приучайте ребенка считаться с интересами семьи и учитывать их в повседневной жизни.

  
  
  
***Принципы отношений родителей с детьми***

* Я хочу, чтобы меня любили. Поэтому я буду открыт моим детям.
* Я так мало знаю о сложных лабиринтах детства. Поэтому я буду с удовольствием учиться у детей.
* Я лучше всего усваиваю знания, полученные в результате собственных усилий. Поэтому я объединю свои усилия с усилиями ребенка.
* Я люблю, чтобы меня принимали таким, каков я есть. Поэтому я буду стремиться сопереживать ребенку и ценить его.
* Я - единственный, кто может прожить мою жизнь. Поэтому я не буду стремиться к тому, чтобы управлять жизнью ребенка.
* Я черпаю надежду и волю к жизни внутри себя. Поэтому я буду признавать и подтверждать чувство самостоятельности ребенка.
* Я чувствую страх, когда я беззащитен. Поэтому я буду прикасаться к внутреннему миру ребенка с добротой, лаской, нежностью.
* Я не могу полностью оградить ребенка от страха, боли, разочарования и стрессов. Поэтому я буду стараться смягчать удары.

***Правила общения***

* Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком.
* Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или непозволительными они ни были.
* Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перейдет в неприятие его.
* Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите.
* Признайте ребенка здесь и сейчас, на основе настоящих событий.
* Сохраняйте дружелюбный тон!

***Как поддержать самоценность ребенка***

* Безусловно принимайте ребенка.
* Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
* Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)
* Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.
* Помогайте, когда он просит.
* Поддерживайте каждый успех.
* Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.
* Конструктивно решайте конфликты.
* Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.
* Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

|  |  |
| --- | --- |
| http://edu.convdocs.org/tw_files2/urls_9/5/d-4972/4972_html_m7f5f3c5b.jpg | ***Как привить детям***  ***интерес к чтению?*** |

* Пусть дети видят, как вы сами читаете с удовольствием: цитируйте, смейтесь, заучивайте отрывки, делитесь прочитанным и т.п.
* По очереди читайте друг другу рассказы или смешные истории. Развлекайте себя сами вместо того, чтобы смотреть телевизор. Поощряйте дружбу ребенка с детьми, которые любят читать.
* Показывайте, что вы цените чтение: покупайте книги, дарите их сами и получайте в качестве подарков.
* Пусть дети сами выбирают себе книги и журналы (в библиотеке, книжном магазине и т.п.).
* Почаще спрашивайте мнение детей о книгах, которые они читают.
* На видном месте дома повесьте список, где будет отражен прогресс ребенка в чтении (сколько книг прочитано и за какой срок).
* В доме должна быть детская библиотечка.
* Выделите дома специальное место для чтения (укромный уголок с полками и т.п.).
* Разгадывайте с детьми кроссворды и дарите их им.
* Собирайте книги на темы, которые вдохновят детей еще что-то прочитать об этом (например, книги о динозаврах или космических путешествиях).
* Детям лучше читать короткие рассказы, а не большие произведения: тогда у них появляется ощущение законченности и удовлетворения.
* Предложите детям до или после просмотра фильма прочитать книгу, по которой поставлен фильм.
* Поощряйте чтение детей вслух, когда это только возможно, чтобы развить их навык и уверенность в себе.

|  |  |
| --- | --- |
| http://edu.convdocs.org/tw_files2/urls_9/5/d-4972/4972_html_m56dc241c.jpg | ***Советы***  ***родителям первоклассника*** |

* Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.
* Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.
* Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.
* Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.
* Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.
* Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.
* Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.
* Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.
* После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).
* Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.
* Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.
* Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.
* Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.
* Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!
* Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.

|  |  |
| --- | --- |
| **Чему**  **необходимо научить ребенка?** | http://edu.convdocs.org/tw_files2/urls_9/5/d-4972/4972_html_m5e2d5b3a.jpg |

*Любить себя.* Любовь к себе - наиболее фундаментальная и существенная из всех способностей. Пока ребенок не будет ценить собственную жизнь, он не станет деятельным, а значит, не сможет реализовать себя.  
  
  
*Интерпретировать поведение.* Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Если ребенок научился понимать и объяснять поведение людей, он не будет склонен огорчаться в подобных ситуациях.   
  
Ребенка надо учить объяснять собственное поведение. Он сможет объяснить, как он вел себя на уроке, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом чувствует. Тогда он лучше сможет понять, чего от него хотят, что он делает не так и почему с ним это случается.  
  
  
*Общаться с помощью слов.* Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, словами, помогает другим лучше понять себя и этим снимает многие проблемы и неприятности. Вот он, как кажется учителю, заупрямился, не стал отвечать и весь день ничего не делал. Учителю не будет так казаться, если ребенок просто скажет, что сначала он очень испугался, потому что его никогда не спрашивали первым, а потом огорчился, что ему поставили двойку, и весь день было так обидно, что знал стихотворение и не ответил, что хотелось плакать.  
  
  
*Понимать различия между мыслями и действиями.* Ребенок не может чувствовать одно, думать о другом, а действовать в третьем. У него детская, чистая коммуникация. Если он о чем-то переживает, надо научить его говорить о своих чувствах, а не переводить их в постоянные мысли, которых он боится или стесняется. Тогда его душевная боль проходит, и детское сознание может воспринимать учебную или другую задачу, которую он реализует в действии. Поэтому рекомендуется помогать ребенку отреагировать свои негативные эмоции через рассказ, игру, драматизацию, ри­сунок, пантомиму: «Нарисуй, покажи, расскажи, проиграй, что тебя **сейчас тревожит, а потом мы начнем с тобой делать уроки!»**  
  
  
*Интересоваться и задавать вопросы.* Все разговоры о подготовке детей к школе, интересе к учению, познавательных способностях окажутся излишними, если мы перестанем интересоваться и реагировать на заме­чательные вопросы, которые дети задают себе и окружаю­щим: «Почему солнце не падает с неба?», «Почему рыба не захлебывается в воде?», «Почему люди стареют?»...  
  
Если мы хотим поддерживать инстинкт любознательности, мы должны убедиться, что уже к пяти годам ребенок упивается своими вопросами и знает, что есть способы, как найти на них ответы. Детей надо учить самих вылавливать ответы на вопросы, помогать искать и находить их.  
  
  
*Понuмать, что на сложные вопросы нет простых ответов.* Ребенок столкнется в жизни с серьезными вопросами, социальными и научными проблемами. Не надо постоянно твердить ему: «Ты еще маленький», «Не твоего это ума дело», «Вырастешь - поймешь». Можно приоткрыть завесу и показать, что не на все вопросы есть однозначные ответы. Этим мы будем развивать стереоскопическое, глобальное, а не только черно-белое мышление ребенка.  
  
  
*Не бояться неудач.* Чтобы научиться чему-либо, ребенок не должен бояться ошибок и неудач. Детям надо помочь понять, что на ошибках можно учиться. Тем более нельзя за это унижать и наказывать детей. Ребенок, который боится ошибок и неудач, вырастет неуверенным в себе человеком, настоящим неудачником.  
  
  
*Доверять взрослым.* Ребенку необходимо доверять взрослым, но доверие разрушается, если родители в угоду ребенку постоянно играют с ним в разные игры и обманывают: «Съешь кашу, станешь большим», «Мама всегда говорит правду», «Папа самый сильный и смелый».  
  
Иногда родители думают, что ребенок не станет им доверять, если узнает об их слабостях. Мы не нарушим доверия ребенка, если признаем человеческое несовершенство.  
  
  
*Думать самому.* Чувство собственной уникальности и способности к вы­бору - жизненно важная часть человеческого существова­ния. Этой способности легко научить, если просто поощрять ребенка в том, чтобы он высказывал свое суждение, не боясь, что его накажут или будут над ним смеяться. Никто из нас не хочет воспитать человека, слабого духом или слабого интеллектуально. Мы хотим, чтобы наши дети принимали серьезные решения, обладали здравым смыслом и собствен­ными убеждениями. Для этого не надо ждать, пока ребенок окончит школу или станет совершеннолетним. Надо уже сегодня демонстрировать свое уважение к личности ребенка.  
  
  
*Знать, в чем можно полагаться на взрослого.* К пяти годам ребенок должен знать, что существует много ситуаций, с которыми он не может справиться. Он не может справиться с компанией старших детей, с диким поведением группы и многими другими случаями. Нам необходимо объ­яснить детям, что взрослые, родители могут быть настоящи­ми друзьями ребенка, которые приходят на помощь в трудную минуту, которые могут понять их и уважают их права.  
  
  
