



©Муниципальное дошкольное образовательное учреждение
центр развития ребенка – детский сад № 105

Первый раз в первый класс

Начало школьной жизни – важное событие не только для самого ребенка, но и всей семьи, поэтому потребует серьезного внимания родителей. Ведь сын или дочь попадает в непривычную обстановку: новый коллектив, школьные обязанности, изменение режима дня. Начало систематических школьных занятий связано и с повышенными нагрузками на вашего малыша, особенно его нервную систему. В период привыкания к школе, а это первый класс, у ребенка даже возможно возникновение или возобновление вредных привычек, появление различных страхов, он быстро утомляется, может жаловаться на различного рода заболевания, у него нарушаются сон и аппетит. И, согласитесь, какая тут учеба!...



Как избежать негативных последствий воздействия школы на вашего первоклассника и как помочь адаптироваться ему к новой обстановке, чтобы ребенку было комфортно и интересно за партой?

Подготовка к школе должна начинаться задолго до начала обучения, с пятилетнего возраста при участии медицинских работников и воспитателя детского сада. Роль родителей в данной работе тоже очень велика и заключается в выполнении ими таких рекомендаций, как:

- отдавать ребенка в школу не ранее 6,5 лет, так как именно у шестилетних детей чаще других могут возникать нарушения зрения, осанки, невротические расстройства, снижение уровня гемоглобина в крови;
- создать в семье спокойную обстановку, потому что у первоклассников адаптацию к школе осложняют все негативные факторы, в частности злоупотребление алкоголем отца и матери, резкие отношения между родителями, недостаточное внимание к ребенку, дефицит ласки;
- и, конечно, необходимо развивать речь ребенка, тренировать мышцы пальцев путем рисования, лепки, вырезания ножницами;
- своевременно прививать ему навыки самоубеждения;

В год поступления в школу постарайтесь организовать ребенку распорядок дня, близкий к школьным будням. Чтобы повысить защитные силы организма вашего ребенка, постарайтесь приучить его каждое утро выполнять несложные гимнастические упражнения, приобщите к закаливанию.

Медицинское обследование будущего ученика перед школой обязательно, как и проведение прививок.

Заранее оборудуйте удобное место в квартире для подготовки ребенком домашних заданий. Особое внимание уделите освещенности стола и соответствию школьной мебели росту ребенка. Строго соблюдая эти правила, можно предотвратить развитие близорукости у школьника и нарушение его осанки.

Особо хочется сказать о питании. Ребенок должен получать полноценное питание, обогащенное белком, витаминами, то есть мясо, творог, соки, фрукты. Тщательно следите

за изменениями в поведении ребенка, нарушением сна и аппетита, общим самочувствием и здоровьем.

Дети с хорошим здоровьем, правильно подготовленные к школьному обучению, легче адаптируются к новым условиям жизни, хорошо учатся и с охотой идут в школу.

Через год ваш ребенок станет первоклассником. Как с пользой провести это время, чтобы малыш не потерял интереса к учебе и быстрее адаптировался к школе? Какую пользу могут принести детский сад и курсы подготовки к школе? Как выбрать учительницу, которая найдет подход к ребенку?

Поступающий в любое массовое детское учреждение ребенок испытывает три рода стрессов.

Первый – стресс иммунологический. Проще говоря, на него сразу начинают чихать и кашлять столько детей, сколько имеется в группе (классе, школе). Если иммунная система ребенка не слишком сильна (а у детей с ММД чаще всего так и есть), то ей требуется некоторое время, чтобы приспособиться к данной ситуации. Именно поэтому большая часть детей, впервые попавших в садик или школу, начинает регулярно болеть простудными заболеваниями. В норме приблизительно через полгода ситуация выравнивается – иммунная система приспособилась к имеющимся антигенам. Если ребенка после первой-второй болезни забрали из садика, а на следующий год отдали снова – все повторяется сначала.

Второй стресс – это стресс социальный. Ребенок, который в семье привык быть центром внимания, объектом заботы взрослых людей, вдруг оказывается в ситуации, где с его желаниями не очень-то склонны считаться, где все делается по команде, а другие ребята имеют точно такие же права, что и он сам. Если в семье, где растет ребенок, есть другие дети, его братья и сестры, то все это проходит почти безболезненно. Но если ребенок единственный, то он сталкивается с серьезными проблемами.

Кроме того, только "в обществе" можно построить систему социальных ролей. Кто я – лидер или ведомый? Как поступить, если я хочу подружиться с этим мальчиком? Что делать, если эта девочка отобрала мою любимую игрушку? Как привлечь внимание других детей? Как, наоборот, остаться одному, сделать так, чтобы не приставали? Все эти вопросы решаются только в практике ежедневной социальной жизни и никак иначе.

Очень социально интересное место – детсадовский туалет, уменьшенная копия школьного туалета. Здесь решаются очень важные вопросы, назначаются свидания, выясняются отношения. Для мальчика, который не прошел "школу" садиковского туалета, туалет собственно школьный оказывается неожиданным и зачастую весьма неприятным открытием.

Третий стресс – это собственно школьный, учебный стресс, подстерегающий любого первоклассника. Высидеть 45 минут на одном месте, отвечать только по команде (даже если знаешь ответ лучше других), на перемене не бегать, все время следить за учительницей, успевать выполнять задания, да еще все время думать, думать, думать...

Так вот, родители, которые не отдают ребенка в садик, а ждут дома, пока он "окрепнет", обрекают ребенка на весьма непростую ситуацию, когда все три стресса (напомним: иммунологический, социальный и учебный) обрушиваются на него одновременно. И тогда ребенок либо начинает отчаянно болеть, либо однажды утром заявляет: "Я в эту вашу школу больше не пойду!". И что тогда делать родителям?

Так что лучше сразу позаботиться о том, чтобы все эти стрессы были разделены в пространстве и во времени. Если ребенка отдали в садик, и своей долей простудных заболеваний он переболел в пять лет (иммунная система адаптировалась к постоянному "обчихиванию"), социальный статус определился в шесть лет (я — не лидер, но могу успешно развлекать окружающих, не могу отразить прямую атаку, но легко могу переориентировать направленную на меня агрессию — да, да, не удивляйтесь, именно такой сложности социальные задачи решают шестилетние дети), то в семь лет такой

ребенок спокойно пойдет в школу и достаточно успешно переживет собственно учебную ситуацию.

Год перед школой: с чего начать?

И вот в жизни нашего дошкольника наступает ответственнейший момент – 6 лет, последний год перед школой. Ребенку-то все равно, он продолжает развиваться и радоваться жизни, но родители — в ужасной тревоге. Скоро в школу, а он еще и буквы путает, и на "один плюс один" может сказать "три", и, главное, совершенно не хочет ничем заниматься, а все возит и возит свои машинки или смотрит мультики. И про Карлсона и Нильса не слушает, и даже за нужную и полезную передачу "В мире животных" его не усадить... А соседский мальчик уже сам сказки братьев Grimm читает, а в хорошей школе через дорогу на вступительном тестировании надо диктант писать...

Что же делать, чтобы с наименьшими потерями и наибольшим КПД миновать этот суровый для родителей ребенка этап?

В первую очередь надо определить цели и задачи. Здесь важно не только содержание целей, но и порядок их расположения. Обратите на это внимание.

Вот они:

- Не допустить, чтобы у ребенка выработалось стойкое отвращение к процессу школьного обучения еще до начала самого обучения.
- Выяснить, какие конкретно имеются слабые места в познавательных процессах ребенка (слуховая память, логическое мышление, образное мышление, связь "мозг-рука" и т.д.)
- Подготовить ребенка к поступлению в школу и обучению в первом классе.
- Сформировать у ребенка положительную самооценку и позитивный настрой на грядущее обучение.

Как выбрать школу и учительницу?

Сделать это можно разными путями.

Вы идете в ту школу (школы), куда планируете отдать ребенка, и наблюдаете за четвероклассниками, выходящими в вестибюль после окончания уроков. Подходите к маме или бабушке одного из детей и говорите приблизительно следующее:

— Здравствуйте! Извините, пожалуйста, мой сын в будущем году поступает в первый класс. Возможно, он попадет к вашей учительнице. Чем-то он напоминает вашего мальчика (девочку). Я очень волнуюсь за него. Скажите, как у вас складывались отношения с учительницей эти три года?

Далее возможны варианты. Если вам рассказывают трагическую историю про борьбу за успеваемость, испещренные красным цветом тетради и дневники, про стояние в углах и разносы на родительских собраниях, то, вне зависимости от "официальной" репутации данной учительницы, — вам следует серьезно поразмыслить, прежде чем отдавать своего ребенка к ней в класс.

Если же вам говорят о том, что проблем была масса, но учительница как-то сумела найти к ребенку подход, всегда находила, за что его похвалить, и в результате он и ошибок теперь меньше делает, и внимательнее стал относиться к учебе, и в школу всегда с удовольствием идет — можете не сомневаться: это именно то, что вам надо.

Подготовила:
воспитатель Корнейчук М.В.