**В школу как на праздник. Полезные советы и рекомендации родителям будущих первоклассников**

Вот и настал тот момент, когда ваш малыш больше не дошколенок и уже совсем скоро ему в первый раз предстоит перешагнуть школьный порог. Волнуются бабушки и дедушки, мамы и папы. Но больше всего взволнован малыш. Психологическая служба школы дает советы и рекомендации, как правильно подготовить к школе ребенка и самих себя, что необходимо купить к началу учебных занятий, как правильно встретить 1 сентября и помочь ребенку адаптироваться в первом классе.

**Готов ли ребенок к школе?**

Многие родители задаются вопросами, как понять готов ли ребенок к школе и не рано ли его отдавать в первый класс. Понятие «готовности к школе» предполагает определенную степень зрелость всего организма и нервной системы к повышенным умственным и физическим нагрузкам.

Психологи выделяют следующие стороны общей готовности к школе: физическая, интеллектуальная и личностная. Как правило, в детских садах штатный психолог проводит специальную серию тестов, в ходе которой и определяет готовность ребенка.

Самим родителям сложно определить это. Но, как отмечают психологи, важно, чтобы ребенок хотел идти в школу, понимал важность и необходимость учебы, признавал авторитет взрослых, умел внимательно слушать и выполнять задания, которые ему дают.

**Что должен уметь ребенок к первому классу?**

Должен ли первоклассник уметь читать? Это один из самых спорных вопросов, в ответе на который не сходятся даже педагоги.  На самом деле умение читать и писать при поступлении в школу не является обязательным.

Согласно закону «Об образовании в Российской Федерации» и приказу Министерства образования и науки, в общеобразовательную организацию принимаются все дети, проживающие на территории, которая закреплена за школой. В школу ребенок может пойти с шести с половиной лет, но не позже восьми.

Как правило, к школе ребенок должен:

* Знать свое имя и фамилию, адрес, имена членов семьи.
* Знать времена года, названия месяцев, дней недели, уметь различать цвета.
* Уметь пересчитывать группы предметов в пределах 10.
* Уметь увеличивать или уменьшать группу предметов на заданное количество (решение задач с группами предметов), уравнивать множество предметов.
* Уметь сравнивать группы предметов - больше, меньше или равно.
* Уметь объединять предметы в группы (мебель, транспорт, одежда, обувь, растения, животные и т.д).
* Уметь находить в группе предметов лишний. Например, из группы «Одежда» убрать цветок.
* Уметь высказывать свое мнение, построив законченное предложение.
* Иметь элементарные представления об окружающем мире: о профессиях, о предметах живой и неживой природы, о правилах поведения в общественных местах.
* Иметь пространственные представления (право, лево, вверх, вниз, под, над, из-за, из-под чего-либо).
* Уметь культурно общаться с другими детьми.
* Слушать старших и выполнять их распоряжения.

**Готовимся к 1 сентября**

Психологи сходятся во мнении: очень важно создать у ребенка эмоциональный позитивный настрой, чтобы он воспринимал 1 сентября и поход в школу как нечто радостное и приятное. То есть, необходимо подарить будущему первокласснику ощущение праздника, чтобы он с нетерпением и сам ожидал этого дня.

Важнее же всего, отдавая ребенка в школу, создать ему максимально комфортные условия. Не гнаться за престижем, успешностью и прочее, а сделать все, чтобы первокласснику было комфортно. Это позволяет избежать очень многих проблем в будущем.

**Вспомнить свой 1 класс**

Психологи советуют делиться с ребенком своим личным опытом из школьной жизни. Например, рассказывать о том, как вы пошли в первый класс. Если у вашего сына или дочери сложности в общении и установлении контакта с другими ребятишками, можно сказать: когда вы пошли в первый класс, то было очень страшно. Вы никого не знали. Но потом познакомились с одноклассниками, и нашли новых хороших друзей. Если у ребенка трудности с учебой, то сообщить «по секрету», что тоже не всегда получалось решить задачу или постоянно делали ошибки в одном и том же слове.

**Режим дня**

Организуйте ребенку режим дня, его рабочее место и рабочий процесс. У младших школьников план дня снижает тревогу, помогает физиологически справиться с возросшей нагрузкой. Утром расскажите ему, когда у него закончатся уроки, кто за ним придет, чем потом они будут заниматься. Вечером, перед сном, вспоминайте, как прошел день, что было хорошего в нем.

Приготовьте комфортное для домашних занятий место: свет должен падать с левой стороны, стул и стол должен соответствовать росту ребенка. Научите ребенка складывать канцелярские принадлежности в определенное место, определите место для учебников, портфеля, сменной обуви и т.д. Задать правила с самого начала намного проще, чем потом переучивать ребенка.

При подготовке домашних заданий присутствие родителя на первых порах - обязательно! Родитель присутствует до тех пор, пока ребенок не освоится. Освоится - это значит, начнет сам раскладывать вещи, находить нужные тетради, учебники, ручки.

Задача родителя – создать ощущение у ребенка, что он способен сам справиться со всеми заданиями. Постепенно родитель все меньше и меньше говорит, и контролирует, и дает ребенку все больше времени справиться с заданием. Сидит рядом, смотрит и начинает помогать только, когда ребенок просит о помощи. Когда ребенок с большей частью заданий справляется сам, родитель начинает отходить и оставлять ребенка одного, сначала на несколько минут.

**Важнее не школа, а учитель**

По мнению психологов, правильней выбирать не школу, а учителя. «Сосватайте» учителю ребенка, а ребенку - учителя. В начальной школе очень важны и значимы отношения с учителем.

По возможности следует узнать у знакомых, есть ли у них хорошие знакомые педагоги, и посоветоваться. Важен не послужной список учителя, а сможет ли он найти общий язык с вашим ребенком. Если не получится контакт, детям тогда тяжело учиться. Они хуже усваиваются знания, страдает самооценка.

**Адаптация к школе**

Рекомендуем родителям обратить внимание на следующие моменты:

1. С каким настроением ребенок идет в школу, и с каким возвращается.
2. Что он рассказывает об уроках, одноклассниках и учителе.
3. Что происходит со здоровьем: насколько ребенок утомляется, появились ли жалобы на головную боль или боль в животе, нарушение сна и аппетита.
4. Какие вредные привычки появились: грызет ручку или ногти, навязчивые движения, заторможенность в движениях или, наоборот, расторможенность.
5. Какое у ребенка поведение: обычное, появилась агрессия или плаксивость.

Также родителям следует интересоваться у учителя, как проходит учебный день, насколько ребенок активен во время урока, отвлекается, успевает ли выполнять задания в темпе всего класса.

**Причины страха перед школой**

Часто родители внушают непроизвольный страх детям, драматизируют проблемы начала обучения. Поэтому настраивайте ребенка и себя на хорошее, что будет в школе, со всеми сложностями можно справиться, ошибки – это часть пути в обучении новому. Говорите ребенку: «Я уверена, у тебя все получится! Ты умный мальчик (девочка)». Отмечайте малейшие улучшения «Вот эту букву ты написал лучше, чем все остальные. Постарайся все также хорошо писать», «Сегодня ты сам сел за уроки, мне очень приятно» …

Ребенок боится не оправдать ожидания своих родителей. «Верьте в ребенка, чаще говорите ему, что любите его таким, какой он есть. Снизьте свои ожидания в высоких оценках. Для ребенка самое важное в школе не знания и оценки, а отношения, в которых он находится каждый день. Оставайтесь для ребенка ласковыми, добрыми, любящими родителями»

Еще одна возможная причина страха перед школой - ребенок испытывает трудности адаптации в детском коллективе. Совет родителям: почитайте ребенку терапевтические сказки о дружбе, о том, как можно подружиться с ребятами. Пригласите одноклассников, которые живут недалеко от вас, в гости или организуйте поход в игровую комнату.

Также ребенок может переживать страх перед учителем. «Хороший учитель в начальной школе - это учитель, который любит ребенка, вежливый, ласковый, уделяющий внимание. Расскажите ребенку, чем вам понравилась его учительница, что она хорошая. Если отношения с учителем не складываются, вы не видите качеств хорошего учителя начальной школы – ребенка лучше перевести в другой класс», - резюмирует психолог.

**Сколько длится адаптация к школе?**

По степени адаптированности детей можно условно разделить на три группы.

**- Первая группа детей адаптируется в течение первых двух месяцев обучения**. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей. У них почти всегда хорошее настроение, они спокойны, доброжелательны, добросовестны и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них все же отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября трудности этих детей, как правило, преодолеваются, ребенок полностью осваивается и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом.

**- Вторая группа детей имеет более длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается**. Дети не могут принять новую ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Такие школьники могут играть на уроках, выяснять отношения с товарищем, они не реагируют на замечания учителя или реагируют слезами, обидами. Как правило, эти дети испытывают трудности и в усвоении учебной программы, лишь к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными требованиям школы, учителя.

**- Третья группа - дети, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями**. У них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций, они с большим трудом усваивают учебные программы. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя: они «мешают» работать в классе.

**Успешная адаптация**

1. Первокласснику в школе нравится он идёт туда с большим удовольствием.
2. Первоклассник не слишком устаёт: он активен, жизнерадостен, любопытен, редко простужается, хорошо спит, почти никогда не жалуется на боль в животе, голове и горле.
3. Ребёнок самостоятелен: сам переодевается на физкультуру, уверенно ориентируется в школьном здании при необходимости может обратиться к кому-нибудь из взрослых.
4. У него появились друзья-одноклассники.
5. Ему нравятся учителя.
6. Не хочет обратно в детский сад.

**Совет от школьного психолога**

Дорогие родители, помните, что школа очень важна, но это не вся жизнь ребёнка. Помогайте ребёнку, узнайте, что ему интересно в данный момент. Не стоит ругать ребёнка за плохие отметки, лучше помогите ему их исправить.