

## **Ведемо дитину в перший клас. Поради психолога батькам першокласників**

Підготовка до школи – процес і урочистий, і хвилюючий одночасно. І не тільки для малюка, який вже через деякий час стане “дорослим” школярем, але і для його мами й тата. Часом більше самих першокласників хвилюються їхні батьки, які хвилюються, чи готовий їх синок чи донька до першого класу. До того ж напередодні школи майбутні першокласники часто задають їм питання, на які складно відповісти навіть дорослому.

Саме тому ми постаралися відповісти на “недитячі” питання майбутніх першокласників і дати поради батькам про те, як підготувати дитину до шкільного життя.

**Влаштуйте прогулянку до школи.** Обов’язково проведіть дитині невелику екскурсію до школи: походіть по двору і навколо неї. Періодично можна ходити гуляти до школи, граючи по дорозі у щось. Так дорога до школи буде завжди викликати хороші асоціації у малюка.

**Збирайте портфель та одягайте форму.** Непогано кілька разів за місяць потренувати збори до школи: нехай першокласник самостійно надягне шкільну форму. Потім мама або тато, розкидавши його шкільне приладдя по підлозі, покаже, як збирати портфель і що куди класти.

**Грайте в школу.** Батьки можуть посадити дитину серед іграшок і провести “урок”, при цьому попросити малюка встати, коли мама – “вчителька” входить в “клас”, потім сісти за парту, взяти в руку ручку, відкрити зошит. Так для дитини не будуть незвичними ці “команди”, коли вона почує їх у школі, і вона легко їх виконає. Також доведеться пояснити першокласникові, що в школі його будуть називати за прізвищем. Тому необхідно навчити його реагувати і відгукуватися на прізвище, наприклад, у грі в школу звертатися не інакше як “Петров”, “Сидоров” і т. д.

**Встаємо раніше.** Місяця, щоб привчити дитину вставати раніше, вистачить. Досить щодня віднімати від її сну по 5-10 хвилин. Тоді першого вересня малюк не буде сонно позіхати на лінійці. Але пробудження дитини має супроводжуватися приємними для неї діями, наприклад, усмішкою або обіймами мами.

**Дружимо з годинником.** Необхідно поставити в кімнаті малюка годинник, навчивши його по ньому розбиратися в часі. Це стане в нагоді в школі, наприклад, щоб знати, скільки хвилин є на виконання завдання. Також важливо, щоб малюк вмів укладатися в терміни. Для цього слід скласти графік його звичайного дня і повісити на видному місці. А коли малюк буде, наприклад, малювати, грати або їсти, можна звернути його увагу на те, скільки йому ще залишилося часу на цю дію за розкладом.

**Вчимося порядку.** Нехай у малюка з’являться всілякі папки, коробочки, файлики, і він навчиться складати туди свої малюнки,

фломастери та інші дрібниці. Розвивати цю навичку потрібно заздалегідь, щоб школяр не був Машею-растеряшею. До речі, можна розвісити по кімнаті невеликі записочки, наприклад, “акуратно повісь речі на стілець” – це буде сигналом до дії.

**Більше зеленого.** Цей колір і стимулює увагу, і розслаблює. Бажано, щоб в кімнаті малюка з’явилося щось зелене. Психологи кажуть, що тільки після 7 років у дитини починають працювати частини мозку, які відповідають за утримання тіла в одній позі. До 7 років приборкати маленького “зірвіголову” дійсно складно. Але тим не менш протягом останніх місяців до школи батьки можуть розвивати навички посидючості в дитини. Адже в школі без них доведеться непросто.

**Шийте чи грайте в шахи.** Активних дівчаток можна навчити шити або плести з бісеру, а хлопчиків – грати в шахи, шашки. Бажання виграти у мами чи тата або зшити красиву іграшку “переважать” бажання дитини постійно відволікатися на все підряд і не сидіти на місці (це спрацює, тільки якщо малюка вдасться зацікавити).

**Формуйте позитивний образ школи.** Ні в якому разі не потрібно говорити першокласникові фрази типу “закінчилося дитинство, почалося доросле життя” або “не будеш слухати вчительку, вона тебе покарає”. Так любов до школи в нього точно не виховати. Добре, щоб батьки розповіли дитині про те, як вони цікаво будуть проводити час у школі, скільки всього нового він дізнається, як багато друзів з’явиться. Ще можна розповісти більше хороших забавних історій з їх шкільного життя, наприклад, про те, як вони знайшли свого першого шкільного друга. Також можна показати першокласникові батьківські шкільні фотографії.

**Не залякуйте оцінками.** Казати дитині про те, що вона повинна приносити тільки хороші оцінки заборонено. Тим більше що в 1-му класі їх не ставлять. Краще вже зараз завести журнал досягнень малюка, щодня записуючи туди кожен його успіх, наприклад, “сьогодні малюк сам почистив зуби”. Тоді він буде знати, що хороші оцінки – це не єдині його заслуги перед батьками і перестане боятися принести “двійку”, коли буде ходити до школи.

**Більше рольових ігор.** В останні місяці діти хай грають в будь-які рольові ігри: доктор-пацієнт, дочки-матері або постановки улюблених мультфільмів. Саме на основі таких ігор діти вчаться знаходити спільну мову між собою.

**Не “ліпіть” вундеркінда.** До школи не потрібно намагатися підтягти всі “хвости”, годуючи дитину новою інформацією. Педагоги та психологи не радять відточувати уміння дитини до досконалості, наприклад, вчити її читати не 30 слів за хвилину, як годиться першокласникові, а 60. Так, з одного боку, бути лідером серед своїх однолітків приємно будь-якій дитині, але з іншого – відсутність “конкуренції” вбиває прагнення

поліпшувати свої навички. У той час як успіх того ж сусіда по парті – хороший стимул для “відсталого” першокласника навчитися читати трохи швидше.

**Тренуйте увагу і не тільки.** Наприклад, хороша гра для тренування пам’яті і уважності: розкласти на столі десять будь-яких предметів. Нехай малюк уважно подивиться на них протягом 1 хвилини, намагаючись запам’ятати якомога більше, а потім, не дивлячись на стіл, розповість, що там лежить. Ще можна забрати один предмет і замість нього покласти другий – нехай скаже, яку річ замінили.

Дуже добре тренувати мислення прямо під час чергової прогулянки. Наприклад, дати дитині таке завдання: розкласти поняття на складові (варіант: що входить в поняття взуття?), А потім, навпаки, “зібрати” в одне ціле, назвавши поняття (варіант: кіт, собака, жираф, ведмідь – хто це?).

**Нарешті, мова.** Прочитавши казку на ніч, мама або тато можуть попросити малюка переказати почуту історію і відповісти на декілька нескладних питань по ній. Так майбутній першокласник навчиться висловлювати свою думку, розмірковувати на задану тему і чітко відповідати на запитання.

Першокласникам важко звикнути до нового колективу, нового розпорядку дня... Як допомогти маляті адаптуватися і не плакати при розставанні з мамою, як знайти спільну мову з першою вчителькою?

**Як навчитися прощатися з дитиною без сліз?**

**Не затримуйтесь**

Чим на довше ви розтягуєте момент прощання - тим важче розлучитися. Скажіть малюкові, що ви будете його чекати біля школи, щоб забрати додому після уроків. Ідіть відразу, як тільки попрощалися і побачили однокласників вашого малюка.

**Створіть свій власний ритуал**

Можете щоранку цілувати малюка перед тим, як розвернутися і піти. Або можна обійняти і поцілувати. Головне, щоб після певної дії ви йшли. Так і дитина буде готова, що після цього мама йде, і вам буде спокійніше.

**Візьміть з собою друга з дому**

Зазвичай вчителі першокласників перший час дозволяють приносити з собою в школу улюблену іграшку. Але за умови, що грати нею можна буде тільки на перерві. Запитайте класного керівника своєї дитини, чи можна принести "друга" з дому, щоб було не так страшно? Головне, не беріть найулюбленішу іграшку, тому що ніколи не будете впевнені в тому, що принесете її цілою і неушкодженою додому.

### **Придумайте систему винагороди**

Можна ставити в календаріку навпроти кожного навчального дня смайлик: веселий - якщо дитина посміхаючись йде в клас; сумний - якщо малюк вередує і ниє. Наприкінці тижня за певну кількість усміхнених смайликів можна винагороджувати дитину походом в парк, морозивом, або чимось ще, на ваш розсуд.

### **Зустрітися з однокласниками**

Коли ви можете назвати однокласників вашої дитини на ім'я, то школа стає більш знайомою і безпечною в уявленні дитини.

### **Як налагодити хороші відносини з учителем вашої дитини?**

#### **Залишайтеся на зв'язку**

У кожного з батьків повинен бути телефон вчителя і навпаки. Про всяк випадок. Ви можете періодично телефонувати вчителю для того, щоб дізнатися, як справи у вашої дитини в навчанні і по поведінці, якщо немає можливості поспілкуватися "наживо".

### **Приймайте активну участь в житті класу**

Супроводжуйте дітей з учителем на колективні поїздки, походи, відвідування театрів, музеїв і т.д. Можете взяти на себе зобов'язання організувати один з таких заходів. Якщо ви не можете взяти на себе ці зобов'язання, запитайте у вчителя, що ви можете зробити, щоб якимось приймати участь в житті класу і допомогти вчителю.

### **Будьте відкриті для критики**

Постарайтеся адекватно сприймати критику вчителя в бік своєї дитини. Є моменти, які класний керівник бачить краще ніж ви. Вислухайте, поговоріть із своєю дитиною, а потім робіть висновки.

### **Способи допомогти дитині з нетерпінням чекати на 1 вересня**

Що ж потрібно робити для того, щоб прищепити позитивний інтерес до школи і на чому акцентувати увагу?

### **Позитивні історії - позитивний настрій**

Читайте з малюком казки про школу, про те, як дітки там навчаються. Зараз дуже популярні казки про лісові школи. Дуже позитивні і навчальні оповідання.

### **У школі багато цікавого**

Розкажіть дитині, що в школі набагато більше цікавих занять, ніж просто

уроки. Є заняття музикою, де можна співати, малювання, художня праця, спортивні заняття, а також захоплюючі поїздки і походи всім класом.

### **Шкільні обіди**

За тиждень до початку занять обговоріть зі своєю дитиною, що б вона хотіла їсти на обід (якщо батьки відмовляються від шкільних сніданків). Запитайте малюка, що йому покласти з собою - бутерброд, круасан, сендвіч або щось інше. Не забудьте про ласощі на десерт. Все буде в кілька разів смачніше, якщо упаковано в спеціальну коробочку для шкільних обідів, яку можна без проблем купити.

### **Знайомимося з однокласниками**

Добре, якщо разом з вашою дитиною в одному класі будуть вчитися і інші дітки, яких вона знає (випускники нашого дошкільного підрозділу). Але якщо таких немає, то варто з ними познайомитися за кілька тижнів до занять, коли вчитель буде збирати батьків з дітками для знайомства.

### **Розкажіть про свої шкільні роки**

Впевнені, у кожного з нас є кумедні і цікаві історії зі свого шкільного життя, про які можна згадувати дуже довго. Так чому б не поділитися ними зі своєю дитиною? Адже школа - це не страшно, це весело і захоплююче.

### **Шкільна форма**

Дозвольте своїй дитині самій вибрати шкільну форму, в якій їй захочеться ходити. Звісно, враховуючи шкільні вимоги.

### **Збираємо портфель**

Обов'язково разом з дитиною вибирайте шкільне приладдя, адже саме їй ними користуватися. А потрібно купувати дуже багато: портфель, пенал, зошити, олівці та багато іншого шкільного приладдя, без яких неможливо навчання в школі.

### ***Пам'ятайте:***

***найголовніше для першокласника – не вміння і навички, а впевненість у своїх силах і в батьківській підтримці, що б не відбувалося в школі.***