

## «Готовимся к школе вместе – адаптация без проблем»



Педагог-психолог:  
Ващенко Ю.А



**Первый класс для ребенка – это время действительно глубоких перемен. И взрослым нужно стремиться всеми силами поддерживать своего ребенка. Готовить ребенка к школе нужно; и все, чему вы научите ребенка сейчас, а главное, чему он научится сам, поможет ему быть успешным в школе. От того, как пройдет первый учебный год, зависит многое в последующем обучении вашего ребенка.**

### 1. Организуйте распорядок дня:

- стабильный режим дня,
- сбалансированное питание,
  - полноценный сон,
  - прогулки на воздухе;

### 2. Развивайте самостоятельность у детей

- Самостоятельно или после напоминаний ребёнок исполняет каждодневные правила личной гигиены;
  - Выполняет утреннюю гимнастику.
- Может отказаться от вредных, нежелательных продуктов.
- Умеет проводить элементарную гигиеническую обработку продуктов.
  - Умеет самостоятельно одеваться, быть опрятным.
  - Умеет содержать свои игрушки и вещи в порядке.
  - Умеет самостоятельно занять себя интересным делом.
- Умеет отдыхать, восстанавливать потраченную энергию.

### 3. Формируйте у ребенка умения общаться:

Обратите внимание на то, умеет ли ваш ребенок вступать в контакт с новым взрослым, с другими детьми, умеет ли он взаимодействовать, сотрудничать.

### 4. Уделите особое внимание развитию произвольности:

- учите ребенка управлять своими желаниями, эмоциями, поступками. Он должен уметь подчиняться правилам поведения, выполнять действия по образцу.

## 5. Ежедневно занимайтесь интеллектуальным развитием ребенка:

- во время прогулок наблюдайте изменения в природе. Обращайте внимания на различные явления природы.
  - выучите названия времен года.
  - используя лото и книги, учите с ребенком названия животных, растений, предметов быта, школьных принадлежностей, определяйте их особенности и назначение.
  - развивайте связную речь детей.
- составляйте рассказы по картинкам; следите за правильным произношением и дикцией детей.;
  - можно заниматься с ребенком звуковым анализом простых слов.
- знакомьте ребенка с буквами и их печатным изображением, а так же звуком, обозначающим конкретную букву;
- научите ребенка различать и правильно называть основные геометрические фигуры, сравнивать и различать предметы по величине и цвету;
- научите ребенка считать до 10 и обратно, сравнивать количество предметов.  
Познакомьте с изображением цифр.
  - научите определять положение предметов на плоскости, знать слова, обозначающие местоположение, и правильно понимать их значения.

## 6. Тренируйте руку ребенка:

- развитию мелкой моторики руки ребенка помогут рисование, штриховка, раскрашивание небольших поверхностей, нанизывание бусинок, пуговиц, лепка, определение вслепую формы предметов (сначала самых простых, потом можно усложнять), игры с мелкими предметами (мозаика).

Внимание! При выполнении любых письменных заданий следите за правильным положением ручки (карандаша), тетради, позой школьника! Рука не должна быть сильно напряжена, а пальцы - чуть расслаблены.

- копируйте фигуры. Это задание способствует развитию координации, умению правильно воспринимать фигуры, расположенные на плоскости листа, различать прямые, кривые, наклонные соблюдать соотношение штрихов и положения фигур между собой.



- Помните, что вы выбираете школу не для себя, а для вашего ребенка, поэтому попробуйте учесть все факторы, которые могут осложнить его обучение.
- Выясните, по какой программе будет учиться ваш ребенок, какая будет у него нагрузка.
- Узнайте, когда начинаются занятия, и рассчитайте, сколько времени необходимо на дорогу в школу.
- Постарайтесь познакомиться и побеседовать с будущей учительницей вашего ребенка.
- Уточните, в какое время ребенок будет возвращаться домой из школы. Это необходимо, если вы планируете какие-либо дополнительные занятия (секции, музыкальная школа, кружки).
- Подготовьте место для занятий ребенка дома.
- Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами.
- Помните, что адаптация к школе не простой процесс и происходит совсем не быстро. Первые месяцы могут быть очень сложными. Хорошо, если в этот период привыкания к школе кто-то из взрослых будет рядом с ребенком.
- Не относитесь к первым неудачам ребенка как к краху всех ваших надежд.

**Помните: вашему ребёнку очень необходима ваша вера в него, умная помощь и поддержка!**

**УСПЕХОВ!**



Более подробную информацию можно посмотреть на сайте:

<https://www.eduportal44.ru/Vohma/ds1/DocLib17/«Готовимся%20к%20школе%20вместе». %20Консультация%20для%20родителей.pdf>

<https://nsportal.ru/detskiy-sad/materialy-dlya-roditeley/2024/02/08/informatsiya-dlya-roditeley-gotovimsya-k-shkole>