

Как помочь ребенку ПОДГОТОВИТЬСЯ К ШКОЛЕ

**Составили воспитатели гр. «Буратино»
ГБДОУ детский сад №93 Выборгского
района Г. Санкт-Петербурга**

**Сулима Людмила Константиновна
Севастьянова Марина Николаевна**

Ваш ребенок скоро пойдет в школу. Вы должны многое успеть, если хотите, чтобы ребенок успешно справлялся с программой первого класса и сохранил свое здоровье. Родители будущих первоклассников должны понять, что школа очень серьезный, переломный этап для ребенка.

Ребенку, привыкшему много играть, двигаться, трудно будет длительное время сидеть за партой. Резко сокращается время отдыха, прогулок, возрастают эмоциональные нагрузки. Первокласснику нужно привыкнуть к новому коллективу, к требованиям учителя, к необходимости усидчиво и целенаправленно работать. Для детей семилетнего, а тем более шестилетнего возраста это большой труд. Чтобы ребенок смог преодолеть все трудности, требуется определенная зрелость всех систем организма. И в основе этого - здоровье. Больной, ослабленный, быстро утомляющийся ребенок столкнется в школе с большими трудностями. Сохранить здоровье своего ребенка - основная задача и обязанность родителей. Подорвать его легко, а вот восстановить, избавиться от различных нарушений очень сложно. Необходимо беречь здоровье ребенка. Беречь - значит, твердо знать, как организовать режим дня, труд и отдых своего ребенка, как научить его усидчиво работать, как правильно закаливать и многое другое.

Очень важно - объективно оценить его здоровье. К сожалению, здоровых детей сейчас практически нет. Поэтому в подготовке к школе участвуют не только педагоги в детском саду, но и вся семья. Когда ребенок активный, веселый, с хорошим настроением, он легко просыпается, умеет быстро сосредоточиться и необходимое время работать внимательно, не отвлекаясь. Он не хлюпает носом, не дышит открытым ртом, не жалуется на недомогание, боли в животе, у него нет хронических заболеваний, постоянных простуд. Важно не забывать, что здоровье ребенка, а значит, и его школьные успехи закладываются еще в раннем детстве. Тем не менее, редко, какая мама вспомнит о различных нарушениях в развитии ребенка и уже совсем не свяжет возникающие школьные трудности с такими мелочами, как собственное здоровье, течение беременности и родов. Еще реже видят родители связь между состоянием здоровья ребенка и семейным климатом, взаимоотношениями родителей и детей. Уже давно доказано, что здоровье ребенка во многом зависит от эмоционального и психологического состояния матери во время беременности.

С поступлением в детский сад начинается цепь вирусных инфекционных заболеваний. Постоянные ОРВИ, гриппы, ангины, бронхиты - все это очень серьезно. Частые заболевания значительно снижают функциональные возможности организма ребенка, создают фон для возникновения других, нередко хронических заболеваний.

Чаще всего дети приходят в школу с больными зубами. Больные зубы - это различные воспалительные очаги в организме, и ревматизм, и болезни почек. Поэтому необходимо своевременно посещать детского стоматолога.

Следующее, о чем необходимо сказать, - это осанка. Дети, имеющие нарушенную осанку, как правило, страдают плохим зрением, заболеваниями органов дыхания, нервной системы, пищеварения. У них отмечается повышенная утомляемость и плохое самочувствие.

Или, наоборот, застенчивые до пугливости, нерешительные, робкие. Такие дети, еще не начав выполнять задание, пасуют, оправдываясь, что оно очень трудное, вокруг шумят, болит голова. В результате ребенок все разбрасывает и отталкивает задание в сторону. Очень часто эти дети плохо спят, боятся темноты, у них отмечаются тики, различные вредные привычки (откусывание ногтей, покашливание, накручивание волос на палец и т. д.). Не уклоняйтесь от консультаций и наблюдения невролога.

Перед школой необходимо сформировать у ребенка выносливость, организованность, аккуратность, проявления воли. В этом вам поможет четко организованный распорядок и режим дня. Шестилетние дети должны самостоятельно, без напоминания и контроля со стороны взрослых умываться, чистить зубы, причесываться, одеваться и обуваться, пользоваться носовым платком, а также туалетом.

Задолго до школы ребенка нужно приучить к режиму дня, особенно в субботные и воскресные дни.

Готовность к школе зависит от большого числа самых различных факторов:

- образовательного уровня родителей, состава семьи;
- внутрисемейных отношений;
- состояния здоровья ребенка, особенностей его развития.

Предлагаем небольшую анкету, благодаря которой вы можете оценить подготовленность своего дошкольника:

- ✚ Как тебя зовут?
- ✚ Сколько тебе лет?
- ✚ Назови имена, отчества своих родителей.
- ✚ Как называется город, в котором ты живешь?
- ✚ Назови 5 достопримечательностей своего города.
- ✚ Назови домашних животных. Назови диких животных.
- ✚ Назови 4 времени года.
- ✚ Знаешь ли ты дни недели? Перечисли.
- ✚ Какие геометрические фигуры имеют углы?
- ✚ Чем отличается лето от зимы?
- ✚ Хочешь ли ты идти в школу?
- ✚ С кем из друзей ты бы пошел в школу?

При недостаточном запасе знаний очень важно стимулировать интерес ребенка к окружающему, фиксировать его внимание на том, что он видит во время прогулок, экскурсий.

Надо приучать его рассказывать о своих впечатлениях. Полезно задавать дополнительные вопросы, стараясь получить более подробный и развернутый рассказ.

Чаще читайте детям детские книги, смотрите мультфильмы и детское кино. Обсуждайте прочитанное и увиденное.

Уровень умственного и речевого развития ребенка определяют тесты:

- На столе в беспорядке лежат карандаши. Учитель говорит ребенку: «Собери карандаши, сложи их в коробку, положи коробку на полку». После выполнения задания спросите: «Где теперь лежат карандаши?», «Откуда ты их взял?»

- Изменение существительных по числу:

Карандаш - карандаши, стул - стулья и т. д.

- Составление рассказа по серии картинок:

Ребенку дается четыре картинки, на которых изображена последовательность событий. Взрослый просит разложить картинки в нужном порядке и объяснить, почему он положил их так, а не иначе.

Очень важно привить ребенку веру в свои силы, не допускать возникновения занижений самооценки. Для этого надо чаще хвалить ребенка и показывать, как исправить допущенные ошибки.

Для проверки уровня развития образных представлений используются

задания:

- сборание разрезных картинок из четырех частей,
- рисование человека - мужчины, или женщины.

Желаем вам быть добрыми и заботливыми помощниками своим детям, но не забывать о развитии их самостоятельности!