***Психологічна газета №1, серпень 2018р***

**Батькам майбутніх першокласників**

**Поради психолога батькам першокласників**

**Пляхівський загальноосвітній навчально-виховний комплекс І-ІІ ст.**

**«Школа-дитячий сад»**

***Сьогодні в номері:***

Ведемо дитину в перший клас

***Стор.1-3***

Правила батьківської поведінки в організації навчання дитини

***Стор.4***

Поради батькам щодо запобігання шкільній дезадаптації

***Стор. 5***

Рекомендації батькам щодо розвитку пам’яті у дітей молодшого шкільного віку

***Стор. 5-6***

**Ведемо дитину в перший клас**

Підготовка до школи – процес і урочистий, і хвилюючий одночасно. І не тільки для малюка, який вже через місяць 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, а потім увійдіть всередину. Бажано показати дитині, в якому класі вона буде вчитися. 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 надіне 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 "зірвиголову" дійсно складно. Але тим не менш протягом останнього місяця 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, якщо б перша вчителька написала листа майбутньому учневі, розповівши про те, як вони цікаво будуть проводити час у школі, скільки всього нового він дізнається, як багато друзів з'явиться. Якщо домогтися творчого підходу від учителя не вдалося, розповісти про все це повинні батьки. Ще від них вимагається 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 останній місяць потрібно якомога частіше запрошувати дітей у будинок (ще краще - майбутніх однокласників). 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.**За місяць 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 навики. 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 першокласник навчиться висловлювати свою думку, розмірковувати на задану тему і чітко відповідати на запитання.

**Правила батьківської поведінки в організації навчання дитини**

**1.**Сприяйте дитячій автономності (самостійності). Чим більше ви вимагаєте її (самостійності) в усіх сферах повсякденного життя, тим більше зможе ваша дитина працювати з почуттям відповідальності в шкільній сфері. Автономне (самостійне) навчання є тією ціллю, в напрямку якої ви маєте працювати, тому що самостійність є найважливішим елементом ефективного і тривалого процесу навчання. Хваліть свою дитину за самостійні дії, наприклад, за самостійне розпізнавання помилок.

**2.** Якщо ваша дитина потребує допомоги, спонукайте її до того, щоб вона сама знайшла шляхи розв’язання. Допоможіть їй завдяки підказкам, таким як, наприклад, вказівка на довідники, знаходження правил, відгадування ребусів та інше, що може привести до шляхів розв’язання. Не спонукайте свою дитину тільки до одного шляху розв’язання.

**3.** Дайте своїй дитині можливість перенести знання зі школи на домашній рівень і таким чином практично їх засвоїти.

**4.** Визнайте здобутки дитини. Надавайте перевагу похвалі (заохоченню), а не докорам. Похвалою та заохоченням Ви досягнете чогось набагато легше та краще, ніж ниттям, нагадуваннями і іншими покараннями.

**5.** При похвалі звертайте увагу на те, щоб не обмежувати її критикою («Дев’ять, звичайно, чудово, але без двох дурних помилок це могло бути б дванадцять»). Будьте обережними в обходженні із заохоченнями (винагородами) як визнанням здобутку (ефективності).

**6.** Не ставте перед своєю дитиною завищені вимоги. Не робіть їх строгішими ніж вимоги вчителів, наприклад, вимагаєте виконання додаткових завдань.

**7.** Будьте зразком у поведінці. Вимагайте від своєї дитини не більше, ніж від себе самого. Дитина, яка, наприклад, бачить своїх батьків, які читають, швидше й сама читатиме, ніж дитина, батьки якої часто сидять перед телевізором.

**8.** Говоріть, по можливості, якомога позитивніше про школу, вчителів та предмети. Вашій дитині досить того, що вона бореться зі своїми власними упередженими думками.

**Поради батькам щодо запобігання шкільній дезадаптації**

**1.**Формуйте позитивне ставлення до школи

**2.** Виявляйте інтерес до шкільних справ та успіхів дитини.

**3.** Формуйте адекватну самооцінку.

**4.** Не перевантажуйте дитину надмірними заняттями, чергуйте їх з грою, не ставте до дитини завищених вимог.

**5.** Навчайте етичних норм спілкування з однолітками та дорослими.

**6.** Привчайте самостійно долати труднощі, які під силу подолати 6-річній дитині.

**7.** Сприяйте підвищенню самооцінки дитини, частіше хваліть її, але так, щоб вона знала за що.

**8.** Пам’ятайте, що кожна людина має право на помилку.

**9.** Частіше згадуйте себе у дошкільному віці.

**10.** Уникайте змагань і видів робіт, що враховують швидкість.

**11.** Не порівнюйте дитину з іншими дітьми, особливо якщо вона є менш успішною, ніж інші діти.

**12.** Частіше використовуйте тілесний контакт, вправи на релаксацію.

**13.** Демонструйте зразки впевненої поведінки, будьте в усьому прикладом дитині.

**14.** Не принижуйте дитину.

**15.** Любіть дитину безумовною любов’ю, приймайте її такою, якою вона є.

**Рекомендації батькам щодо розвитку пам’яті у дітей молодшого шкільного віку.**

Варто знати, що розвиток уміння користуватися пам’яттю залежить від того, як забезпечується управління цим процесом. Необхідно створювати умови, що прискорюють навчання, дають можливість краще засвоїти й зберегти в пам’яті знання. Адже від неповного використання уяви вміння пригадувати погіршується.

Розвиток пам’яті у молодшому шкільному віці насамперед залежить від зацікавленості дитини, тому варто це враховувати при підготовці та проведенні уроку. Яскраві образи, цікаві нестандартні порівняння, зрозумілі дитині запам’ятовуються набагато ефективніше, ніж багаторазове повторення незрозумілих понять.

Слабка пам’ять не існує сама по собі. Це є не що інше, як слабка увага, від відсутності інтересу до матеріалу, а тому спостережливість розпорошена, спрямована одночасно на кілька предметів. Вдосконалення пам’яті вимагає постійних тренувань.

Регулярне звернення до пам’яті-уяви стає звичкою, створює умови для формування продуктивної пам’яті. Тренування не повинно бути ізольованим актом, штучним повторенням одного і того самого. Не треба надмірно лякати себе невдачами, вдосконаленню пам’яті дуже шкодить перенапруження, негативні емоції, пасивність і лінощі. Завдання крок за кроком повинні збільшуватись, а їх виконання свідчитиме про зростання тренувального ефекту.

**Шановні батьки, не варто забувати, що важливою умовою ефективного запам’ятовування є дотримання певних правил:**

•        Запам’ятовувати треба в доброму настрої й на свіжу голову, коли ще не настала втома.

•        Під час запам’ятовування не треба чергувати матеріал, близький за формою і змістом.

•        Слід обробляти інформацію для запам’ятовування, порівнюючи різні дані, спираючись на асоціації, виділяючи опорні сигнали.

•        Потрібно творчо застосовувати ейдетичні прийоми, штучно наділяючи інформативний матеріал смисловими зв’язками, змістом, значенням, залучаючи різні види пам’яті.

•        Немає поганої пам’яті, а є невміння нею правильно користуватися.

•        Коли ваша дитина щось вивчає, налаштовуйте її на уявлення, а не на запам’ятовування.

•        Не порівнюйте здібності та успіхи вашої дитини з іншими, акцентуйте її увагу на досягненнях, а не на помилках.

•        Не примушуйте дитину щось зазубрювати, краще разом з нею пограйте з інформацією, використовуючи вправи «Школи ейдетики»

Ви дуже швидко помітите позитивні зміни. Ваша дитина почне хвалитися своїми успіхами, із задоволенням ходити до школи, з цікавістю робити уроки. Підвищиться й самооцінка дитини, бо кожного дня її досягнення ставатимуть кращими порівняно з днем минулим.