**Поради від психолога, батькам майбутніх першокласників!**

**Школа – це зовсім не страшно!**

1. Поясність дитині, що дорослі ходять на роботу; для діток робота - дитсадочок, а для старших - школа. Розкажіть, що всі колись ходили до школи: ібабуся, і дідусь, і мама, і тато.

2. Дуже часто причина негативного ставлення дитини до школи криється увідношенні батьків. Батьки «заражують» дітей своїми хвилюваннями, побо-юваннями і малюк починає сприймати школу як невідому загрозу. Налаштуй-те дитину позитивно, розкажіть, що у неї з'явиться багато нових друзів, що кожендень вона буде дізнаватися багато цікавого. Згадайте веселі історії зі свого шкільного життя. Можна погратися у «Школу». Нехай учителем у цій грі буде мама чи бабуся, а дитина - учнем, а потім поміняйтесь ролями.

3. Разом з дитиною виберіть найкраще шкільне приладдя: ручки, пенали, зошити,олівці, рюкзак, пластилін, альбоми. Нехай дитина поміряє новеньку форму,відчує себе дорослим, склавши все у рюкзак.

4. Якщо дитина захоче помалювати в новому альбомі чи зошиті, або зліпити зі«шкільного» пластиліну динозаврика - не забороняйте їй.

5. Не акцентуйте увагу лише на навчанні. Дитинство у шість років незакінчується.



**Готуємося до школи**

Чи готова дитина до школи? Як допомогти дитині пристосуватися до нових для неї умов шкільного навчання? Ці питання не можуть не хвилювати бать-ків дошколят. Але дати правильну відповідь навіть досвідченим мамам і па-пам не завжди легко.

Існує багато психологічних тестів, по яких можна дізнатися про загальну шкільну зрілість дитини. Але проводити їх і знатися на отриманих резуль-татах – справа спеціалістів-психологів. Тож пропонуємо елементарний спо-сіб перевірки, доступний абсолютно всім батькам.

Отже, спершу поставте дитині наступні запитання. Якщо вона відповість на них без зусиль, то, значить, його психічний розвиток відповідає календарному віку і свідчить про готовність дитини навчатися в середній загальноосвітній школі.

**Готовність дитини до школи: складові успішного навчання**

**Якщо ж ваша дитина:**

·         кожен ранок чистить зуби, завжди миє руки перед тим, як сісти до столу;

·         допомагає вдома по господарству (миє посуд, прибирає ліжко, накриває на стіл);

·         може сам собі приготувати бутерброд, вдягнутися по погоді, зав’язати шнурки і шарф;

·         вміє самостійно утримувати увагу досить тривалий час (15-20 хвилин) під час читання вголос, малювання, гри;

·         здатний управляти своїми бажаннями (не їсть перед їжею цукерки, хоча вони і лежать на видному місці; не вередує, коли дорослі щось заборонили);

·         вміє поводитися за столом (правильно сидить, акуратно їсть);

·         має більш-менш стійкі інтереси (прослухування музики, малювання, заняття мовами, конструювання, ліплення з пластиліну);

·         вміє поводитися в суспільстві (не перебиває старших, без нагадування проявляє ввічливість, використовуючи «будь ласка», «дякую», «до побачення» та ін.);

·         дотримується певного режиму дня;

·         ставить питання і завжди вислуховує відповіді;

·         прибирає за собою іграшки після гри, альбом після малювання, книжки після читання, тоді вітаємо! Ваше дитя має високий рівень розвитку вольових навичок. А вони, у свою чергу, є основою довільного запам’ятовування, уваги, розумових навичок. І, відповідно, у вас і у вашої дитини буде значно менше проблем в школі.

В яку школу чи ліцей ви б не вирішили віддавати своє дитя, перехід дитини з дитячого саду, родинного кола до школи веде до значних змін в її житті. При цьому міняється не лише життя самої дитини, але і життя сім’ї в цілому, особливо якщо дитина єдина або старша. Підготовка до цієї події дитині просто необхідна.

Особливе місце в підготовці займає формування очікувань і установок дитини на вступ до школи. Тут дуже важливо не перестаратися. Не слід обіцяти, що дитину чекають суцільні лаври успіху, важливіше допомогти їй налаштуватись на щоденну працю але робити це необхідно дуже коректно. Зовсім неприпустимі вислови типу: «Що ж ти, така неохайна дівчинка, в школі робитимеш?» або «Ось там тебе привчать, нарешті, до порядку!». Також не сподівайтесь, що якщо ви весь цей час не привчали дитину до дисципліни, що школа нарешті зробить це за вас (особливо це стосується сімей, де діти не відвідували дітсадка). Дитині буде дуже важко пристосуватись до різкої зміни умов на такі, де дисципліни все ж таки прийдеться дотримуватись.

**Щоб допомогти налаштуватися на новий ритм життя, краще говорити дитині:**

·         У тебе все вийде, якщо ти трохи попрацюєш(постараєшся).

·         В школі можна багато чого нового дізнатись і багато чому навчитися, варто лише захотіти.

·         У класі можна знайти нових хороших друзів, хоча цілком ймовірно, що не всі діти в класі тобі одразу сподобаються. Доречно буде розповісти про свої шкільні враження, своїх шкільних друзів, можливо, у вас є хороші знайомі зі шкільних часів, з якими ви до цих пір підтримуєте стосунки. Дитині буде цікаво дізнатися, що дружні стосунки можуть тривати такий довгий час.

**Оцінки — це важлива складова шкільного життя. Аби зменшити можливі хвилювання дитини з приводу оцінок, за час,** **що залишився до школи, спробуйте навчити її самої оцінювати те, що вона робить. Наскільки вона сумлінно попрацювала, чи все зробила, що могла.**

**Для того, щоб навчити дитину цьому, необхідно:**

·         Самому максимально об’єктивно оцінювати результати роботи майбутнього школяра.

·         Порівнювати різні результати діяльності дитини, обговорювати причини успіхів і невдач.

·         Регулярно з’ясовувати, що саме дитина думає з приводу своєї роботи, як її оцінює, що у нього вийшло, що не вийшло, чому? Важливо звернути увагу на те, що порівнюються результати та досягнення дитини з його ж власними успіхами, аби побачити рух і зростання відносно самого себе. Ще одна причина, чому не можна порівнювати з досягненнями інших діток, бо це може спричинити зниження самооцінки.

·         Виражати впевненість в силах дитини, переконаність в тому, що його результати будуть хорошими. Навіть коли дитині щось не вдається зробити вдало.

·         Підтримувати прагнення до творчості, розвитку і працьовитість.

Коли дитина навчиться сама оцінювати свою діяльність, вона відчуватиме себе набагато впевненіше, тому що матиме власне більш менш адекватне уявлення про зроблене. Отже, ваше дитя в цілому буде менш залежним від думки і оцінки оточення.

Також дуже важливо, щоб дитина добре розуміла, що шкільні відмітки — це лише оцінка зробленого зараз, а не його особи в цілому! Підтримуйте та розвивайте впевненість дитини в собі, у власних силах — це дуже необхідно для хорошого самопочуття дитини в школі.



**У будь-якому випадку, любіть свою дитину такою як є, навіть якщо вона не буде цілковитим відмінником!**

**Правила для батьків:**

**Покажіть дитині майбутню школу!**

Обов’язково влаштуйте малюкові докладну екскурсію. Зайдіть всередину школи, покажіть першокласникові місце, де він буде проводити навчальний час — клас, спортивний зал, їдальню, туалет, медпункт та інше. Це все необхідно, щоб малюк звик і запам’ятав, що де знаходиться. І не губився, особливо в перші дні.

Зверніть увагу — прогулянки до школи потрібно здійснювати якомога частіше, щоб дитина добре запам’ятала дорогу (на випадок, якщо з часом буде ходити або повертатися з школи самостійно). А також — щоб розрахувати, скільки часу займає дорога до школи, спокійним кроком, без поспіху і страху запізнитися.

**Навчіть дитину збирати речі до школи!**

Поясніть майбутньому першокласнику, що необхідно навчитися самостійно готуватися до навчального дня: одягати форму, збирати рюкзак. Батьки повинні показати, що і куди класти, щоб у портфелі легко можна було знайти потрібну річ.

**Привчіть дитину рано прокидатися!**

Щоб дитина не позіхала на першому уроці, Вам доведеться змінити розпорядок дня — і поступово привчити вставати раніше (попередньо розрахуйте, в який час повинна вставати дитина, щоб встигати зібратися в школу без поспіху). Місяця до початку занять якраз вистачить, щоб звикнути до нового розкладу без стресу для організму.

**Привчайте до порядку в кімнаті!**

Можна у формі гри — показати і розповісти, як важливо, щоб кожна річ знаходилася на своєму місці. Придумайте разом з малюком, де будуть «жити» олівці, книги, зошити, фломастери, портфель, шкільна форма та інше. І поясніть, як важливо, щоб кожна річ знаходилася на своєму місці. Головне, щоб дитина звикла дотримуватися порядку і чистоти у себе в кімнаті.

**Не лякайте школою і поганими оцінками!**

Навіть якщо дитя не слухається або погано себе веде, не варто його лякати (нехай навіть у виховних цілях) фразами типу «скоро розпочнеться доросле життя», «в школі тебе навчать, як себе поводити», «якщо не будеш слухатися, вчителька тебе покарає»та інше. А також нехай малюк завжди знає, що до школи він **йде за знаннями, а не за оцінками**. Тому якщо він отримає «двійку», нехай не боїться йти додому з поганою оцінкою і не думає, що батьки його розлюблять. Тільки не перестарайтеся.

**Займайтеся**з малюком «уроками» у формі гри, щоб тренувати пам’ять, мову, увага та інше. Наприклад, прочитайте казку і попросіть дитину розповісти, що найбільше запам’яталося, запропонуйте намалювати героїв і тощо. Допомагайте дитині, задавайте навідні запитання, міркуйте разом . Так Ваш малюк буде вчитися висловлювати свою думку і не розгубиться, коли вчителька буде питати його на уроках.



**Крім запасу знань, дитині необхідно також:**

·         володіти і комунікативними та соціальними навичками – тобто вміти спілкуватися, розуміти і головне застосовувати в повсякденному житті морально-етичні норми, прийняті в суспільстві;

·         не боятися вступати в контакт з дорослими і однолітками;

·         вміти відстоювати свою позицію цивілізованими методами і не проявляти недоречною агресією — або, навпаки, зайвою боязкістю;

·         усвідомлювати зміст процесу навчання в школі, розуміти, що дає отримання знань, який порядок навчання в школі;

·         вміти підкорятися встановленим правилам, знати, що таке дисципліна ;

·         мати позитивну мотивацію, бажання вчитися;

·         вміти цілеспрямовано і за своєю ініціативою працювати над завданням, організовувати, планувати свої дії і відповідати за їх наслідки(наприклад, самостійно збирати свій портфель і стежити за виконанням домашніх завдань: якщо Ви з першого класу візьмете це на свої батьківські плечі, то з імовірністю 70% цей обов’язок залишиться на них до випускного балу);

·         мати позитивне ставлення до самого себе.

Важливо пам’ятати, що крім готовності голови не менш важлива і готовність тіла: навантаження на імунітет в перший шкільний рік буде серйозним, тому в останнє літо перед 1 класом , крім навчання, варто зайнятися і **фізичною підготовкою**. Дитині необхідно багато руху (в ідеалі — заняття в спортивній секції, які дають крім здоров’я також і дисциплінарні навички), свіже повітря, повноцінне харчування.

Якщо у малюка є порушення здоров’я, необхідно обов’язково **проконсультуватися з лікарем** і отримати рекомендації щодо корекції стану та організації процесу .

Отже, озброєні всіма цими знаннями, Ви легше подужаєте дорогу до школи.

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



**Як зробити для дитини початок навчального року приємним?**

Напевно, багато хто з нас зараз з радістю б повернулися в ті часи, коли ми ходили до початкової школи. Безтурботне дитинство, шкільні товариші, цікавіуроки і улюблені вчителі. Стоп! А коли вам було 7-10 років, ви так само сильно любили школу? Обожнювали вчителів? Дружили абсолютно з усіма дітьми вкласі?

У маленького дитячого суспільства теж є свої важливі проблеми - проблеми вспілкуванні з однолітками, проблеми з уроками, проблеми з вчителями.

Літо закінчилося, почалася дощова осінь, все рідше наші школярі бувають насвіжому повітрі, все частіше їм доводиться сидіти над книжками.

Нам, дорослим, теж буває важко повертатися на роботу з відпустки. Але ми ж насвоїй роботі, принаймні, отримуємо гроші. І, якщо вже начальник зовсімозвереет, можемо звільнитися, пославши начальника куди подалі. А дитина вшколі отримує не зарплату, а оцінки. І послати вчителя подалі він не зможе,навіть якщо дуже цього захоче.

Найчастіше в перші дні вересня школяр перебуває у відмінному настрої, вінрадий зустрічі з друзями, нових знайомств, нових занять. Але з кожним днемзадають все більше уроків, вчителі лаються, читати книгу зовсім не хочеться, акращий друг не дає списувати.

**Що ж ви можете зробити, щоб підняти настрій своєму маленькому школяру і пробудити в ньому інтерес** **до навчання?**

Почнемо з одягу. Майже всі батьки купують в кінці серпня новий спортивний костюмчик, брюки, туфлі для своєї дитини. Нам важливо, щоб речі були теплими і практичними. А ось дитині важливо, щоб речі були гарними й модними в його розумінні.

Важливо й те, якими шкільними письмовими приладдям користується ваша дитина. Важливо, щоб дитина не відчувала себе обділеною серед інших дітей.Якщо у всіх в класі будуть красиві яскраві зошити і пенали, а у нього немає, навряд чи ви дочекаєтеся від своєї дитини особливого завзяття до знань. Багато батьків упевнені, що барвисті обкладинки зошитів будуть відволікати дитину від навчання, але це не так! Робити в них уроки набагато приємніше. Вам здається, що п'ятий набір фломастерів вашій дитині абсолютно не потрібний?Дуже навіть потрібний! Адже в ньому зовсім інші відтінки.

Чи відзначають ви успіхи у навчанні? Малюк закінчив чверть на одні п'ятірки? Це відмінний привід спекти торт, приготувати його улюблену смажену курочку і відзначити закінчення чверті в сімейному колі! А що, якщо в щоденнику крім п'ятірок є четвірки і трійки? Нічого страшного! Наявність трійок не привід скасовувати чаювання з тортом. Дитині важливо знати, що ви любите його не заоцінки. Наявність трійок і двійок - це ваша вина, а не вашої дитини. Просто внаступній чверті приділіть більше уваги спільного виконання домашніх завдань, і оцінки стануть значно краще!

Святковий стіл накривати варто не тільки після закінчення чверті, а й першого вересня. Адже початок навчального року - це дуже важливий день для маленького школяра, це його свято, а свята обов'язково потрібно відзначати!