

## **Как психологически подготовить к школе будущего первоклассника?**

Как понять, готов ли к школе ваш ребенок? Начините с оценки общего эмоционального состояния. С каким настроением он говорит о школе? Что чувствует по этому поводу, какой вообще в семье фон вокруг этого вопроса? Психологическая готовность к школе — это достаточное развитие эмоционально-волевой сферы и коммуникативных навыков. Чтобы легче адаптироваться к новой роли, ребенку пригодится способность самостоятельно справляться с тревогой, усталостью, волнением, а также умение общаться с другими людьми, запрашивать помощь, дружить и отстаивать свои границы. Как правило, будущих школьников волнует, смогут ли они справиться со всеми задачами самостоятельно и что делать, если ты не знаешь, как поступить в той или иной ситуации. Как успеть в класс до звонка, где переодеться на физкультуру, как не заблудиться по дороге и вовремя прийти в столовую, что случится, если забудешь дома учебник или тетрадь? Решение подобных организационных вопросов зачастую сопровождается сильными эмоциями, и ребенку просто не хватает сил сконцентрироваться на получении знаний. Но есть вполне работающий способ подготовиться к таким ситуациям заранее.

### **Лучший метод психологической подготовки для будущих первоклассников — игра.**

За оставшийся до начала учебы месяц вы еще много раз сможете обсудить ситуации из школьной жизни, которые касаются учебного процесса и взаимоотношений с другими ребятами и учителем. Еще лучше, если удастся проработать подобные моменты в игре. Для этого можно представить, что в трудную ситуацию попал любимый персонаж или игрушка, предложить ребенку поговорить о чувствах и объяснить герою игры, как поступить.

### **Чего точно не стоит делать.**

Так это пугать ребенка повышенной ответственностью: «Школа — это не детский сад, там никто не будет с тобой сюсюкать». Подобные фразы будут подпитывать тревогу и отрицательное отношение к школе. Лучше рассказать ребенку, как вы ждали школу, что вам там нравилось, какие эмоции вы испытывали, как справлялись с тревогой, если она была. В то же время не стоит успокаивать ребенка мнимой легкостью школьного обучения. Дайте ему понять, что трудности — это часть учебного процесса, но вы будете рядом и обязательно поможете с ними справиться. Перед началом учебы в школе родителям и другим близким людям меньше всего стоит переживать об оценках ребенка. В первом классе их попросту нет!

## **Как быть, если ребенок неусидчив?**

Также следует помнить о том, что организация школьных уроков во многом отличается от занятий в детском саду и развивающих центрах. Готовность к школе — это еще и возможность выдержать 40 минут урока, внимательно слушать учителя и подчинить свое «хочу» тому, что «надо». Для этого у ребенка должна быть в достаточной степени развита произвольность, то есть сознательная способность самостоятельно регулировать свое поведение.

Лучше всего произвольность формируется в играх с правилами. В игре ребенок учиться ставить цель, планировать действия для ее достижения, оценивать результат своих действий, понимать, что было сделано не так и как это можно исправить. Соблюдение игровых правил помогает ребенку научиться подчиняться общему «надо».

## **Обеспечьте правильную мотивацию**

Большинство первоклассников приходят в школу с желанием учиться, но далеко не у всех это желание сохраняется надолго. Как с этим быть?

Мотивация имеет достаточно простой цикл: хочу — делаю — получается — положительное подкрепление. Учеба — это новый опыт для ребенка. Он будет пробовать, что-то будет получаться сразу, что-то — нет, но в обоих случаях получать положительное подкрепление для него очень важно. Вспомните, сколько раз ваш малыш падал, прежде чем сделал первый шаг. Как не сразу он стал есть самостоятельно, сам поехал на велосипеде и так далее.

Не сомневаюсь, что вы поддерживали его в этих делах, которые были для него, безусловно, новыми, и далеко не всегда все получалось с первого раза. Так почему же, отдавая ребенка в школу, мы ожидаем мгновенного успеха в этой новой для него деятельности?

**Хвалите ребенка за старания и попытки,  
а не за результат.**