**Неусидчивость: в каком случае следует обращаться к врачу**

Совместная жизнь с неусидчивым ребенком напоминает попытки поймать колибри с помощью аркана. Часто, когда родители решают обратиться к врачу в связи с возникшими проблемами, их терпение достигает предела, они больше не могут выносить его поведения.  
Можно перечислить целый ряд причин неусидчивости ребенка.  
Такое поведение может быть связано с расстройствами слуха или зрения, заболеванием щитовидной железы, недостаточными умственными способностями, скукой, депрессией, тревогой, интоксикацией свинцом, насильственными действиями на сексуальной почве, психическими заболеваниями и побочным действием некоторых препаратов.  
Если ваш ребенок отличается неусидчивостью, то причиной этого, скорее всего, являются расстройства, которые называются гиперактивностью вследствие дефицита внимания. Ребенку, страдающему такими расстройствами, трудно сосредоточиться на чем-либо, спокойно сидеть на месте или выполнять чужие указания.    
Чрезмерная активность на фоне нарушений внимания приблизительно в пять раз чаще встречается у мальчиков, чем у девочек. Эти расстройства могут обнаруживаться еще до того, как ребенок начинает ходить, и могут продолжаться по достижении им взрослого возраста.  
Никто не может сказать, почему возникают эти расстройства. Некоторые ученые предполагают, что дело здесь в нарушении функций мозга в его лобной части. Вместе с другими отделами мозга эта область отвечает за контроль движений и внимания.   
Если вы подозреваете, что у вашего ребенка имеются явления повышенной активности вследствие дефицита внимания, обратитесь к  врачу. Вы можете узнать, например, что будет достаточно подобрать ребенку новую пару очков или назначить другие препараты, чтобы восстановить порядок в семье. Если все-таки будет установлено наличие указанного синдрома, то существуют различные виды лечения, которые помогут вам в данной ситуации.  
Долгосрочный прогноз в отношении гиперактивных детей с расстройствами внимания является благоприятным, если они получают соответствующее лечение. Тогда они хорошо занимаются в школе и многие из них прекрасно устраиваются в жизни, став взрослыми. Если будет начато лечение специальными препаратами, вы должны будете заметить улучшение в поведении ребенка через одну–три недели в зависимости от препарата. Если вы обнаружите побочное действие препарата или отсутствие эффекта в пределах указанного времени, настаивайте на смене или прекращении лечения.  
При воспитании гиперактивного ребенка используйте метод поощрения. Мотивация поступков ребенка с чрезмерной активностью и неустойчивым вниманием хорошо регулируется системой поощрения. За правильное поведение или выполнение какой-либо задачи ребенок может получить вознаграждение. При использовании этих методов следует иметь в виду, что поставленные задачи должны соответствовать возможностям ребенка, а вознаграждение должно осуществляться незамедлительно. Если ребенок не получает положенного ему вознаграждения в течение трех недель, ему трудно осознать, почему он старался вместо неправильных действий совершить что-то хорошее.  
Постарайтесь избегать скандалов. Неусидчивые дети часто отличаются неуравновешенностью. Есть простой способ смягчить эти расстройства. Нужно удалиться куда-нибудь на то время, когда у ребенка возникает вспышка гнева. Если ребенок пойдет следом за вами в другую комнату, закройтесь в ванной или спальне, так, чтобы он не мог добраться до вас. Когда ребенок увидит, что некому наблюдать за его спектаклем, его раздражение быстро пройдет. Таким образом, можно дать понять ребенку, что он должен сам успокоиться, и вы увидите, что это в действительности происходит.  
Будьте осторожны в отношении критических замечаний. Если даже ваш ребенок не слишком хорошо справляется с задачей или ведет себя неидеально, постарайтесь все-таки похвалить его. Так, если на обувание ему понадобится 30 минут, постарайтесь избегать таких выражений, как: «Посмотри, сколько времени ты тратишь на то, чтобы надеть ботинки!» Вместо этого попробуйте сказать: «Ну вот, теперь ты, наконец, надел ботинки. Я был уверен, что ты справишься с этим. Но давай посмотрим в следующий раз, сможешь ли ты сделать это немного быстрее». Даже если вы уверены на 200 %, что это достижение является плодом ваших усилий, не забудьте сказать ребенку, что он справился с задачей.  
Занимайтесь с ребенком специальными упражнениями. Многие неусидчивые дети не имеют правильного представления о времени и скорости. Если вы попросите такого ребенка быстро пройти по комнате из одного конца в другой, а потом в обратном направлении медленно, то вряд ли он поймет различие. Здесь на помощь ему могут прийти упражнения по релаксации – глубокое дыхание или йога. Есть специальные игры, которые помогают ребенку научиться внимательно слушать и вовремя решать задачи. С помощью этих игр можно научить его действовать не спеша и концентрировать внимание.

**Что делать в сложной ситуации?**

1. Научиться не придавать «поступку» чрезмерного значения, сохранять спокойствие (не путать с показным спокойствием, кода взрослый всем своим видом дает понять: «давай, давай, мне это безразлично, это твои проблемы»). Это не означает, что нужно всегда идти на поводу у ребенка, не замечать его поступков, потакать ему, не контролировать его действия и не предъявлять к нему никаких требований. Наоборот, необходимы жесткие требования (в пределах возможностей ребенка), не меняющиеся в зависимости от ситуации и настроения взрослых. Нужны требовательность плюс спокойствие и доброжелательность. Ребенок должен осознать, что требование – это не прихоть взрослого, а отказ – это не демонстрация враждебности, не наказание за поступок или просто ваше невнимание к просьбе.  
2. Никогда не наказывать, если проступок совершен впервые, случайно или из-за ошибки взрослых.  
3. Не отождествлять проступок (нарушение поведения) и ребенка. Тактика «ты плохо себя ведешь – ты плохой» прочна, она закрывает ребенку выход из ситуации, снижает самооценку, создает ситуацию страха. Видимо, поэтому непослушные дети так часто спрашивают родителей: «Ты меня любишь?»  
4. Обязательно объяснить ребенку, в чем проступок и почему так себя вести нельзя. Однако, если мама чуть что срывается на крик, а папа всегда готов шлепнуть, вряд ли можно объяснить ребенку, что кричать и драться нехорошо.  
5. Не стоит злословить по поводу проступка, напоминать (для профилактики), стыдить перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. Ребенок может не осознавая этого, ответить тем же. Не стоит удивляться в этих случаях детскому «ненавижу» или «я тебя тоже не люблю», «ты злая».  
6. Не стоит ставить в пример непослушному ребенку хороших братьев и сестер, сверстников, укоряя «есть же нормальные дети, которые не изводят своих родителей». Родители, которые легко выходят из себя, не умеют держать себя в руках, а значит, не умеют себя вести, – это не очень хороший пример для детей.  
Жестокое обращение как вариант отрицательного реагирования или негативного подстегивания менее эффективно, чем так называемое положительное подкрепление.

**Рекомендации для родителей**

Необходимо изменение поведения взрослого и его отношения к ребенку:  
· Проявляйте достаточно твердости и последовательности в воспитании.  
· Стройте взаимоотношения с ребенком на доверии и взаимопонимании.  
· Контролируйте поведение ребенка, не навязывая ему жестких правил.   
· Не давайте  ему категорических указаний, избегайте слов «нет» и «нельзя».  
· Реагируйте на действия ребенка неожиданным способом (пошутите, повторите его действия, сфотографируйте его, оставьте в комнате одного).  
· Повторяйте свою просьбу одними и теми же словами много раз.  
· Не настаивайте на том, чтобы ребенок обязательно принес извинения за проступок.  
· Выслушивайте то, что хочет сказать ребенок.  
· Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.  
  
Необходимо изменение микроклимата в семье:  
· Уделяйте ребенку достаточно внимания.  
· Проводите досуг всей семьей.  
· Не допускайте ссор в присутствии ребенка.  
  
Необходима организация режима дня и места для занятий:  
· Установите четкий распорядок дня для ребенка и всех членов семьи.  
· Чаще показывайте ребенку, как выполнить задание, не отвлекаясь.  
· Снижайте влияние отвлекающих факторов во время выполнения ребенком заданий.  
· Оградите  ребенка от длительных просмотров телевизионных передач, занятий на компьютере.  
· Избегайте по возможности больших скоплений людей.  
· Помните, что переутомление способствует снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.  
  
Необходима специальная поведенческая программа:  
· Придумайте гибкую систему вознаграждений (за хорошо выполненное задание) и наказаний (за плохое поведение), используя знаковые обозначения или дневник самоконтроля.  
· Не прибегайте к физическому наказанию! Целесообразнее использовать спокойное сидение в определенном месте после совершения проступка.  
· Чаще хвалите ребенка. Порог чувствительности к отрицательным стимулам очень низок, поэтому ребенок не воспринимает выговоры и наказания, однако чувствителен к поощрениям.  
· Составьте список обязанностей ребенка и повесьте его на стену, подпишите соглашение на определенные виды работ.  
· Постепенно расширяйте обязанности, предварительно обсудив их с ребенком.  
· Не давайте ребенку поручений, не соответствующих уровню его развития, возрасту и способностям.  
· Не разрешайте откладывать выполнение задания на другое время  
· Помогайте ребенку приступить к выполнению задания, т. к. это самый трудный этап.  
· Не давайте сразу несколько заданий, задание не должно иметь сложную конструкцию и состоять из нескольких звеньев.  
· Объясните ребёнку его проблемы и научите с ними справляться.  
· Помните, что вербальные средства убеждения, призывы, беседы редко оказываются результативными. Наиболее действенными будут средства убеждения «через тело»:   
– лишение удовольствия, лакомства, привилегий;  
– запрет на приятную деятельность;  
– прием «выключенного времени» (скамья штрафников);  
– внеочередное дежурство по кухне и т. п.  
· Помните, что вслед за понесенным наказанием необходимо позитивное эмоциональное подкрепление (поощрение желательного поведения и игнорирование нежелательного).  
· Помните, что   синдром дефицита внимания с гиперактивностью – это патология, требующая своевременной диагностики и комплексной коррекции (медико-психолого-педагогической). Успешная реабилитация возможна, если она проводится в возрасте 5–10 лет.

**Как помочь гиперактивному ребенку**

· В отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. При выпол-нении какого-либо задания желательно, чтобы не было окриков, приказания, но и вос-торженных, эмоциональных интонаций также, не было, т. к. ребёнок восприимчив к вам, эмоции его захлестнут и станут препятствием для дальнейших действий.  
· Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (чтение, раскрашивание).  
· Следует избегать большого количества кружков, т. к. завышенные требования и увеличение нагрузок ведут к переутомляемости, капризам и отказам от учёбы вовсе.  
· Для ребёнка необходимы чёткие границы дозволенного и обязательна «обрат-ная связь» от взрослого, иначе, при вседозволенности, ребёнок начинает манипулировать взрослыми.  
· Т. к. ребёнку часто делают замечания и в детском саду, и дома, страдает его самооценка, поэтому надо чаще хвалить ребенка за успехи и достижения. Но похвала незаслуженная недопустима, ребёнок может перестать доверять вам. Хвалить не слишком эмоционально, чтобы не перевозбудить его.  
· Инструкции и указания следует давать в короткой и немногословной форме (не более 10 слов), т. к. в противном случае ребенок просто «выключится».  
· Большие задания лучше давать частями (2-ю часть только после того, как выполнит 1-ю). Также не нужно давать несколько заданий сразу. Выполнение коротких заданий следует проконтролировать.   
· Запретов не должно быть много, они должны быть заранее оговорены и сформулированы в очень чёткой и непреклонной форме. Ребёнок должен знать, что будет если он нарушит запрет. При выполнении санкций следует быть последовательными, иначе ребёнок будет бояться не наказания, а «эмоциональной бури» родителей, начнет скрывать происшествия от родителей, отношения ухудшатся.   
· Избегать слов «нет», «нельзя» и резких запретов. Ребенок может отреагировать непослушанием, агрессией. Если вы что-либо запрещаете ребёнку лучше говорить спокойно и сдержанно.  Вместо «нет» дайте возможность выбора другого занятия.  
· За несколько минут до начала новой деятельности предупредите ребёнка об этом. Можно завести будильник для напоминания о прекращении деятельности. Если ребёнок выполняет условия, он заслуживает вознаграждения. Здесь уместно использовать систему поощрения и наказания.  
· Оберегайте ребёнка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.  
· Чтобы предупредить перевозбуждения следует ограничить пребывание ребёнка в местах большого скопления людей, не приглашать в дом много гостей.  
· Соблюдать чёткий распорядок (режим) дня: время приёма пищи, приготовление уроков, прогулки, сна.   
· Оградить ребёнка от длительных занятий на компьютере, просмотра телевизионных программ, т. к. это способствует эмоциональному возбуждению.  
· Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки с родителями. Показано плавание, бег и другие виды неколлективного спорта.

*Игры для гиперактивных детей*

**«Слушай хлопки»*.***Дети передвигаются в свободном направлении. Когда ведущий хлопнет в ладоши один раз, дети должны остановиться и принять позу «аиста», если два раза – позу «лягушки». На три хлопка играющие возобновляют ходьбу.

**«Давайте поздороваемся».** По сигналу ведущего дети хаотично двигаются по комнате и здороваются со всеми, кто встречается на их пути. Здороваться надо определенным образом: 1 хлопок – здороваемся за руку; 2 хлопка – здороваемся плечиками; 3 хлопка – здороваемся спинкам. Для полноты тактильных ощущений можно ввести запрет на разговоры во время этой игры.

**«Будь внимателен».** Дети свободно маршируют под музыку. Ведущий дает команды, дети реализуют движение в соответствии с командой: «зайчики» *–* прыжки с имитацией движений зайца; «лошадки» – удары ногой об пол, как будто лошадь бьет копытом; «раки» *–* дети пятятся, как раки; «птицы»– дети  имитируют полет птицы; «аист» *–* стоять на одной ноге; «лягушка» *–* присесть и скакать вприсядку; «собачки» *–* согнуть руки (собака служит) и лаять; «курочки» *–* дети ходят, «ищут зерна», произносят «ко-ко-ко!»; «коровки» *–* дети встают на руки и ноги и произносят «му-у-у!».

**«Запрещенное движение»*.***Взрослый показывает движения, которые ребенок повторяет. Затем выбирается одно движение, которое нельзя будет выполнять.  
  
**«Четыре стихии»*.***По команде ведущего ребенок, сидя на стуле, выполняет определенное движение руками: «земля» – опустить руки вниз; «вода» – вытянуть руки вперед; «воздух» – поднять руки вверх; «огонь» – вращение руками в локтевых и лучезапястных суставах.

**«Пожалуйста».** Ведущий показывает движения, а ребенок выполняет их только в том случае, если ведущий произносит слово «пожалуйста». Если этого слова ведущий не говорит, дети остаются неподвижными. Вместо слова «пожалуйста» можно добавлять и другие, например «Король сказал», «Командир приказал».

**«"Да"  и "Нет"  не говори»*.***Дети располагаются по кругу. Водящий, передавая предмет кому-то из детей, задает вопрос, на который он должен ответить. В ответах не должно быть слов: «да», «нет», «черный», «белый». Чем хитрее вопросы, тем интереснее игра.

**«Говори!»** Сказать детям следующее: «Ребята, я буду задавать вам простые и сложные вопросы. Но отвечать на них можно будет только тогда, когда я дам команду: «Говори!» Игра проводится как индивидуально, так и с подгруппой детей.

**«Кричалки, шепталки, молчалки».** Из разноцветного картона сделать 3 силуэта ладони: красный, желтый, синий. Это – сигналы. Когда взрослый поднимает красную ладонь – «кричалку», можно бегать, кричать сильно, шуметь; желтая ладонь – «шеп-талка» – означает, что можно тихо передвигаться и шептать; на сигнал «молчалка» – синяя ладонь – дети должны замереть на месте или лечь на пол и не шевелиться. Заканчивать игру следует «молчалкой».

**«Клубочек».** Расшалившемуся ребенка предложите смотать в клубок яркую пряжу. Размер клубка с каждым разом может становиться все больше и больше. Взрослый сообщает ребенку, что этот клубочек не простой, а волшебный. Как только человек начинает его сматывать, он успокаивается.

**«Разговор с руками».** Если ребенок подрался, что-то сломал или причинил кому-нибудь боль, можно предложить ему такую игру: обвести на листе бумаги силуэты ладоней. Затем предложить оживить ладошки – нарисовать им глазки, ротик, раскрасить цветными карандашами пальчики. После этого можно затеять игру с руками. Спросите: «Кто вы, как вас зовут?», «Что вы любите делать?», «Что не любите?», «Какие вы?» Если ребенок не подключается к разговору, продолжите диалог сами. При этом важно подчеркнуть, что ручки хорошие, они многое умеют делать (перечислите, что именно), но иногда не слушаются своего хозяина. Закончить игру нужно «заключением договора» между руками и хозяином. Пусть руки пообещают, что в течение 2–3 дней (сегодняшнего вечера или более короткого промежутка времени) они постараются  делать только хорошие дела: мастерить, здороваться, играть и не будут никого обижать. Если ребенок согласится на такие условия, то через заранее оговоренный промежуток времени необходимо снова поиграть в эту игру и заключить договор на более длительный срок, похвалив послушные ручки и их хозяина.

**Игры с песком** просто необходимы для гиперактивных детей, они успокаивают ребенка. Организовать их можно и дома. Песок можно заменить крупой, предварительно поместив ее в горячую духовку.

**«Археология».** Взрослый опускает кисть ребенка в таз с песком и засыпает ее. Ребенок осторожно «откапывает» руку – делает археологические раскопки. При этом нельзя дотрагиваться до кисти руки. Как только ребенок коснется своей ладони, он тут же меняется ролями со взрослым.

**«Послушай тишину».** По первому сигналу колокольчика дети начинают бегать по комнате, кричать, стучать и т. д. По второму сигналу они должны быстро сесть на стулья и прислушаться к тому, что происходит кругом. Затем дети по кругу или по желанию рассказывают, какие звуки они услышали.

**«Найди отличие».** Ребенок рисует картинку и передает ее взрослому, а сам отворачивается. Взрослый дорисовывает несколько деталей и возвращает картинку. Ребенок должен заметить, что изменилось в рисунке. Затем взрослый и ребенок могут поменяться ролями.

**«Колпак мой треугольный».**Играющие сидят в кругу. Все по очереди, начиная с ведущего, произносят по одному слову из фразы: «Колпак мой треугольный, треугольный мой колпак. А если колпак не треугольный, то это не мой колпак». Во втором кругу фраза повторяется снова, но дети, которым выпадет говорить слово «колпак» заменяют его жестом (2 хлопка ладошкой по голове). В следующий раз уже заменяются 2 слова: слово «колпак» и слово «мой» (показать рукой на себя). В каждом последующем кругу играющие произносят на одно слово меньше, а «показывают» на одно больше. В завершающем кругу дети изображают только жестами всю фразу. Если такая длинная фраза трудна для воспроизведения, ее можно сократить.  
**«Час тишины и час "можно".** Договоритесь с ребенком о том, что, когда он устанет или займется важным делом, будет наступать час тишины. Он должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать. Но в награду за это иногда у него будет час «можно», когда разрешается прыгать, кричать, бегать. «Часы» можно чередовать в течение дня, а можно устраивать их в разные дни. Лучше заранее оговорить, какие конкретные действия разрешены, а какие запрещены. При помощи этой игры можно избежать нескончаемого потока замечаний, который взрослый адресует ребенку.  
**«Волшебный ковер».** (Целесообразно применять с гиперактивными детьми до трех раз в день в специально отведенное время.) Родители расстилают маленький коврик, усаживаются на нем вместе с ребенком и читают ему книжку, которую ребенок выбирает сам. Упражнение занимает от 5 до 15 минут, в зависимости от возраста ребенка. Ребенок самостоятельно или с участием взрослых может, сидя на коврике, играть в «Пазлы», но это занятие лучше не ограничивать во времени – его продолжительность должна определяться составлением картинки. Выступая в роли «волшебного», коврик превращается для ребенка в место, где он может «спрятаться». Благодаря ему можно «перемещаться» в новые миры и страны, тогда коврик оказывается для ребенка «средством передвижения», «комнатой», «необитаемым островом», «замком» и т. д. «Поездки» и иные виды игр не должны быть связаны с наказанием и всегда должны вызывать у ребенка положительные ассоциации. Если ребенок «едет» со взрослым, никто из них не должен уходить с коврика раньше времени или до тех пор, пока задача не будет решена.

**Рекомендации для  педагогов, обучающих детей с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью.**

1. Ознакомьтесь с информацией о природе и проявлениях синдрома дефицита внимания с гиперактивностью, обратите внимание на особенности этих проявлений во время пребывания ребенка в  дошкольном учреждении.  
2. Вместе с ребенком и его родителями обратитесь за помощью к  психологу.  
3. Для улучшения организации учебной деятельности ребенка используйте простые средства – планы занятий в виде пиктограмм, списки, графики, часы со звонком.  
4. Используйте поощрения.    
5. Обеспечьте для ученика с синдромом дефицита внимания с гиперактивностью возможность быстрого обращения за помощью. Выполняя задание, гиперактивные дети часто не понимают, что и как они делают. Не ждите, пока деятельность ребёнка станет хаотичной, вовремя помогите ему правильно организовать работу.  
6. При каждом подходящем случае давайте ребёнку возможность принимать на себя ответственность. Например, ребёнок должен убрать за собой посуду после еды. Если он этого не сделал, то пусть продолжит убирать со стола, пока его  сверстники играют.  
7. Придерживаетесь позитивной модели поведения. Не стесняйтесь хвалить ребёнка. Дети с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью более других нуждаются в похвале.  
8. Обеспечивайте для ребёнка с синдромом дефицита внимания и гиперактивностью индивидуальные условия, которые помогают ему быть более организованным. Например, через 20-минутные интервалы на занятии разрешайте ему вставать и ходить  по группе. Некоторые гиперактивные дети лучше концентрируют внимание, одевая наушники. Используйте всё, что помогает (если это приемлемо и не опасно).  
9. Всегда помните: необходимо договариваться, а не стараться сломить.

**Памятка педагогу**

· Помните, что прикосновение является сильным стимулятором для формирования поведения и развития навыков обучения. Поощрительно прикасаясь к ребенку и сопровождая это доброжелательными словами можно добиться от ребенка положительных результатов. Старайтесь игнорировать его нежелательное поведение.  
· Помните, что гиперактивность – это не поведенческая проблема, не результат плохого воспитания, а медицинский и нейропсихологический диагноз, который может быть поставлен только по результатам специальной диагностики.  
· Помните, что проблему гиперактивности невозможно решить волевыми усилиями, авторитарными указаниями и словесными убеждениями. Ребенок, имеющий нейрофизиологические проблемы, не сможет справиться с ними самостоятельно.   
· Дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, окриков, замечаний, нотаций не приведут к улучшению поведения ребенка, а скорее ухудшат его.  
· Эффективные результаты коррекции синдрома дефицита внимания и гиперактивности достигаются при оптимальном сочетании медикаментозных и немедикаментозных методов, к которым относятся психологические и нейропсихологические коррекционные программы.

**Три «западни», которые подстерегают родителей при воспитании гиперактивного ребенка.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Западня | Содержание | Пути преодоления |
| № 1 | Недостаток эмоционального внимания, часто подменяемого медицинским уходом | Больше общаться с ребёнком вникать в его проблемы, играть вместе с ним в его детские игры, беседовать «по душам» |
| № 2 | Недостаток твёрдости в воспитании и отсутствие надлежащего контроля за поведением ребёнка | Составить список запретов и чётко следовать ему. Составить список: что должны проконтролировать родители (сегодня, завтра, через неделю) |
| № 3 | Неумение воспитывать в детях навыки управления гневом | Работу с гневом родители могут осуществлять, используя «лестницу гнева» |

**Как разговаривать с беспокойным ребенком**

1. Недопустимы (даже в критических ситуациях) грубость, унижение, злость. Выражения типа «терпеть не могу», «ты меня извел», «у меня нет сил», «ты мне надоел», повторяемые несколько раз в день (не говоря о более грубых), бессмысленны. Ребенок просто перестает их слышать.   
2. Не разговаривайте с ребенком между делом, раздраженно, показывая всем своим видом, что он отвлекает вас от более важных дел, чем общение с ним. Извинитесь, если не можете отвлечься, и обязательно поговорите с ним позже.   
3. Если есть возможность отвлечься, хотя бы на несколько минут, отложите все дела, пусть ребёнок почувствует ваше внимание, и заинтересованность.   
4. Во время разговора помните, что важны тон, мимика, жесты, на них ребёнок реагирует сильнее, чем на слова. Они не должны демонстрировать недовольство, раздражение, нетерпение.   
5. Разговаривая с ребёнком, задавайте вопросы, требующие пространного ответа.   
6. Поощряйте ребёнка в ходе разговора, покажите, что вам интересно и важно то, о чём он говорит.   
7. Не оставляйте без внимания просьбы ребёнка. Если просьбу нельзя выполнить по какой-то причине, не отмалчивайтесь, не ограничивайтесь коротким «нет», объясните, почему вы не можете её выполнить. Не ставьте условия для выполнения просьбы, например: «Если ты сделаешь это, то я сделаю то-то». Вы можете поставить себя в неловкую ситуацию.   
  
*Что делать в сложной ситуации?*  
1. Научиться не придавать «проступку» чрезвычайное значение, сохранять спокойствие (не путать с показным спокойствием, когда взрослый всем своим видом даёт понять:«Давай, давай, мне это безразлично, это твои проблемы»). Это не означает, что нужно всегда идти на поводу у ребёнка, не замечать его проступков, потакать ему, не контролировать его действия и не предъявлять к нему никаких требований. Наоборот, необходимы чёткие требования (в пределах возможностей ребёнка), не меняющиеся в зависимости от ситуации и настроения взрослого. Нужны требования плюс спокойствие и доброжелательность. Ребёнок должен осознавать, что требование – это не прихоть взрослого, а отказ – это не демонстрация враждебности, не наказание за проступок или просто ваше невнимание к его просьбе.   
2. Никогда не наказывать, если проступок совершён впервые, случайно или из-за ошибки взрослых.   
3. Не отождествлять проступок (нарушение поведения) и ребёнка. Тактика «ты плохо себя ведёшь – ты плохой» порочна, она закрывает ребёнку выход из ситуации, снижает самооценку, создаёт ситуацию страха. Видимо, поэтому непослушные дети так часто спрашивают родителей: «Ты меня любишь?»   
4. Обязательно объяснить ребенку, в чём его проступок и почему так себя вести нельзя. Однако если мама чуть что срывается на крик, а папа всегда готов шлёпнуть, вряд ли можно объяснить ребёнку, что кричать и драться нехорошо.   
5. Не стоить злословить по поводу проступка, напоминать (для профилактики), стыдить перед другими взрослыми и сверстниками. Это унижает, рождает обиду и боль. Ребёнок может, не осознавая этого, ответить тем же. Не стоит удивляться в этих случаях детскому «ненавижу» или «я тебя тоже не люблю», «ты злая».   
6. Не стоит ставить в пример «непослушному» ребёнку хороших братьев и сестёр, сверстников, укоряя словами: «Есть же нормальные дети, которые не изводят своих родителей». Родители, которые легко выходят из себя, не умеют держать себя в руках, а значит, не умеют себя вести, – это не очень хороший пример для детей.

**КАК НАДО**

**готовить родителям ребенка к поступлению в школу**

v Как это ни казалось бы Вам странным, но подготовку надо начинать задолго до рождения ребенка, стараясь, чтоб беременность у мамы протекала без различных неблагоприятных факторов анамнеза.

v После рождения ребенка пытаться довести удельный вес всех неблагоприятных факторов анамнеза, имеющихся после родов, до минимальных величин.

v Заботиться о том, чтоб Ваш малыш благоприятно адаптировался к условиям дошкольных учреждений.

v Знать возрастные нормы и особенности Вашего ребенка и, предъявляя ему требования, лишь исходить из них.

v Ни в коем случае не отвергать ребенка, не занижать его самооценку.

v Создать благоприятный климат для него в семье.

v Любить, как прежде, может быть, немного больше, и дать ему об этом знать.

v Заранее поинтересоваться о компонентах школьной зрелости ребенка и своевременно их развивать.

v Следить за умственным развитием ребенка.

v Создать условия, чтобы развивался интеллект, чтобы не было его задержки.

v Читать ребенку сказки и стихи.

v Учить с ним песни. Вместе слушать музыку. Смотреть мультфильмы, детское кино.

v Хвалить его за первые рисунки.

v Водить в музеи, театры, цирк и зоопарк.

v Дарить как можно чаще разные игрушки, необходимые для его возраста.

v Приветствовать сюжетно-ролевые игры и режиссерскую игру.

v Любыми способами поощрять общение со сверстниками.

v Воспитывать мир чувств.

v Учить ребенка управлять эмоциями, быть эмоционально независимым от Вас. Пытаться уменьшать  его тревожность.

v Следить за состоянием здоровья и заниматься реабилитацией всех выявленных отклонений.

v Узнать у воспитателей заранее, хотя бы за год, насколько «зрел» или «незрел» ребенок, или же провести самостоятельно тест школьной зрелости ребенку дома.

v Если ребенок зрел, то, даже несмотря на это, психологически готовить его к школе, ко всем тем трудностям, которые там ждут.

v Если малыш условно зрел и в состоянии учиться в обычной школе, необходимо попытаться как-то сделать «зрелыми» даже «незрелые» критерии, которые возможны, используя рекомендации психолога и педиатра.

v Если ребенок Ваш не зрел, ни в коем случае не добивайтесь, чтобы его по Вашей просьбе записали в школу. Вам надо выбрать только школу, которая ему необходима, которую Вам посоветуют на медико-психологической комиссии.

**КАК НЕ НАДО**

**вести себя родителям, когда ребенок готовится к поступлению в школу**

·        Не заниматься подготовкой  к школе, пуская это все на самотек.

·        Не выявлять заранее незрелость и, даже выявив ее, не принимать никаких мер.

·        Не проводить незрелому ребенку назначенные корригирующие мероприятия.

·        Пытаться записать его в обычный класс, прекрасно зная, что он в нем не справится с нагрузкой.

·        Поддерживать в нем низкую самооценку и комплексы неполноценности. Показывать, что он отверженный в семье и школа – это только его дело.

·        Все время инфантилизировать ребенка, пытаться, чтобы он был независимым от Вас.

·        Сверхопекать или подчеркивать свою гипоопеку.

·        Быть равнодушным к будущему малыша

**Подготовка ребенка к школе: полезные советы**

**Ситуация 1.**  
  
Папа и шестилетний сын любят наблюдать за природой. Отец, как он говорит, учит Алешу понимать логику природы и потому старается вызвать у сына интерес к явлениям окружающего, озадачить его "трудным" вопросом. Алеша и сам просит:  
- Ну-ка, папа, задай мне трудный вопрос.  
А он всегда наготове у отца.  
- Пожалуйста, - говорит он.- Вместо вопроса задам тебе [загадку](http://adalin.mospsy.ru/l_01_00/l_01_01c.shtml) о том, что ты здесь можешь увидеть:  
  
Пушистая вата   
Плывет куда-то.   
Чем вата ниже,   
Тем дождик ближе.  
  
Мальчик осматривается вокруг, вскидывает глаза к небу, лицо его озаряется догадкой:  
  
- Это облако!  
- А как ты догадался?  
- Ну так вот же оно, перед нами!  
- Почему же облако назвали ватой?  
- Оно белое, пушистое, как вата...  
  
Отец предлагает поиграть в игру: "Кто первый заметит?" или "Кто первый услышит?"  
  
Условия игры: увидеть то, чего другой не заметил, услышать то, чего другой не уловил. Этим самым он побуждает сына всматриваться в окружающее, отыскивать занимательное, интересное, удивительное. Вот муравей со своей ношей: сам маленький, а груз огромный. А здесь - золотая нить паутины, коряга с причудливыми очертаниями, похожая на голову сказочного Черномора, и даже белка! Оказывается, что ни шаг - то находка!  
  
- Какие ты знаешь деревья? Покажи их и назови, - предлагает отец, когда видит, что находки почти все исчерпаны.  
  
После городского шума ребенку лес кажется безмолвным. Но так ли это? Отец предлагает ему "послушать тишину": "Цвирк-цвирк" - кричит птица. А вот звук от упавшей шишки, хрустнула ветка, зашелестела листва от налетевшего ветра... Сделано еще одно открытие: "тишина" леса наполнена звуками.  
  
Во время отдыха на лужайке взрослый и маленький слушают пение птиц, жужжание пчел, стрекот кузнечиков... А сколько запахов от трав, цветов!  
  
И снова загадка маленькому туристу:  
  
Солнце печет,  
Липа цветет,  
Рожь поспевает -  
Когда это бывает?  
  
Отец то и дело озадачивает его вопросами, которые побуждают ребенка размышлять, сопоставлять, делать выводы: куда "смотрит" головка подсолнечника в полдень? Почему стрижи и ласточки в хорошую погоду летают высоко, а в сырую - над самой землей? Если сын затрудняется с ответом, отец предлагает понаблюдать, чтобы запомнить и ответить.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Любознательность, любопытство - это извечные и неискоренимые свойства человека. Где нет любознательности - нет школы. Мышление начинается там, где у ученика появляется потребность ответить на вопрос. Вызвать эту потребность - это и значит поставить цель умственного труда.  
  
Особое место в умственном воспитании занимает ознакомление детей с природой. В процессе систематических наблюдений у них развивается наблюдательность, формируются устойчивые познавательные интересы.

**Ситуация 2.**  
  
- Почему утки не мерзнут в воде, когда погода холодная? Почему Полкан босиком ходит даже зимой и не болеет, а я так тепло одета и у меня насморк? Почему осыпаются листья? Почему летом - дождь, а зимой - снег? Луна - это тоже солнце, только ночное?  
  
Шестилетняя Лена так стремительно засыпает бабушку своими вопросами, что та не успевает отмахиваться от нее. Наконец, выведенная из терпения, закипает:  
- Уймись же, наконец! Сколько можно почемукать! Все будешь знать - скоро состаришься!  
  
Когда Лена гуляет вместе с папой, то многие "почему" и "отчего" получают исчерпывающий ответ.  
- Почему река летом узенькая, а весной такая широкая, что берега залиты водой?  
- А как ты думаешь почему? - озадачивает отец дочку.  
И вот с помощью папы Лена делает правильный вывод: веснойьснега тают, ручьями сбегают с полей и из лесов в реку, оттого она становится широкой.   
  
По пути к реке - поляна, усыпанная желтыми одуванчиками. Теперь она вся золотая и яркая, даже глазам больно на нее смотреть. Еще издали девочка замечает это чудесное превращение.  
- Была зеленая, теперь желтая. Почему?  
- А вот подойдем поближе - посмотрим, - предлагает отец.  
Девочка, как зачарованная, любуется солнечной полянкой.  
  
А в следующий раз, когда папа и дочь снова держат путь к реке, то уже не находят солнечной полянки. Золото исчезло, и полянка теперь словно снегом припудрена.  
- Ну и ну! - удивляется Леночка, - вот так чудеса! Нет золотой полянки... Почему теперь она белая?  
- Сейчас подойдем поближе и рассмотрим, - говорит папа.  
Девочка срывает несколько цветков, и вместе с папой рассматривают легкие, круглые и хрупкие, словно мыльные пузыри, головки одуванчиков.  
  
А через неделю "чудесная" полянка снова преподносит сюрприз...  
- Куда же пропали одуванчики? - спрашивает девочка, еще издали увидев зеленую поляну.  
- А ну подумай хорошенько - куда они исчезли? Догадаться нетрудно, надо только поразмыслить, - говорит папа. И вот девочка самостоятельно приходит к выводу: семена цветов созрели, а ветер разнес "белый пушок" в разные стороны...  
- Давай понаблюдаем, а ты примечай, - предлагает папа.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Обращенные к взрослым вопросы "Что это?", "Зачем?", "Почему?" - свидетельство углубляющегося интереса ребенка к окружающему миру. В дошкольные годы у детей все более и более развиваются умственные способности - внимание, память, воображение, логическое мышление, наблюдательность. В первые семь или восемь лет нашей жизни наша память усваивает столько, сколько не усваивает во всю остальную жизнь. В это время мы приобретаем именно большую часть той громадной массы сведений, которая обща всем людям. Непосредственно наблюдая за окружающим миром, ребенок не только "фотографирует" то, что видит, но и пытается проникнуть в суть явлений, устанавливать связи между отдельными фактами и событиями.   
  
К 5 годам дети становятся "почемучками". Наша задача - помочь им приводить в определенную систему получаемые сведения об окружающем, сделать восприятие того или иного предмета или явления более полным, осмысленным, предоставить возможность логически мыслить, обобщать. Вот почему не всегда полезен готовый исчерпывающий ответ: ваши объяснения должны заставлять детей вдумываться, напрягать мысль. Например, озадачить ребенка вопросом на вопрос: а как ты думаешь почему? Как ты узнал? Маленький "почемучка" должен сам добраться до истины. Однако, ставя ребенка перед необходимостью самостоятельно мыслить, важно учитывать имеющийся у ребенка опыт и знания.  
  
**Ситуация 3.**  
  
Двое шестилетних ребят нашли на берегу реки старую корягу.  
- Бросим ее в речку, - предлагает один из них, - посмотрим, утонет или не утонет.  
Бросают. Коряга тонет. Удивлены.  
- Почему? Ведь дерево не должно тонуть!  
- Подумайте, - предлагает взрослый.  
Но ребята затрудняются ответить, они не знают.   
  
Тогда взрослый предлагает наводящие вопросы:  
- Легко ли вам было тащить корягу? Она небольшая, но тяжелая. Почему?  
- Она мокрая и вся облеплена глиной.  
- А в глине полно камешков!  
- Вон, оказывается, почему коряга потонула: она была мокрая, поэтому и тяжелая, как камень, - делают вывод  
ребята.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
В практике работы с детьми широко применяется эксперимент. Обычно он опирается на имеющиеся у детей знания и представления о предмете или явлении. Однако результат эксперимента, который провели дети самостоятельно, не совпал с их представлениями. Для того чтобы они пришли к правильному выводу, необходима была помощь взрослого, его наводящие вопросы направили мысль детей к искомому результату.  
  
**Ситуация 4.**  
  
Мартовский солнечный день. Сосульки, словно бахрома, что повисла над самым окном, искрятся и переливаются. Пятилетний ребенок, стоя у окна, любуется плачущими сосульками. А вечером он заметил, что сосульки не растаяли, как он ожидал, а, наоборот, "выросли и растолстели". Почему?  
- Попытайся догадаться сам, почему сосульки стали толще и длиннее, - предлагает мать.- Понаблюдай и тогда догадаешься сам.  
  
Конечно, не сразу удается разгадать загадку. И потому на следующий день любопытный "почемучка" снова возле окна. Он видит, что солнце заставляет сосульки "плакать" и они становятся... короче и тоньше!  
- Вот так раз! - удивляется мальчик.- Почему?  
- А как ты думаешь почему? - снова озадачивает его мать.-Давай еще понаблюдаем.  
- Они от солнышка тают, - рассуждает вслух мальчик.- Но почему же тогда они вчера не только не растаяли, а даже выросли? И день был точно такой же, солнечный.  
- Посмотрим, какими они станут к вечеру, - многозначительно говорит мать.  
  
Вечером сын снова подходит к окну. Теперь сосульки не "плачут" и снова "выросли и растолстели". И вот ребенок самостоятельно решает задачу: днем солнце греет, подогревает сосульки, и они тают, становятся тоньше и короче. Зато к вечеру, когда начинает подмораживать, капли воды от подтаявшего снега на крыше не успевают стечь и их прихватывает мороз, оттого сосульки "растут и толстеют".  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Первостепенная задача в подготовке ребенка к школе - побуждать его к самостоятельной умственной активности, учить его логически мыслить. А для этого не обязательно решать какие-либо специальные задачи-головоломки. От нас требуется умение вводить ребенка в мир непонятного, опираясь на его интерес к окружающему, как это и делала мать в описанном примере. В данном случае наблюдения помогли ребенку делать "открытия", сравнивать, сделать выводы на основе увиденного. Длительные, многоразовые наблюдения особенно ценны, так как позволяют ребенку увидеть одно и то же явление как бы с разных сторон и путем сопоставлений самостоятельно прийти к объяснению заинтересовавшего его явления.  
  
**Ситуация 5.**  
  
Пятилетнего Гришу "зачитывают" все новыми и новыми книгами. Родители с гордостью говорят:  
- Все перечитали. Даже в библиотеке ничего нового не находим.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Поспешность сделать из ребенка "начитанного всезнайку" неоправданна. Обычно в таких случаях ребенку читают все подряд, не сообразуясь с его возрастом и возможностью правильно воспринимать весь объем сведений. Ребенок не усваивает содержание книг осмысленно. Это приводит к переутомлению, неусидчивости, неумению сосредоточиваться, проявлять устойчивый интерес к содержанию прочитанного.  
  
Нет необходимости каждый раз ребенку читать или рассказывать что-то новое. Маленькие дети глубже усваивают уже однажды прочитанные книги; встречаясь с ними, как со старыми знакомыми, они стараются "подсказать" рассказчику, что будет дальше, поправляют, если рассказчик допустил неточность. Здесь маленький слушатель проявляет высокую активность.  
  
**Ситуация 6.**  
  
Отец с шестилетним сыном рассматривает картину "В лес по грибы", а затем предлагает:  
- Подумай, какой можно придумать рассказ по этой картине.  
  
Мальчик вглядывается в картину, медлит, видимо, не знает, с чего начать. Отец, видя это, старается дать толчок детской мысли наводящими вопросами: "Что здесь изображено? Почему художник назвал картину "В лес по грибы"? Как ты думаешь, что здесь происходит? Почему ты так считаешь? Какое время года отобразил художник? Как ты догадался?" Он не торопит сына, дает ему порассуждать вслух, доказать правильность своих предположений.  
  
- Как ты думаешь, давно ребята в лесу? Или только что пришли? - задает он вопрос, заставляющий ребенка подмечать отдельные детали на картине.  
- Ребята уже давно в лесу!  
- Как ты догадался?  
- Да ведь у них корзины полны грибов!  
- А еще почему?  
- Они уже собрались уходить домой: видишь, девочка кричит "Ау-у!" Это она зовет кого-то домой.  
- А что если это заблудился кто-то? - снова озадачивает отец ребенка и предоставляет ему возможность додумать сюжет картины, пофантазировать, поразмыслить, придумать несколько вариантов концовки...  
  
- Вот видишь, - говорит отец, - ты правильно все подметил и правильно ответил на вопросы. А теперь тебе нетрудно придумать рассказ по этой картине. Подумай, с чего ты начнешь, и рассказывай.  
Мальчик улыбнулся и начал:  
- Однажды летом дети в лес пошли. Взяли они с собой корзины...  
Интересный рассказ получился! Так что и слушатель, и сам рассказчик были довольны.

**Комментарий психолога:**  
  
У детей старшего дошкольного возраста необходимо развивать способности придумывать небольшие рассказы по сюжетным картинкам, с целью совершенствования форм монологической речи.  
  
Детей нужно учить отвечать на вопросы, точно и полно выражая свои мысли, пользуясь разными типами предложений (краткими, распространенными, сложноподчиненными). Решению этих задач помогают подобные занятия.  
  
Чтобы передать сюжет, ребенку приходится совершать довольно сложные умственные операции - определять, в какой связи находятся изображенные на картине предметы, какое событие отразил художник, учесть "фон", на котором разворачиваются действия, додумать сюжет, выходящий за пределы видимого, и   
т. п.  
  
В описанном примере мы видим, как благодаря правильно сформулированным вопросам взрослый помогает ребенку всматриваться в изображение, видеть картину в деталях и в целом, логически мыслить. Ценно то, что взрослый наводящими вопросами тактично направляет детскую мысль, побуждая ребенка к правильным суждениям.  
  
**Ситуация 7.**  
  
Вечер. В комнате горит настольный свет, выхватывая из темноты круглый стол и два сосредоточенных детских лица. Дети думают! Трудное и интересное задание предстоит им выполнить - придумать конец рассказа, который предложила мама:  
  
- Пошел мальчик ловить рыбу. Сидит на берегу озера с удочкой, да только рыба не клюет и не клюет. "Хоть бы одну поймать", - думает юный рыболов, охота ли возвращаться домой с пустым ведерком! Наверное, надо место переменить... И вдруг увидел неподалеку - лодка! Отвязал ее и на самую середину озера заплыл. Не успел закинуть удочку, как тут же поплавок запрыгал: клюет! Вот удача, так удача! Только успевай вытаскивай. Уже полведерка наловил. "Вот удивлю всех!" - размышляет рыболов.  
...Подул ветерок. Потянуло прохладой, солнце опустилось над самым лесом, близился вечер.  
"Ну, пожалуй, хватит. Пора домой!" - решил мальчик. Глядь, а весел нет: уплыли... Покричать, позвать кого-нибудь на помощь? А вокруг никого. Что делать? Как добраться до берега? Не ночевать же ночью в лодке?  
  
- А что дальше? - разом любопытствуют ребята, увидев, что мама не собирается продолжать.  
- А вы подумайте сами, какой конец можно придумать к этому рассказу, - предлагает мама, - только не торопитесь, пусть каждый из вас придумает конец по-своему. А мы посмотрим, у кого получится интереснее.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Задание детям 6 лет придумывать конец рассказа опирается на детский интерес и потому является особенно эффективным средством заставить ребенка думать, фантазировать, логически мыслить. Оно побуждает дошкольника к активности. Даже молчуны стараются высказаться. Такая форма занятий доступна детям 6 - 7 лет. Успех задания во многом зависит от того, насколько взрослый сможет заинтересовать слушателя рассказом; здесь должно быть доступное содержание с острой ситуацией, умение вовремя оборвать рассказ на интересном месте и т. п.  
  
**Ситуация 8.**  
  
- До десяти Севка считает запросто. Может и дальше - до двадцати, тридцати, чуть ли не до ста. Но сбивается, надо ему подсказывать.  
Я попробовал задавать ему простейшие арифметические задачи.  
- Сколько будет: один прибавить один?  
Эту он, конечно, решил сразу.  
- А если к одному прибавить два?..  
Уже ничего не выходит, путается, не соображает. Я даже как-то сразу засомневался в его математических способностях.  
- Сколько будет: два прибавить два... три?..  
- Не знаю.   
  
Тогда я те же самые задачи сформулировал не с отвлеченными числами, а с конкретными, именованными.  
- Было два петуха возле дома, пришли еще два. Сколько петухов стало?  
Ответил сразу, почти не задумываясь.  
- А если было пять петухов, а трех забрали, то сколько осталось?  
Тоже ответил правильно и довольно быстро.  
  
Другой пример.  
  
Угостили Риту (6 лет) сливами. Мама предложила ей:  
- Подели их всем поровну - братику, папе, мне и себе.  
Но что вначале для этого надо сделать?  
- Посчитать, сколько их, - говорит девочка.  
- Правильно, - одобряет мама.  
Рита считает: восемь.  
- Прежде чем раздать сливы, сосчитай, сколько их нужно дать каждому.  
Девочка затрудняется. Начинает гадать: "По три сливы, по две..."  
  
Тогда мама помогает ей:  
- Возьми сливы и разложи их на столько частей, сколько человек в семье.  
Девочка тут же справляется с поставленной задачей.  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Ребенку дошкольного возраста присущи конкретность, наглядность, образность, действенность мышления. Он более осмысленно воспринимает задачу, если конкретно представляет или видит то, о чем говорится в ней, если собственными действиями подкрепляет ход ее решения. Важно учитывать, что у ребенка дошкольного возраста способность к абстрагированию еще недостаточно сформирована, поэтому совершать умственные действия с отвлеченными числами ему сложно.  
  
**Ситуация 9.**  
  
Илюша (5 лет) предпочитает шумные игры, а занятия, требующие сосредоточенности, не любит. Вот и сейчас выполнил рисунок, не приложив усилий: видно, что может рисовать лучше, но не старался. Но мама, посмотрев его работу, говорит:  
- Хорошо, молодец! Для нее главное, чтобы сын был занят.  
Мальчик тут же бросает свой "шедевр" и создает новый, ничуть не лучше прежнего.  
- А это хорошо? - спрашивает он, заранее уверенный, что его похвалят.  
- И это хорошо. Молодец. Ты же у меня все умеешь!  
Мать считает: "Подумаешь - не дорисовал! Подумаешь, неправильно держит карандаш! Пойдет в школу - научится. Не беда, что принимается сразу за несколько дел - лишь бы занят был. Вот пойдет в школу, тогда..."  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Если ребенок постоянно слышит похвалу, то постепенно привыкает к тому, что все дается ему легко и просто, усилия и старания не нужны. И тогда может произойти, что у ребенка не сформировано серьезное отношение к занятиям, что у него образовался неправильный навык держать ручку, что у него нет усидчивости, терпения, настойчивости. О таком ребенке иногда говорят: "неспособный". А оказывается, дело в другом: вовремя не выработаны у будущего первоклассника навыки учебной деятельности.  
  
Важно следить, чтобы ребенок всегда доводил любую работу до конца. И здесь немаловажную роль играет ваше отношение, ваша требовательность к делам ребенка. Если он видит, что вы серьезно относитесь к его делам, то у него повышается ответственность к их выполнению. Хвалить можно лишь за старания, за приложенные усилия, за преодоление трудностей. Объективная оценка результатов деятельности ребенка помогает ему проявлять усилия, вырабатывает правильное отношение к занятию как к серьезному делу.  
  
**Ситуация 10.**  
  
Первоклассник Виталик садится за уроки. Сначала он роется в портфеле, доставая то один учебник, то другой, видимо, не решил еще, чем будет заниматься - читать или решать задачи. Наконец, предпочтение отдает задачам. Раскрывает книгу и, наморщив лоб, думает. Кажется, что-то решил, но, заметив, что нет тетради, снова лезет в портфель.  
Тетрадь раскрыта, но он уже забыл условие задачи. Снова читает, собираясь записать нужное.  
  
Но тут выясняется, что на столе нет ручки. Снова роется в портфеле и достает ее оттуда. Теперь, наконец, он намерен сделать первую запись. Но ручка не пишет.  
  
Виталик решительно выходит из-за стола и идет в другую комнату, чтобы там взять новый стержень для ручки. По пути гладит кошку, смотрит в окно...  
  
Сколько еще уйдет драгоценных минут впустую, прежде чем он выведет первую букву в своей тетради!  
  
Мать поторапливает сына, но безрезультатно: домашнее задание, рассчитанное на 30-40 минут, он растягивает чуть ли не на весь вечер.  
  
- Ничего не успевает, - жалуется она учительнице. - А вот соседский мальчик умеет заниматься, не тратя время попусту. Всегда собран, все под рукой. А мой никак не раскачается, вечно что-то затеряно, не подготовлено. Почему? Ведь мы стараемся помочь ему в подготовке к занятию...  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Навыки учебной деятельности формируются задолго до школы. Ребенок, стоящий у порога школы, непременно должен обладать хотя бы элементарными навыками самоорганизации. Эти навыки в дальнейшем станут его "помощниками" в учебной деятельности, разумном расходовании времени, умении чередовать труд, учебу, игру, отдых.  
  
Еще в дошкольные годы ребенок должен усвоить: любая деятельность - игра, труд, занятие - требует определенной подготовки. Поэтому важно предусмотреть, что, например, потребуется для рисования или лепки, для игры или труда, где и как лучше сесть, есть ли под рукой все необходимое, как лучше расположить материалы и пособия, нужные для занятия. Всему этому нужно учить ребенка, напоминать, чтобы он не начинал заниматься до тех пор, пока не убедится, что у него все необходимое приготовлено. И конечно, проследить, как он сам выглядит, в порядке ли у него костюм, вымыты ли руки. Подготовка к предстоящей деятельности одновременно настраивает ребенка на серьезный трудовой лад, создает в нем желание выполнить работу; уже сама подготовка как бы программирует его деятельность.  
  
**Ситуация 11.**  
  
Родители пятилетней Ксении стараются дать ей как можно больше сведений, много читают и рассказывают, учат считать, читать, заучивают с ней наизусть стихотворения. Они с гордостью говорят:  
- Ксения знает много стихов, на память знает чуть ли не всю сказку А. С. Пушкина "О рыбаке и рыбке", с интересом слушает книги, предназначенные для школьников. Уже читает, считает до ста... Развита не по годам. Думаем, что ей легко будет учиться.  
  
Родители Игоря говорят:  
- Конечно, и мы хотим, чтобы сын хорошо учился, но не знаем, как подготовить его к школе. Ведь дать Игорю знания в системе мы не умеем. Зато считаем нужным воспитывать у него трудолюбие, усидчивость, следим, чтобы любое дело выполнял старательно и не бросал его на полпути. Следим, чтобы он постоянно был занят чем-то полезным, помогал нам, взрослым, и не слонялся без дела. Рассказываем ему о школе, стараемся внушить, что учение - это труд, и, для того чтобы стать хорошим учеником, нужно быть прилежным во всех делах.  
  
У родителей четырехлетней Оли иная точка зрения: они боятся перегрузки детского ума: "мала еще - не поймет" - и потому не считают нужным объяснять или говорить о том, что ребенок видел или слышал, но не понял. Если же девочка просит что-то объяснить, отвечают ей:  
- Тебе еще рано об этом знать. Подрастешь - узнаешь.  
Они считают: "Еще до школы далеко. Да и вообще, стоит ли ребенка готовить к учению? Вот пойдет в школу, там его будут учить учителя".  
  
**Комментарий психолога:**  
  
Не правы те родители, которые боятся перегрузки детского ума. Не правы и те, которые загромождают детское сознание большим количеством разрозненных и не по возрасту "умных" сведений. Родители считают, что их ребенок развит "не по годам". На поверку же получается, что его знания лежат на поверхности, разрозненны, что считает он механически, а о героях книг высказывается услышанными от взрослых формулировками. Даже в жизненных ситуациях выглядя всезнайкой, он лишь повторяет готовые словесные "штампы" взрослых, не осознавая истинного их смысла.  
  
Разумно поступают те родители, которые готовят школьное "завтра" с первых проявлений любознательности ребенка и на доступных ему сведениях. Начав воспитание своего ребенка, они по существу начинают готовить в нем и будущего школьника: весь его предшествующий опыт определяет успех учения.  
  
Готовить ребенка к школе - это значит не только обеспечить количество определенных представлений, но и формировать качественные мыслительные способности. И главное, сформировать в нем психологическую готовность к обучению - интерес и потребность к познанию нового, трудолюбие, усидчивость, внимание, память, логическое мышление, способность к волевым усилиям. А это достигается не только путем специальных занятий, но и в результате знакомства с окружающей жизнью - в играх, труде, общении со взрослыми и сверстниками.

**Что такое школьная зрелость?**

Когда ребенок достигает возраста шести-семи лет, а иногда и раньше, многие родители озабочены вопросами, связанными с его поступлением в школу. Как сделать так, чтобы ребенок легко учился, с удовольствием ходил в школу, был хорошим (или даже лучшим) учеником в классе? В этот период родительские амбиции приводят к парадоксальной ситуации, когда ребенок начинает восприниматься через призму успешности обучения в школе.  
  
Насколько правомерна подобная позиция мам и пап? Есть ли критерий, который позволяет адекватно оценить степень подготовленности ребенка к школьной жизни? Такой критерий есть, и в психологии он получил название **"школьная зрелость"**, или **психологическая готовность ребенка к школьному обучению**. Под школьной зрелостью понимается достижение ребенком такого уровня психического развития, когда он оказывается способным принимать участие в школьном обучении.  
  
Что обеспечивает успешное освоение новой социальной роли школьника?  
  
Большинство родителей думают, что они подготовили ребенка к школе, если научили его, например, читать. Так ли это? Представьте себе ситуацию, когда в одном классе собрались как читающие, так и нечитающие дети. У детей, не умеющих читать, будет активно формироваться навык чтения, а что остается делать тем, кто умеет читать?  
  
В психологии известна следующая закономерность формирования навыка чтения. Сначала этот процесс идет по нарастающей, то есть ребенок быстро усваивает нужный навык. Затем процесс выработки навыка замедляется, и какое-то время навык практически не совершенствуется. Такое состояние психологи называют состоянием "плато". Значит, пока ваш читающий ребенок находится в состоянии "плато", другие дети активно совершенствуют навык чтения. Затем наоборот, ваш ребенок готов выйти на более высокий уровень, тогда как другие дети как раз оказываются в зоне "плато". Что лучше?   
  
Как показывает опыт, к концу первого полугодия первоклассники выравниваются и читают примерно одинаково. Может, было бы разумно собрать в один класс читающих, а в другой нечитающих детей? Оценка качества чтения у третьеклассников - и тех, кто в первом классе умел читать, и тех, кто не умел, - показывает, что дети в большинстве случаев читают примерно одинаково. Связано это прежде всего с личностью учителя, стилем и методами его работы с детьми. При правильном взаимодействии с ребенком, построенном с учетом его индивидуальных особенностей, достигается оптимальное развитие каждого ученика.  
  
Итак, навыки чтения, письма, счета и другие относятся к общеучебным умениям, но, несмотря на свою важность, не они определяют готовность ребенка к школе.  
  
Старший дошкольник к началу школьного обучения уже прошел огромный путь в своем психическом развитии. Можно выделить три основных направления психологической готовности ребенка к школе, на основе изучения которых можно сделать вывод о школьной зрелости: психофизиологическое, интеллектуальное и личностное.  
  
**Психофизиологические особенности.** К семи годам достаточно сформированы структура и функции мозга, близкие по ряду показателей к мозгу взрослого человека. Так, вес мозга детей в этот период составляет 90 процентов веса мозга взрослого человека. Такое созревание мозга обеспечивает возможность усвоения сложных отношений в окружающем мире, способствует решению более трудных интеллектуальных задач.  
  
К началу школьного обучения достаточно развиваются большие полушария мозга и особенно лобные доли, связанные с деятельностью второй сигнальной системы, отвечающей за развитие речи. Этот процесс находит отражение в речи детей. В ней резко увеличивается количество обобщающих слов. Если вы спросите у детей четырех-пяти лет, как назвать одним словом грушу, сливу, яблоко и абрикос, то можно наблюдать, что некоторые дети вообще затрудняются найти такое слово или им требуется много времени для поисков. Семилетний же ребенок без труда находит подходящее слово ("фрукты").  
  
К семи годам достаточно выражена асимметрия левого и правого полушария. Мозг ребенка "левеет", что находит свое отражение в познавательной деятельности: она становится последовательной, осмысленной и целенаправленной. В речи детей появляются более сложные конструкции, она становится более логичной, менее эмоциональной.  
  
К началу школьного обучения у ребенка достаточно развиты тормозные реакции, которые помогают ему управлять своим поведением. Слово взрослого и его собственные усилия могут обеспечить желаемое поведение. Нервные процессы становятся более уравновешенными и подвижными.  
  
Костно-мышечный аппарат отличается гибкостью, в костях много хрящевой ткани. Развиваются, хотя и медленно, мелкие мышцы руки, которые обеспечивают формирование навыков письма. Процесс окостенения запястий завершается лишь к двенадцати годам. Моторика руки у детей шестилетнего возраста развита хуже, чем у семилеток, поэтому дети семилетнего возраста более восприимчивы к письму, чем шестилетки.  
  
В этом возрасте дети хорошо улавливают ритм и темп движений. Однако движения ребенка недостаточно ловки, точны и координированны.  
  
Все перечисленные изменения в физиологических процессах нервной системы позволяют ребенку участвовать в школьном обучении.  
  
Дальнейшее психофизиологическое развитие ребенка связано с совершенствованием анатомо-физиологического аппарата, развитием физических характеристик (вес, рост и т. п.), совершенствованием двигательной сферы, развитием условных рефлексов, соотношением процессов возбуждения и торможения.  
  
**Познавательная сфера.** К шести-семи годам относительно сформированы все анализаторы коры мозга, на основе которых развиваются разные виды чувствительности. К этому возрасту улучшается острота зрения, точность и тонкость цветоразличения. Ребенок знает основные цвета и их оттенки. Повышается звуковысотная различительная чувствительность, ребенок правильнее может различать тяжесть предметов, допускает меньше ошибок при определении запахов.  
  
К началу школьного обучения у ребенка сформированы **пространственные отношения**. Он может правильно определить положение предмета в пространстве: ниже - выше, впереди - сзади, слева - справа, над - под. Наиболее сложными для усвоения являются пространственные отношения "слева - справа". Сначала дети устанавливают связь между направлением и частями своего тела. Они различают правую и левую руку, парные органы и стороны своего тела в целом. Ребенок определяет расположение чего-то справа или слева только от себя. Затем, уже в младшем школьном возрасте, дети переходят к восприятию относительности направлений и возможности переноса их определения на другие объекты. Связано это с тем, что дети могут мысленно учитывать поворот на 180 градусов и понимать, что значит справа или слева от других объектов.  
  
Задачи на глазомер дети хорошо решают в случае больших различий между предметами, могут выделить такие отношения, как "шире - уже", "больше - меньше", "короче - длиннее". Дошкольник может правильно разложить палочки, ориентируясь на их длину: найти самую длинную, самую короткую, расположить палочки по мере возрастания или убывания их длины.  
  
**Восприятие времени** старшего дошкольника еще значительно отличается от восприятия взрослого. Дети понимают, что время нельзя остановить, вернуть, ускорить или замедлить, что оно не зависит от желания и воли человека. Во временном пространстве ребенок старшего дошкольного возраста ориентирован на настоящее "здесь и теперь". Дальнейшее развитие связано с интересом к прошлому и будущему. В семь-восемь лет дети начинают интересоваться тем, что было "до них", историей родителей. В восемь-девять лет они "строят планы" на будущее ("я буду врачом", "я женюсь" и др.).  
  
Восприятие тесно связано с содержанием воспринимаемого объекта. Знакомый объект (предмет, явление, изображение) ребенок воспринимает как единое целое, а незнакомый - как состоящий из деталей. Дети шести-семи лет предпочитают картинки с занимательными, находчивыми, веселыми персонажами, они способны уловить юмор, иронию, дать эстетическую оценку изображенного на картине сюжета, определить настроение.  
  
Воспринимая **форму** предметов, ребенок старается ее опредметить. Например, глядя на овал, он может сказать, что это часы, огурец, тарелка и т. п. Ребенок сначала ориентируется на цвет, а затем на форму. Если ребенку дано задание разложить по группам фигуры: треугольники, прямоугольники, квадраты, овалы, круги разных цветов, то он будет объединять их на основе цвета (например, в одну группу войдут треугольник и круг зеленого цвета). Но если фигуры опредметить, например дать изображенные на картинках стол, стул, яблоко, огурец, то независимо от цвета ребенок будет объединять картинки по группам на основе формы. То есть все огурцы независимо от цвета (красный, желтый, зеленый) окажутся в одной группе.  
  
**Сенсорное развитие** в дошкольном возрасте включает в себя:  
  
- развитие органов чувств;  
- овладение сенсорными эталонами (цвет, форма, размер, фактура),  
- усвоение способов обследования предметов (восприятие предмета в целом, выделение основных частей, мелких деталей и соотношений между ними, нахождение отличительных признаков).  
  
К началу школьного обучения у ребенка достаточно развита **произвольная память**. Совершенствование этого вида памяти связано с развитием умения ставить цель запомнить что-либо и применить способы запоминания.  
  
В старшем дошкольном и младшем школьном возрасте хорошо развита **двигательная** и **эмоциональная память**, а также **механическое запоминание**. Ребенок в шесть-семь лет воспроизводит после произнесения взрослым 4-8 хорошо знакомых слов и 1-2 незнакомых.  
  
К шести-семи годам у ребенка достаточно большой словарный запас - около 14 000 слов. Речь ребенка отличается употреблением слов, связанных с движением и деятельностью. Очень мало в речи детей прилагательных. В шесть-семь лет увеличивается количество обобщающих слов.  
  
В шесть лет все реже ребенком используется ситуативная **речь** ("А вот мы вчера с ним ходили. А там как застучит. Я испугался. Потом было так весело. А он мне дал чупа-чупс. Все смеялись, и я тоже". Оказывается, ребенок ходил с папой в цирк, где выступал клоун с собачкой. Собачка выпрыгнула на бортик манежа и испугала его, так как он сидел в первом ряду; потом подошел клоун и дал ему леденец). Появляется контекстная речь, связанная с сообщением о ситуациях и явлениях, которые в данный момент ребенок не наблюдает. Постепенно речь ребенка становится связной, развернутой, логичной, понятной слушателю.  
  
К шести годам постепенно развивается **произвольное внимание**, которое выражается в умении выполнять что-либо по правилу или инструкции на протяжении определенного времени. Шестилетние дети могут продуктивно заниматься одним и тем же делом в течение 10-15 минут. Правда, такие свойства внимания, как распределение (сосредоточение сразу на нескольких существенных объектах) и переключение (способность быстро сосредоточиться на другом объекте или задании), развиты пока недостаточно.  
  
К началу школьного обучения у ребенка развит **кругозор**. Он владеет многими представлениями, связанными с окружающим миром. От единичных понятий переходит к более общим, выделяя при этом как существенные, так и несущественные признаки. Если двухлетний ребенок на вопрос о том, что такое ложка, ответит: "Ложка - это вот!" - и покажет на конкретную ложку, то старший дошкольник скажет, что ложка - это то, с помощью чего едят суп или кашу, то есть выделит функцию предмета.  
  
Систематическое школьное обучение приводит к постепенному овладению ребенком абстрактными понятиями, усвоению родо-видовых отношений между предметами. Однако и некоторые дошкольники могут относительно той же ложки сказать, что это предмет (или кухонная посуда), то есть выделить родовой признак понятия. Помимо существенных признаков, таких как функциональное назначение (для еды), старший дошкольник может определить и несущественные (красного цвета, с рисунком медвежонка, круглая, большая и др.).  
  
Ребенок использует пример как основную форму доказательства на первых этапах обучения в дошкольном детстве и начальной школе. При объяснении чего-либо все сводится к знакомому, частному, известному.  
  
В **мышлении** дошкольника можно выделить следующие особенности. Во-первых, для детей характерен анимизм (одушевление неживой природы, небесных тел, мифических существ). Во-вторых, синкретизм (нечувствительность к противоречиям, связывание всего со всем, неумение отделить причину и следствие). В-третьих, эгоцентризм (неумение посмотреть на себя со стороны). В-четвертых, феноменальность (склонность опираться не на знание об истинных отношениях вещей, а на их кажущиеся отношения).  
  
Особенность мышления детей - одухотворять природу, приписывать неодушевленным вещам способность мыслить, чувствовать, делать - Жан Пиаже назвал **анимизмом** (от лат. animus - душа). Откуда же возникает это удивительное свойство мышления дошкольника - видеть живое там, где, с точки зрения взрослого человека, его не может быть? Многие находили причину детского анимизма в том уникальном видении мира, которое складывается у ребенка к началу дошкольного возраста.  
  
Для взрослого весь мир упорядочен. В сознании взрослого существует четкая грань между живыми и неживыми, активными и пассивными объектами. Для ребенка таких строгих границ нет. Ребенок исходит из того, что живое - это все, что движется. Речка живая, так как она движется, и облака живые - по той же причине. Гора неживая, так как она стоит.  
  
Дошкольник с момента своего рождения слышал направленную к нему речь взрослого, насыщенную анимистическими конструкциями: "Кукла хочет кушать", "Мишка пошел спать" и т. д. Помимо этого, он слышит такие выражения, как "Дождь идет", "Солнце взошло". Метафорический контекст нашей речи скрыт от ребенка - отсюда анимизм мышления дошкольника.  
  
В особом, одушевленном мире дошкольник легко и просто осваивает связи явлений, овладевает большим запасом знаний. Игра и сказка, в которых даже камень дышит и разговаривает, - это особый способ освоения мира, позволяющий дошкольнику в специфической форме усвоить, понять и по-своему систематизировать тот поток информации, который обрушивается на него.  
  
Следующая особенность детского мышления связана с установлением естественной причинности между событиями, которые происходят в окружающем мире, или **синкретизмом**.  
  
Синкретизм - подмена объективных причинно-следственных связей субъективными, существующими в восприятии. Ж. Пиаже в своих опытах задавал детям вопросы относительно причинных зависимостей в окружающем мире. "Почему солнце не падает? Почему луна не падает?" В своих ответах дети указывали различные свойства предмета: величину, расположение, функции и т. п, связанные в восприятии в одно целое. "Солнце не падает, потому что большое. Луна не падает, потому что звезды. Солнце не падает, потому что светит. Ветер - потому что деревья качаются". Приведем пример синкретизма в рассказе ребенка шести лет. "Идет Красная Шапочка по лесу, навстречу ей лисичка: "Чего ты плачешь, Красная Шапочка?" А та отвечает. "Как же мне не плакать?! Меня волк съел!""  
  
Следующая особенность детского мышления заключается в неумении ребенка посмотреть на объект с позиции другого и называется **эгоцентризм**. Ребенок не попадает в сферу своего собственного отражения (не видит себя со стороны), замкнут на своей точке зрения.  
  
**Феноменальность** детского мышления проявляется в том, что дети опираются на кажущиеся им отношения вещей, а не на то, что есть на самом деле.  
  
Так, дошкольнику кажется, что молока в высоком и узком стакане много, а если его перелить в низкий, но широкий стакан, то станет меньше. У него нет понятия сохранения количества вещества, то есть понимания того, что количество молока остается одинаковым, несмотря на изменение формы сосуда. В процессе школьного обучения и по мере овладения счетом, развития умения устанавливать взаимно однозначные соответствия между объектами внешнего мира ребенок начинает понимать, что определенная трансформация  
не изменяет основных качеств предметов.  
  
С первого дня школы от детей ожидают усвоения сложных социальных правил, регламентирующих отношения в классе. Отношения с одноклассниками заключаются в нахождении баланса между сотрудничеством и соперничеством, отношения с учителем состоят из компромисса между независимостью и послушанием. В связи с этим уже в дошкольном возрасте начинают приобретать важное значение нравственные мотивы, среди которых наиболее важны следующие: сделать приятное, нужное людям, принести пользу, сохранить положительные взаимоотношения с взрослыми, детьми, а также познавательные интересы, в том числе к новым видам деятельности.  
  
Развитие **эмоционально-волевой сферы** связано со становлением регулятивной функции психики. В рассматриваемый возрастной период дети склонны к сильным переживаниям, из-за пластичности нервных процессов происходит быстрая смена чувств. У детей особое значение начинают приобретать чувства, связанные с учебной деятельностью, процессом познания. Их уже не удовлетворяет только лишь игровая деятельность. Дальнейшее развитие получают морально-нравственные чувства, на основе которых формируются такие качества, как ответственность, трудолюбие, честность, товарищество.   
  
К началу школьного обучения у ребенка процессы возбуждения преобладают над процессами торможения. Регулирующая функция воли проявляется в активизации и торможении деятельности ребенка. У ребенка дошкольного возраста должны быть сформированы такие понятия, как "надо", "можно", "нельзя". Надо убрать игрушки, почистить зубы, застелить постель и т. п. - все это побудительная, активизирующая функция воли. Нельзя разбрасывать вещи, смотреть телевизор после 9 часов вечера и т. п. - эти словесные воздействия родителей направлены на торможение двигательной активности ребенка. "Можно" формирует в сознании дошкольника правила поведения, на основе которых происходит становление таких важных свойств личности, как дисциплинированность и ответственность: "Можно пойти погулять, после того как уберешь игрушки (в младшем школьном возрасте - выучишь уроки)" и т. д.   
  
У многих дошкольников сформированы **волевые качества**, которые позволяют им успешно выполнять различные задания. Дети способны поставить цель, принять решение, наметить план действия, сделать определенное усилие для преодоления препятствия, оценить результат своего действия. Для того чтобы у ребенка развивались волевые качества, взрослый должен организовывать его деятельность, помня при этом, что волевое действие напрямую зависит от трудности задания и времени, отводимого на его выполнение.  
  
У детей старшего дошкольного возраста расширяется круг **потребностей**. Появляются новые потребности, связанные с желанием пойти в школу, обрести статус школьника. Ребенок хочет узнавать новые сведения уже не через игру, а в общении с учителем и другими детьми, начинает осознавать свои потребности, однако часто потребности и интересы направлены на внешнюю, наиболее привлекательную сторону школьного обучения (покупка ранца, школьных принадлежностей, выделение в доме места для выполнения уроков и т. п).  
  
Родителям следует учитывать, что **самооценка** у детей дошкольного возраста в основном завышена. И одна из трудностей школьного обучения будет связана с формированием адекватной самооценки

**Психологическая готовность к школе**

|  |  |
| --- | --- |
| Компоненты  психологической  готовности | Содержательная характеристика |
| Интеллектуаль­ная готовность | Наличие широкого кругозора и запаса знаний. Сформированность начальных умений учеб­ной деятельности.  Аналитическое мышление (способность по­стижения признаков и связей между явления­ми, способность действовать по образцу). Логическое запоминание. Развитие мелкой моторики и сенсомоторной координации.  Умение выделять учебную задачу и перево­дить ее в самостоятельную цель деятельно­сти. Развитие фонематического слуха |
| Личностная готовность | Принятие новой социальной позиции. Позитивное отношение к школе, учителям, учебной деятельности, самому себе. Развитие познавательных критериев, любо­знательности.  Развитие желания ходить в школу. Произвольное управление своим поведени­ем.  Объективность самооценки. Потеря «детскости», непосредственности |
| Социально-  психологическая готовность | Гибкое владение способами установления взаимоотношений. Развитие потребности в общении. Умение подчиняться правилам и нормам. Умение действовать совместно, согласовы­вать свои действия |
| Эмоционально-  волевая готов­ность | Развитие «эмоционального предвосхищения» (предчувствие и переживание отдаленных последствий своей деятельности). Эмоциональная устойчивость; Сформированность небоязни трудностей. Умение ограничивать эмоциональные поры­вы. Умение систематически выполнять задания |

**Тесты для родителей на определение готовности ребенка к школе**

Отметьте каждый утвердительный ответ одним баллом.

1. Как вы считаете, хочет ли ваш ребенок идти в первый класс?  
2. Считает ли он, что в школе узнает много нового и интересного?  
3. Может ли ваш малыш в течение некоторого времени (15-20 минут) самостоятельно заниматься каким-либо кропотливым делом (рисовать, лепить, собирать мозаику и т. п.)?  
4. Можете ли вы сказать, что ваш ребенок не стесняется в присутствии посторонних людей?  
5. Умеет ли ваш малыш связно описать картинку и составить по ней рассказ как минимум из пяти предложений?  
6. Знает ли ваш ребенок стихи наизусть?  
7. Может ли он назвать заданное существительное во множественном числе?  
8. Умеет ли ваш ребенок читать, хотя бы по слогам?  
9. Считает ли малыш до десяти в прямом и обратном порядке?  
10. Умеет ли он прибавлять и отнимать хотя бы одну единицу от чисел первого десятка?  
11. Может ли ваш ребенок писать простейшие элементы в тетради в клетку, аккуратно перерисовывать небольшие узоры?  
12. Любит ли ваш ребенок рисовать, раскрашивать картинки?  
13. Умеет ли ваш малыш управляться с ножницами и клеем (например, делать аппликации из бумаги)?  
14. Может ли он из пяти элементов разрезанной на части картинки за минуту собрать целый рисунок?  
15. Знает ли ваш малыш названия диких и домашних животных?  
16. Есть ли у вашего ребенка навыки обобщения, например, может ли он назвать одним словом "фрукты" яблоки и груши?  
17. Любит ли ваш ребенок самостоятельно проводить время за каким-то занятием, например, рисовать, собирать конструктор и т. д.

Если вы ответили утвердительно на 15 и более вопросов, значит, ваш ребенок вполне готов к школьному обучению. Вы занимались с ним не напрасно, и в дальнейшем, если у него и возникнут трудности при обучении, он с вашей помощью сможет с ними справиться.

Если ваш малыш может справляться с содержанием 10-14 вышеуказанных вопросов, то вы на верном пути. За время занятий он многому научился и многое узнал. А те вопросы, на которые вы ответили отрицательно, укажут вам, на какие моменты нужно обратить внимание, в чем еще нужно потренироваться с ребенком.

В том случае, если количество утвердительных ответов 9 или менее, вам следует больше уделять времени и внимания занятиям с ребенком. Он еще не совсем готов пойти в школу. Поэтому ваша задача - систематически заниматься с малышом, тренироваться в выполнении различных упражнений.

Возможно, на первых порах школьного обучения вам придется очень и очень тщательно выполнять вместе с ребенком домашнее задание, может быть, даже возвращаться вновь и вновь к пройденному материалу, но не стоит отчаиваться -упорные и систематические занятия помогут вашему ребенку овладеть необходимыми знаниями и выработать нужные умения и навыки.

**Особенности адаптации детей к детскому саду**

Ваш малыш подрос. Он начинает говорить, рассуждать, общаться. Какое счастье? Пришла пора идти в детский сад. Ребенок должен знать, что на свете есть и другие дети.

Многие волнуются, тревожатся о том, будет ли хорошо ребенку в детском саду, не начнет ли он болеть, капризничать, расстраиваться при расставании с родителями. Иными словами, насколько успешно ребенок сможет адаптироваться, то есть приспособиться к среде детского сада, к его условиям. Эти опасения не случайны. Процесс адаптации может привести к позитивным и негативным результатам. Два основных критерия успешной адаптации: внутренний комфорт и адекватность поведения. Отрыв ребенка от дома, родных, встреча с новыми взрослыми могут стать для ребенка психогенным фактором, стрессом. Малыш воспринимает эту ситуацию как отчуждение, лишение родительской любви, внимания и защиты. Посиле переживаемых ощущений, эмоций такое состояние можно сравнить с разрывом пуповины ребенка при рождении. Это объясняется тем, что жизненный опыт ребенка, приспособление к новым условиям (а любое приспособление требует разрушения некоторых сложившихся связей и быстрого образования новых) сопряжено с трудностями, особенно в раннем детстве. Поэтому очень важно осуществить плавный переход из семьи в детский сад.

Изменение социальной среды сказывается как на психическом, так и на физическом здоровье детей.

Все вышеперечисленное имеет особое значение для психологического и физического здоровья ребенка, его развития и успешного комфорта пребывания в детском саду. К сожалению, этот процесс протекает зачастую сложно и болезненно. Посещение детского сада становится стрессовой ситуацией. Ребенок испытывает внутренний дискомфорт, который приводит к капризам, истерикам, отказам от еды, сна, общения со сверстниками, болезнями. Появляются нежелательные для его возраста привычки (снова начинает сосать палец, грызть ногти).

Это свидетельствует о трудностях адаптационного процесса. Особого внимания требуют те малыши, которым впервые предстоит перейти из достаточного замкнутого семейного круга в мир широких социальных контактов. Установлено, что именно в этом возрасте адаптация происходит дольше и труднее, чаще сопровождается болезнями. Дело в том, что в этот период интенсивнофизически развивается организм, созревают психические процессы. А на этапе становления дети в наибольшей степени подвержены колебаниям и даже срывам.Новые условия и как ответная реакция новые формы поведения требуют определенных усилий и умений со стороны ребенка.От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в  детское учреждение, зависят  и течение адаптационного периода ( который может продолжаться иногда и полгода ), и его дальнейшее развитие.

В первую очередь необходимо привести в соответствие распорядок дня ребенка дома с  режимом дошкольного учреждения. Также следует уделить внимание рациону питания. Как правило, у детей в период адаптации снижается аппетит, иногда вплоть до полного отказа от пищи. В это же время необходимо обратить серьезное внимание на формирование навыков самостоятельности.Ребенок, умеющий есть, раздеваться и одеваться в детском саду, не будет чувствовать себя беспомощным, зависимых от взрослых, что положительно скажется на его самочувствии. Умение самостоятельно занять себя игрушками поможет ему отвлечься от переживаний, на какое-то время сгладит остроту отрицательных эмоций. Самостоятельность ребенка создаст предпосылки для более быстрого установления контактов с взрослыми и сверстниками.

Если родителям удалось сформировать у ребенка навыки самообслуживания, умение играть, общаться со сверстниками, если домашний режим дня совпадает с детсадовским и наметился эмоциональный контакт ребенка с воспитателем, то, думаем, адаптационный период будет безболезненным и коротким.

**Уровни и критерии адаптации**

Традиционно под адаптацией понимается процесс вхождения человека в новую для него среду и приспособления к ее условиям. Адаптация является активным процессом, приводящим или к позитивным (адаптированность, то есть совокупность всех полезных изменений организма и психики) результатам, или негативным (стресс), При этом выделяются два основных критерия успешной адаптации : внутренний комфорт (эмоциональная удовлетворенность) и внешняя адекватность поведения (способность легко и точно выполнять требования среды). Выделяют три фазы адаптационного процесса:

1. Острая фаза, которая сопровождается разнообразными колебаниями в соматическом состоянии и психическом статусе, что приводит к снижению веса, частым респираторным заболеваниям, нарушению сна, снижению аппетита, регрессу в речевом развитии (длится всреднем один месяц);
2. Подоострая фаза характеризуется адекватным поведением ребенка, то есть все сдвиги уменьшаются и регистрируются лишь по отдельным параметрам на фоне замедленного темпа развития, особенно психического, по сравнению со среднимивозрастными нормами (длится 3-5 месяцев)
3. Фаза компенсации характеризуется убыстрением темпа развития, в результате дети к концу учебного года преодолевают указанную выше задержку темпов развития.

Важнейший компонент адаптации – согласовании самооценок и притязаний ребенка с его возможностями и с реальностью социальной среды.

Различают следующие уровни адаптации:

1. Физиологический
2. Биологический
3. Психологический
4. Социальный

Основные критерии адаптации ребенка к условиям детского сада

К основным критериям адаптации относятся:

- поведенческие реакции;

- уровень нервно-психического развития;

- заболеваемость и течение болезни;

- главные антропометрические показатели физического развития (рост, вес).

Три степени тяжести прохождения адаптации к детскому саду:

1. Легкая адаптация: ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течении 1-2 недель;
2. Средняя адаптация: в течении всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность и беспокойство сна. Этот период длится 20-40 дней;
3. Тяжелая адаптация: длится от 2 до 6 месяцев.  Ребенк болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца. Возникает стойкий энурез;
4. Очень тяжелая адаптация: около полугода и более. Встает вопрос – стоит ли ребенку оставаться в детском саду, возможно, он «несадовский» ребенок.

Как бы мы ни готовили ребенка к яслям, все равноон, особенно в первые дни, находится всостоянии стресса. Это проявляется в отказе от пищи, негативном эмоциональном состоянии, ухудшении самочувствия (может наблюдаться повышение артериального давления, иногда и температуры). Малыш беспокойно спит или не спит вообще, мочится в постель, жмется к взрослым или наоборот, отказывается от контактов с ними. Родители отмечают, что он вздрагивает во сне, становится дома беспричинно обидчивым, теряетприобретенные ранее умения, худеет. Все это может отразиться на его здоровье.

Влияет на адаптацию тип темперамента ребенка. Замечено, что быстро и легко привыкают к новым условиям сангвиники и холерики. А вот флегматикам и меланхоликам приходится туго. Они медлительны и поэтому не успевают за темпом жизни детского сада: не могут быстро одеваться, собраться на прогулку, поесть, выполнить задание. Их часто подгоняют, подстегивают (причем не только в садике, но и дома тоже), не давая возможности побыть самим собой.

**Адаптационный период вашего ребенка**

( памятка для родителей )

1. Готовьте ребенка к общению с другими детьми и взрослыми. Посещайте парки, детские площадки, приучайте к игре в песочницах.
2. Максимально приближайте домашний режим к распорядку дня в детском учреждении ( упорядочить часы сна, бодрствования, питания и т. д. ), при выполнении режимных моментов поощряйте и развивайте детскую самостоятельность.
3. Избегайте обсуждения при ребенке волнующих Вас проблем, связанных с детским садом.
4. Планируйте свое время так, чтобы в первый месяц посещения ребенком детского сада у Вас была возможность не оставлять его на целый день. Не опаздывайте, хотя бы в первые дни забирайте ребенка вовремя.
5. Расскажите воспитателям об индивидуальных особенностях вашего ребенка, что ему нравится, что нет, каковы его умения и навыки, в какой помощи нуждается. Определите, какие методы поощрения и наказания приемлемы для вашего ребенка.
6. Обучайте ребенка дома всем необходимым навыкам самообслуживания.
7. Тренируйте буквально с самого рождения систему адаптационных механизмов у ребенка, приучайте его к ситуациям, в которых требуется менять формы поведения.
8. Подчеркивайте, что Ваш ребенок, как и прежде, дорог Вам и любим.