*МИ ПОЧИНАЄМО ВЧИТИСЯ*

(організація роботи

«Школи батьків майбутніх першокласників»)

ЗМІСТ

1. Вступ. 2 стор.

Розробки занять:

1. Чи готові ви до школи? 2-9 с.
2. Як зберегти здоров’я і життєрадісність першокласника в нових умовах навчання? 9-22 с.
3. Що ми чекаємо від школи? 22-29 с.
4. Я і моя дитина – пошуки взаєморозуміння. 30-37 с.
5. Консультації психолога для батьків першокласників 37-39 с.
6. Поради психолога батькам майбутніх першокласників у питаннях і відповідях 39-46 с.
7. Медичний огляд першокласника (медико-правові аспекти) 46-48 с.
8. Література 49 с.

ВСТУП

Дитині час до школи… Батьки й вчителі з хвилюванням чекають цієї події.

Батьків майбутніх першокласників хвилює, як уникнути болючих проблем адаптації до нових навчальних умов, про які попереджають психологи.

Вчителів, насамперед, цікавить, чи будуть діти готові до школи. І це не означає, що діти повинні вміти читати, писати та рахувати, а мають бути готовими всього цього навчитись.

Чи збігаються сподівання батьків і вчителів?

Кожен з нас усвідомлює, що результативною може бути лише робота в колективі однодумців: вчителів, батьків, учнів. Тому постає питання: прцювати з батьками чи працюємо разом з батьками? Якщо сім’я та школа будуть підтримувати одна одну і допомагатимуть дітям оволодівати життєвими та навчальними вміннями, це допоможе їм успішно адаптуватися в новому середовищі.

 У даній збірці ви знайдете інформацію, корисну для практичної діяльності і для проведення батьківськіх зборів. Запропоновані для розгляду матеріали допоможуть зробити їх більш ефективними, додати усім наснаги та терпіння, знайти в особі батьків - однодумців.

***Тема І:***

***Чи готові ви до школи?***

Нині проблема готовності дитини до навчання у школі посідає одно з важливіших місць у зв’язку з впровадженням нового Державного стандарту початкової освіти. Дуже важливо, щоб дитина мала всі необхідні компоненти шкільної зрілості.

***1. Вправа «Сімейне коло»***

Мета: познайомити учасників та з’ясувати їхні очікування, сприяти згуртованості групи та створення комфортної атмосфери для успішної роботи.

Ресурси: вирізані з паперу фігурки хлопчиків та дівчаток (за кількістю учасників тренінгу), 2 аркуші паперу формату А-1, скріплені скотчем.

Хід проведення

Роздати вирізані з паперу фігурки хлопчиків та дівчаток відповідно до статі учасників. На фігурці протягом 5 хв. учасник пише своє ім’я, сімейну роль (тато, мама, тьотя, дядя, брат ін.) та очікування від тренінгу. Під час самопрезентацій учасників прикріпити фігурки на великий аркуш паперу таким чином, щоб утворилось символічне «сімейне коло» учасників.

***Бесіда: Що таке психологічна готовність до школи?***

Що таке **«шкільна зрілість»**? Однозначного визначення цього складного поняття поки що не існує.

Простіше кажучи, *готовність дитини до шкільного навчання – це такий*

*рівень її психічного, соціального розвитку, який дозволяє успішно опановувати шкільну програму і виконувати вимоги шкільного життя*.

Батькам слід звернути увагу на такі складові шкільної зрілості, як особистісна, інтелектуальна і соціально-психологічна готовність до шкільного навчання.

**Особистісна готовність** – це:

* позитивне ставлення до школи;
* готовність до початку навчання

(Дитина має розуміти, що у школу вона йде не тільки гратися з друзями, а й одержувати нові знання, вчитися).

**Інтелектуальна готовність** - у дитини мають бути сформовані основні психічні функції: мислення, логічна пам'ять, довільна увага та інші, необхідні для успішного опанування шкільної програми.

**Соціально-психологічна готовність**

* успішне спілкування з однокласниками, вчителями,
* відповідна поведінка у школі.

Аби визначити чи готова дитина йти до школи, я пропоную ряд питань, на які виповинні дати такі відповіді :«*майже завжди*», «*інколи*», «*ніколи*». (***Додаток №1***)

**Як же підготувати дитину до школи?**

Багато батьків помилково вважають, що готовність до школи - це вміння читати, рахувати й писати. Проте це - лише верхівка айсберга. Насправді, готовність до школи - питання значно більш велике.

Основні моменти, на які вам слід звернути увагу при підготовці дитини, це:

* розвиток загального кругозору (кращими способами розширити

горизонт знань дитини є бесіди з ним "про життя", читання книг і їх обговорення);

* знайомство з буквами і цифрами, геометричними фігурами, кольорами, поняттями: право/ліво, великий/малий, широкий/вузький і т.п;
* по можливості - формування уміння складати склади і лічити (хоча б у межах 10);
* обов'язковий розвиток дрібної моторики, тобто заняття на розвиток спритності руки і пальчиків. Це необхідно як для розвитку вміння писати, так і для розвитку мовлення (обидва ці центри "зчеплені" у структурі дитячого мозку). Тому необхідно більше малювати, ліпити, працювати з конструктором, складати пазли, вміти маніпулювати з дрібними предметами типу намистин, зернят, монет, сірників, зубочисток.З них можна викладати картини та аплікації, нанизувати їх в намиста - все це розвиває також увагу і посидючість;
* тренування пам'яті - заучування віршів і пісень;
* вчити дітей встанавлювати причинно-наслідкові зв'язки (послідовність

подій): виявити, що сталося спочатку, що потім, вміти зібрати з частин

картинки ціле, розкласти предмети за будь-якою ознакою.

Проте, слід пам'ятати, що навченість дитини не тотожна його здібностям і психічній зрілості. Більш того, навченість - не синонім також і високої

пізнавальної активності дитини, адже нерідко батьки сприймають своє чадо, як якусь "посудину", яку, згідно відомому афоризму, слід наповнити знаннями, а не як факел, який треба запалити.

Ці підходи принципово різні - якщо обраний перший, дитина займає в процесі "навчання" пасивну позицію і в першому класі з'ясовується, що при широкому діапазоні "вкладених" у нього знань його власна готовність і бажання вчитися близькі до нулю. Починаються претензії батьків до вчителя: "як же так, адже він у мене такий розумний!" Але дитина, як з'ясовується, нічого не може і не хоче робити з власної ініціативи – тому весь його багаж знань так і лежить "мертвим вантажем", не приносячи користі його власнику

Крім того, хлопчик або ж дівчинка, яка розповідає вірші сторінками, можуть бути - що парадоксально - до школи готові слабо, якщо володіють низьким рівнем психологічної, особистісної зрілості та комунікативної (соціально-психологічної) готовності до школи.

Тобто, крім запасу знань, дитині необхідно також:

* володіти певними комунікативними та соціальними навичками - вміти спілкуватися, розуміти і, головне, застосовувати в повсякденному житті морально - етичні норми, прийняті в суспільстві, де він живе,
* не боятися вступати в контакт з дорослими і однолітками
* вміти відстоювати свою позицію цивілізованими методами і не проявляти недоречної агресії - або, навпаки, зайвої боязкості;
* вміти підкорятися встановленим правилам, знати, що таке дисципліна і розуміти її необхідність;
* 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 за вами до випускного балу);
* мати позитивне ставлення до самого себе (велика роль у цьому відводиться батькам, які показують своє позитивне ставлення до дитини, висловлене лагідним словом та тактильно).

**Рекомендації:**Я рекомендую вам корекційні вправи, посильні для кожної дитини. Вони не потребують особливого обладнання чи спеціальної педагогічної підготовки. Єдине, що треба - серйозно поставитися до вказівок, відвести час для занять, набратисятерпіння й такту. У цій роботі недопустимі поспіх і надмірне навантаження. Все робити граючись. *(****Додаток 2*)**

Важливо пам'ятати, що крім готовності голови не менш важлива і готовність тіла: навантаження на імунітет у перший шкільний рік буде серйозним, тому в останнє літо перед вступом до 1 класу було б гарно, крім навчання, 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 навчання.

Отже, озброєні усіма цими знаннями, ви легше подужаєте дорогу до школи. Однак пам'ятайте: саме ***головне для першокласника - не вміння та навички, а впевненість в своїх силах і в батьківській підтримці*.** Удачі!

**ДОДАТОК №1**

(*Анкету рекомендується роздрукувати для опрацювання кожній родині вдома.)*

**Оцінка розвитку пізнання**

1. Чи володіє дитина основними поняттями, наприклад: правий-лівий, великий-малий?

2. Чи здатна дитина зрозуміти найпростіші випадки класифікації, наприклад: речі, які можуть котитися, і речі, які котитися не можуть?

3. Чи може малюк передбачити кінцівку невигадливої історії?

4. Чи може дитина утримати в пам'яті і виконати, як мінімум, три вказівки?

5. Чи може дитина назвати більшість великих і малих літер алфавіту?

**Оцінка базового досвіду дитини**

6. Чи ходить дитина з вами на пошту, в ощадкасу, магазин?

7. Чи був малюк у бібліотеці?

8. Чи доводилося дитині бувати вселі, зоопарку, музеї?

9. Чи читали ви малюку регулярно або розповідали йому історії?

10.Чи виявляє дитина підвищений інтерес до чогось, чи є в неї хобі?

***Оцінка мовного розвитку***

11. Чи може дитина назвати і позначати основні предмети довкола неї?

12. Чи легко дитині відповідати на запитання дорослих?

13. Чи може дитина пояснити, для чого різні речі: щітка, пилосос, холодильник?

14. Чи може дитина пояснити, де розташовані предмети: на столі, під столом?

15. Чи може малюк розповісти історію, описати якийсь випадок, що відбувся з ним?

16. Чи чітко дитина вимовляє слова?

17. Дитина будує речення граматично правильно?

18. Чи здатна дитина брати участь у загальній розмові, показати якусь

ситуацію або зіграти в домашній виставі?

***Оцінка рівня емоційного розвитку***

19. Чи виглядає дитина веселою (вдома і серед товаришів)?

20. Чи сформувався у дитини образ себе як людини, яка багато чогоможе?

21. Чи легко малюку «переключатися» при змінах у звичному розпорядку дня, перейти до виконання нового завдання?

22. Чи здатна дитина працювати самостійно,змагатися у виконанні завдання з іншими дітьми?

***Оцінка уміння спілкування***

23. Чи приєднується малюк до гри інших дітей, чи ділиться з ними іграшками?

24. Чи дотримується він черговості, коли цього вимагає ситуація?

25. Чи здатна дитина слухати інших не перериваючи?

***Оцінка фізичного розвитку***

26. Чи добре дитина чує?

27. Чи добре вона бачить?

28. Чи здатна вона посидіти спокійно протягом деякого часу?

29. Чи розвинена в неї координація моторних навичок, наприклад,

чи може вона гратися у м'яча, стрибати, спускатися і підніматися сходами?

30. Чи виглядає дитина бадьорою?

31. Чи виглядає дитина здоровою, ситою, чи достатньо вона відпочиває?

***Зорове розпізнавання***

32. Чи може дитина ідентифікувати схожі й несхожі форми?

 Наприклад, знайти картинку, несхожу на інші?

33. Чи може дитина розрізняти букви і короткі слова, наприклад, б/п, кіт/кит?

***Зорова пам'ять***

34. Чи може дитина помітити відсутність картинки, якщо їй спочатку показати серію із трьох картинок, а потім одну забрати?

35. Чи знає дитина своє ім'я і принаймні 6- 8назв предметів,

які трапляються в її повсякденному житті?

36. Чи здатна дитина розкласти по порядку (у заданій послідовності) серію картинок?

37. Чи розуміє дитина, що читати треба починати з лівої сторони рядка?

38. Чи може вона самостійно, без сторонньої допомоги скласти

головоломку з 15 елементів?

39. Чи може малюк пояснити картинку: сформулювати головну думку, простежити зв'язки?

***Рівень слухових здібностей***

40. Чи може дитина римувати слова?

41. Чи може вона розрізняти слова, що починаються на різні звуки, наприклад, ліс/віз?

42. Чи може дитина повторити за дорослим декілька слів або цифр?

43. Чи здатна дитина переказати історію, зберігши основну думку і послідовність дій?

***Оцінка ставлення до книжок***

44. Чи виникає у дитини бажання продивитися книжки самостійно?

45. Чи уважно і охоче вона слухає, коли їй читають уголос?

46. Чи ставить дитина запитання про слова?

***Визначте, які блоки відстають у розвитку та допоможіть дитині!***

А тепер спробуйте самі перевірити, чи готовий ваш малюк до навчання. Для

цього дайте відповіді на запитання, які може поставити психолог при вступі до школи.

***Чи може ваша дитина:***

1. Пояснити словами, чого вона хоче, тобто не показувати пальцем, а сказати: куртка, цукерка, курча?

2. Висловлюватися зв'язно, наприклад: «Покажи мені...»?

3. Розуміти зміст того, про що їй читають?

4. Чітко вимовити своє ім'я?

5. Запам'ятати свою адресу і номер телефону?

6. Писати олівцем або крейдою на папері?

7. Намалювати картинки до вигаданої історії та пояснити, що на них зображено?

8. Користуватися фарбами, пластиліном, олівцями для творчого самовираження?

9. Вирізати ножицями з тупими кінцями, до того ж рівно і не поранившись?

10. Слухати і дотримуватись одержаних вказівок?

11. Бути уважним, коли хтось із нею розмовляє?

12. Зосередитися принаймні на десять хвилин, щоб виконати одержане завдання?

13. Радіти, коли їй читають уголос або розповідають історії?

14. Позитивно оцінювати: «Я - людина, яка багато чого може»?

15. «Підлаштовуватись», коли дорослі змінюють тему розмови?

16. Виявляти цікавість до предметів довкола?

17. Бути у злагоді з іншими дітьми?

***Насамкінець, які допоможуть вам оцінити ваші взаємини з дитиною:***

1. Чи подобається вам ваш малюк?

2. Чи слухаєте ви, про що дитина говорить?

3. Чи дивитеся ви на малюка, коли він говорить?

4. Чи намагаєтеся ви створити у дитини відчуття значущості того, про що вона говорить?

5. Чи виправляєте ви мовлення малюка?

6. Чи дозволяєте дитині робити помилки?

7. Чи хвалите малюка, чи обіймаєте його?

8. Чи смієтеся ви разом із ним?

9. Чи відводите ви щодня час для читання дитині і для бесід із нею?

10. Чи граєте ви з малюком у якісь ігри?

11. Чи заохочуєте інтереси і захоплення дитини?

12. Чи є у малюка принаймні 1-2 власні книжки?

13. Чи є у дитини вдома місце (наприклад, полиця), відведене тільки їй?

14. Чи намагаєтеся ви подати малюку приклад, читаючи газети, журнали, книжки?

15. Чи обговорюєте ви з родиною і з дитиною що- небудь цікаве із прочитаного

вами?

16. Чи намагаєтеся ви сказати все за малюка, перш ніж він встигне відкрити рота:

а)у зубного лікаря; б)у магазині.

17. Чи дивитесь ви телевізор разом із дитиною?

18. Чи розпитуєте ви малюка про побачене по телевізору?

19. Чи обмежуєте час дитини перед телевізором?

20. Чи може дитина виявити «міць своїх м'язів» у іграх, м'яти, стискати і бити глину тощо, аби вилити свої почуття в рамках загальноприйнятої поведінки?

21.Чи намагаєтеся ви ходити з малюком на прогулянки?

22. Чи плануєте ви незабаром повести дитину до театру, зоопарку, музею?

За кожну відповідь «*майже завжди*» нарахуйте собі 4 бали, «інколи» - 2 бали, «*ніколи*» - 0 балів. Отримані бали додайте. Якщо сума складає **88 балів - чудово**! **44 бали - непогано**; **менше від 22 балів - варто замислитися**.

***ДОДАТОК 2***

**ЩОДЕННІ ПОРАДИ БАТЬКАМ**

***Готуємо руку до письма***

Незабаром ваша дитина піде до школи. Ви, звісно, турбуєтеся, чи устигне вона навчитися читати, писати і лічити. Але на неї очікують не тільки ці труднощі. Першокласникам доводиться виконувати багато вправ строго за зразком, що задає вчительабо рекомендують прописи. Виконання таких вправ можливе лише за умови добре розвинутих зорово-просторової пам'яті та довільної уваги.

Запропонуйте зошит у клітинку - і нехай дитина креслить, малює, пише по клітинках.

***Навчання без примусу***

Навчайте дітей грамоти у вільній, невимушеній, доброзичливій обстановці. Скористайтеся нашими порадами.

* Підготуйте і розвісьте в кімнаті яскраві картки з літерами української абетки ( друкованої та рукописної), цифрами, геометрічними фігурами. Прикріпіть їх - і нехай дитина запам’ятовує. Змінюйте картки 1-2 рази на місяць.

***Вправи на зорово - моторну координацію****:*

* Диктуються візерунки (ми робили за зразком). Покажіть дитині звідки починається малюнок і диктуйте: 1 клітинка вгору, 1 клітинка вправо, 1 клітинка до низу, 1 клітинка вправо, 1 клітинка вгору, 1 клітинка до низу, 1 клітинка вправо…, а тепер продовж далі візерунок, який у тебе вийшов. Перемальовування будь - яких нескладних малюнків.

***Вправи на розвиток дозвільної уваги****:*

* За фіксований проміжок часу (починаючи з 1 хвилини і в міру тренування,

доводячи до 5 хвилин) викреслювати, не пропускаючи жодної, одну й ту саму букву з тексту.

* Прослуховування казки, яку потім потрібно переказати.
	+ - Знаходження відмінностей між подібними малюнками.
		- Під час виконання завдань не сидіть над дитиною, дайте їй працювати самостійно. Якщо дитині потрібна ваша допомога, наберіться терпіння. Необхідний спокійний тон, підтримка «я тобі допоможу», «заспокойся», схвалення, навіть якщо щось не виходить.

**Тема ІІ.**

**«Як зберегти здоров’я і життєрадісність першокласника в нових умовах навчання»**

Мета:

* ознайомити батьківський колектив з особливостями психічного та фізичного здоров’я майбутнього першокласника;
* переконати батьків у необхідності формування у дитини звички дотримання режиму дня;
* запропонувати практичні поради щодо адаптації до школи та режиму дня дитини;
* визначити рівень готовності батьків до того, аби стати батьками

першокласника.

План заняття

І. Лекція «Забезпечення психологічного та фізичного здоров’я майбутнього першокласника.Режим дня майбутнього першокласника»

ІІ. Тест «Чи готовий я бути батьком першокласника?»

ІІІ. Батьківський ринг «Що? Де? Як? Чому?»

***Хід заняття***

**І Лекція *«Забезпечення психологічного та фізичного здоров’я майбутнього першокласника»***

Здоров`я дитини залежить від впливу цілого комплексу різнобічних факторів, які в значній мірі зумовлюють та визначають адаптацію дитини до навколишнього середовища, фізичний та інтелектуальний її розвиток у такий відповідальний період життя - як початок навчання в школі.

Вступ до школи - переломний момент в житті кожного малюка. Початок шкільного навчання кардинальним чином міняє весь його спосіб життя. Властиві дошкільникам безпечність, безтурботність, занурення в гру зміниться життям, наповненим безліччю вимог, обов'язків і обмежень: дитина буде повинна щодня ходити в школу, систематично і напружено працювати, дотримуватися режиму дня, підкорятися всіляким нормам і правилам шкільного життя, виконувати вимоги вчителя, займатися на уроці тим, що визначене шкільною програмою, старанно виконувати домашні завдання, добиватися добрих результатів в учбовій роботі і т.д. *Пам’ятайте, коли дитина йде до школи, різко змінюється її спосіб життя. І якщо дитина не готова до цієї зміни, то школа для неї перетворюється на пекло і дитина поступово набирає стільки негативних відчуттів, що навіть відмовляється йти до навчального закладу.*

Давайте детальніше зупинимося на **здоров'ї майбутнього першокласника**. На що вам варто звернути увагу?

Обов'язково зверніться до лікаря, а також досвідченого психолога, якщо ви помічаєте у вашої дитини такі симптоми та особливості поведінки:

♦ наявність неконтрольованих, «безглуздих» рухів (моргає, покашлює, тре носа, гризе нігті, крутить і мне щось у пальцях, крутить головою, підскакує на місці);

♦у віці 5-6 років може концентрувати увагу не більше ніж на 1-2 хвилини, причому її заняття непродуктивні.

Наприклад, вона не шукає в книзі картинки або не намагається побудувати з книги тунель для машин, а просто бездумно перегортає сторінки чи рве папір;

♦постійно дістає травми через свою підвищену рухливість і невміння вчасно зупинитися;

♦ у вас була патологія вагітності (пізній токсикоз, гіпоксія) і пологів (затяжні або швидкі пологи, передчасні пологи, застосування щипців, тиск на черевну стінку, гіпоксія під час пологів, низькі оцінки дитини за шкалою Апгар при народженні);

♦стійкі порушення сну; енурез

♦ швидке нерозбірливе мовлення;

♦ затримка розвитку мовлення за умови нормального інтелекту;

♦ замкнутість, відчуженість;

♦ навіть володіючи нормальним мовленням, частіше мовчазна, відповідає ніби над силу;

♦ невміння пристосуватися до правил дитячого садка або розвивальної групи; налагоджувати контакти з дітьми, при тому що товариськість підвищена; не вміє вислухати іншого (найчастіше просто не може припинити говорити), не відчуває «межі» під час спілкування з дорослими;

♦ постійна млявість, загальмованість дитини, складається таке враження, що вона не остаточно прокинулося;

♦ повна відсутність ініціативи, нелюбов до всього нового;

* неможливість виконувати програму дитячого садка через «повільність»,

«нетямущість».

Наведені вище ознаки свідчать про те, що у вашої дитини можуть бути неврологічні порушення, - обов'язково розкажіть про них на прийомі в лікаря. Йдеться про дуже поширені явища, які, власне кажучи, не є захворюваннями, це лише особливості розвитку дитини. Проте, тут можна і потрібно «підстилати соломки», щоб позбавити дитину від зайвого стресу в школі.

Ще один фахівець, з яким вам обов'язково необхідно зустрітися, - це логопед. Зрозуміло, ви самі підете до логопеда, якщо у вашої дитини грубі порушення мовлення, які заважають оточуючим її зрозуміти. Існують і дрібніші порушення, які, можливо, непомітні на перший погляд, але вони можуть істотно ускладнити навчання вашої дитини в школі.

Наприклад, якщо дитина неправильно вимовляє звук, сама не помічаючи цього (наприклад, плутає [л] і [р]), то вона не зможе правильно почути потрібний звук і не зможе правильно продиктувати його сама собі. Результатом будуть постійні помилки під час письма.У нормі, до 6 років дитина має повністю опанувати всі звуки рідної мови, навчитися будувати складнопідрядні речення (тобто речення зі сполучниками «а», «але», «що», «тому що» та ін.), навчитися узгоджувати слова між собою, опанувати всі три відміни іменників, дієвідмінювання, час, рід дієслів, ступені порівняння прикметників і прислівників, відміни займенників. Таким чином, за рівнем складності її мовлення практично нічим не відрізняється від мовлення дорослого.

Дитина може сказати: «Червона чашка більша, а синя - менша», «Не хочу надягати цю шапку, тому що вона колюча», «Хочу гуляти з Олексієм, тому що він мій друг».

Якщо ж вона гаркавить, плутає роди, числа і дієвідміни (наприклад, говорить:«Червоний чашка - великий», «Хлопчик заплакали» або «Ти куди йти») - їй потрібні заняття з логопедом і психологом.

Іноді порушення мовлення стають очевидними, коли дитина починає навчатися письма і читання.

Обов'язково зверніться до логопеда, якщо ваша дитина постійно припускається таких помилок:

♦ не вміє добре виділяти звуки на слух і часто замінює їх подібними (наприклад, замість ЗАЄЦЬ пише САЄЦЬ, замість ШАФА - ЖАФА);

♦ пропускає звуки під час читання і літери під час письма: КРІТ читає як КІТ, САЛОН - як СЛОН;

♦ перевертає букви;

♦ не вміє правильно розділяти слова у фразі (замість ТУТ КІШКА дитина читає і пише ТУТКІШКА);

♦ плутає схожі за графічними контурами букви;

припускається порушень граматичної структури мовлення - під час читання

та письма випадають відмінкові закінчення та ін. (наприклад, «Наш кішка

сидить на стіл»);

♦ не розуміє сенсу правильно прочитаних слів і речень.

Варто також відвідати окуліста (якщо у вашої дитини знижений зір, в очевидь, що вона матиме труднощі в навчанні) і ортопеда (не виправлені вчасно порушення постави завдадуть дитині в школі масу неприємностей).

Хай також дитину огляне лікар ЛОР і переконається, що в малюка відсутні хронічні осередки інфекції в ділянці вуха, горла і носа. Якщо такі осередки мають місце (у дитини збільшення аденоїдів, хронічний тонзиліт, часті отити та ін.), то перед школою їх потрібно пролікувати.

Першокласники часто хворіють на простудні захворювання, і хоча ми навряд

чи можемо повністю захистити дитину від застуд, для нас важливо, щоб перебіг цих захворювань відбувався легко і без ускладнень.

Стоматолог повинен виключити наявність таких же осередків у ротовій порожнині.

 У цей же період життя, в 6-7 років, міняється і вся психологічна зовнішність дитини, перетворюються його особа, пізнавальні і розумові можливості, сфера емоцій і переживань, круг спілкування.

Початок шкільного навчання є для кожної дитини сильним стресом. Всі діти поряд з відчуттями радості, що переповнюють їх, захвату або здивування з приводу того, що відбувається в школі, переживають тривогу, розгубленість, напругу. У першокласників в перші дні (тижні) відвідин школи знижується опірність організму, можуть порушуватися сон, апетит, підвищуватися температура, загострюватися хронічні захворювання. Діти, здавалося б, без приводу вередують, гарячаться, плачуть.

Період адаптації до школи, пов'язаний з пристосуванням до її основних вимог, існує у всіх першокласників. Лише в одних він триває один місяць, в інших - одну чверть, в третіх - розтягується на весь перший навчальний рік. Багато що залежить тут від індивідуальних особливостей самого малюка, від самої дитини, від тих передумов опанування учбової діяльності, що є у нього.

Зміна ролей від дошкільника до учня обумовлює й нові стосунки з вами, батьками. Дитина розуміє, що ставлення до неї залежить від результатів навчання. ***Труднощі дитини треба попереджувати.*** Тільки чуйне відношення до школяра, розуміння та підтримка у складних ситуаціях створюють відчуття захищеності, внутрішнього комфорту.

Безумовно, ***найкращим профілактичним засобом збереження психічного здоров'я в період адаптації до школи є добре ставлення батьків до дітей, розуміння їхнього внутрішнього світу, проблем, переживань***. Відомо, що не існує готових рецептів та моделей виховання, які можна просто взяти і без змін "прикласти" до своєї дитини. Ось деякі рекомендації з полегшення процесу адаптації дітей до школи:

* Повірте в унікальність та неповторність власної дитини, в те що Ваша дитина - єдина у своєму роді, несхожа на жодну сусідську дитину і не є точною копією Вас самих. Тому не варто вимагати від дитини реалізації заданої Вами життєвої програми і досягнення поставленої Вами мети. Надайте право їй прожити життя самій.
* Дозвольте дитині бути самою собою, зі своїми недоліками, слабкостями та достоїнствами. Приймайте її такою, якою вона є.

Спирайтесь на сильні сторони дитини.

* Не соромтесь демонструвати дитині свою любов, дайте їй зрозуміти, що будете її любити за будь-яких обставин.
* Не бійтесь "залюбити" свою дитину, беріть її на коліна, дивіться їй в очі, обіймайте та цілуйте, коли вона того бажає.
* В якості виховного впливу використовуйте частіше ласку та заохочення, ніж покарання та осудження.
* Намагайтесь, щоб Ваша любов не перетворилась на вседозволеність та бездоглядність. Встановіть чіткі межі та заборони (бажано, щоб їх було небагато - лише самі основні на Ваш погляд) і дозвольте дитині вільно діяти в цих межах. Суворо дотримуйтесь встановлених заборон і дозволів.
* Не поспішайте звертатись до покарань. Намагайтесь впливати на дитину проханнями - це самий ефективний спосіб давати їй інструкції. У випадку непокори, необхідно переконатись, що прохання відповідає віку і можливостям дитини. Лише в цьому випадку можливо використовувати прямі інструкції, накази, що достатньо ефективно, якщо дитина звикла реагувати на ввічливі прохання. І лише тоді, коли дитина демонструє відкриту непокору, ви можете думати про покарання. Немає потреби нагадувати, що покарання повинно відповідати вчинку, дитина має розуміти, за що її покарали. Ви самі вибираєте міру покарання, але важливо зазначити, що фізичне покарання - тяжка за своїми наслідками каральна міра.

Пам'ятайте:

* Покарання - це моральний замах на здоров'я: фізичне і психічне.
* Покарання не повинно бути за рахунок любові. Не залишайте дитину без заслуженої похвали і нагороди. Ніколи не відбирайте подарованого вами чи кимось іншим.
* Краще не карати, ніж карати із запізненням. Запізнілі покарання нагадують дитині про минуле, не дають змоги стати іншою.
* Покараний - значить вибачений. Інцидент вичерпано – сторінка перегорнута. Наче нічого й не трапилось. Про старі гріхи ні слова. Не заважайте починати життя спочатку!
* Хоч би що там трапилось, хоч би якою була провина, покарання не повинно сприйматися дитиною як перевага вашої сили над її слабкістю, як приниження.
* Дитина не повинна боятися покарання. Найвразливіше для неї - ваше засмучення.
* Не забувайте, що ключ до серця дитини лежить через гру. Саме в процесі

гри Ви зможете передати їй необхідні навички, знання, поняття про життєві

правила та цінності, навчите краще розуміти один одного.

* Частіше розмовляйте з дитиною, пояснюйте їй незрозумілі явища, ситуації, суть заборон та обмежень. Допоможіть дитині навчитись вербально висловлювати свої бажання, почуття та переживання, інтерпретувати свою поведінку та поведінку інших людей.

Прийнята в деяких родинах система залякування дітей, безумовно, заслуговує осудження, бо стає джерелом виникнення особливого способу самозбереження - неправдивості та нещирості. Тяжкі переживання особливо негативно впливають на формування таланту, особистості дитини, легко призводять до психостенічних реакцій.

Існує термін "шкільна фобія", тобто острах у деяких дітей перед відвідуванням школи. Насправді, часто йдеться не стільки про школу, скільки про побоювання дитини йти з дому, розлучатися з батьками. Якщо дитина дуже хвороблива, то, як правило, вона перебуває в умовах гіперопіки з боку батьків.

 Іноді зустрічаються батьки, котрі самі побоюються школи і побіжно навіюють це побоювання своїм дітям, або драматизують проблеми початку навчання. Вони намагаються виконувати замість дітей їхні домашні завдання, контролюють кожну написану дитиною літеру і тим самим створюють у неї "навчальну фобію".

Як результат - у дітей виникають невпевненість у своїх силах, сумніви щодо своїх знань, виробляється звичка сподіватися на допомогу в найпростішій ситуації.

Дуже важливо піклуватись про те, щоб створити дитині ситуацію з гарантованим успіхом. Можливо, це буде вимагати від вас деякої зміни вимог до дитини, але справа того варта. Потрібно чітко усвідомлювати, що успіх породжує успіх і посилює впевненість у своїх силах як у дитини, так і в батьків.

 Лікарі-педіатри сьогодні відмічають різке зростання у дітей таких захворювань, що раніше були властиві тільки дорослим, які постійно знаходяться у стресових ситуаціях. Для сучасної дитини стресовою ситуацією стає все те, що є буденним життям для дорослого, який не може або не бажає створювати спеціального режиму для ще незміцнілого організму.

 Сучасна література і практичний досвід психологів вказує на велику кількість випадків, коли погіршення і психічного, і фізичного здоров'я дитини пов'язано тільки з тим, що дорослі водять дитину з собою по місцях масового скупчення людей.

 Деякі батьки не помічають різниці між собою і дитиною (забуваючи про те, що дитина - це не маленька копія дорослої людини, а маленька людина, яка живе і розвивається у своєму світі і вимірі, за власними законами), придушуючи її зливою інформації, непосильними для неї емоційними навантаженнями, характерними для їх спілкування. Все це не минає безслідно, і в дітей з’являються такі "дорослі" захворювання, як безсоння, виразка, коліт, мігрень. Якщо в родині негаразди і дитина постійно знаходиться в сфері спілкування батьків, тобто активно залучається як активний співучасник у їх сварках і з’ясуваннях, то не дивуйться, коли у дитини з'являться невротичні симптоми та інші порушення психічного і фізичного розвитку, які будуть блокувати розвиток таланту дитини.

***Режим дня майбутнього першокласника***

Школа ставить перед першокласником нові вимоги. Дитина включиться у систематичну навчальну працю, у неї з’являться нові обов’язки і турботи, відбудеться зміна рухової активності. Тому, організовуючи режим дня для дошкільника, батьки допоможуть дитині швидше адаптуватися до життєвих змін. **Режим –** це раціональне і чітке чергування сну, їжі, відпочинку, різних видів діяльності протягом доби. Для дитини правильно організований режим - умова не тільки збереження і зміцнення здоров’я, але й успішного навчання.

**Сон.** Велике значення для підтримки дієздатності першокласника має сон. Для дітей 6-7 років нормальна тривалість сну - 10-12 годин. Недостатня тривалість сну негативно відбивається на нервовій системі дитини: знижується діяльність кори головного мозку у відповідь на подразнення. Але для повноцінного відпочинку нервової системи і всього організму важливо забезпечити не тільки необхідну тривалість, але й достатню глибину сну. Для цього важливо зробити наступне:

* привчіть дитину лягати і вставати в один і той же час, адже, коли дитина постійно лягає спати у певний час, її нервова система і весь організм заздалегідь готуються до сну;
* перед сном запропонуйте дитині заняття, що заспокоюють нервову систему (спокійні ігри, читання);
* перед сном обов’язково провітріть кімнату, в момент засинання дитини, а також під час її сну, створіть спокійну обстановку (вимкніть яскраве світло, телевізор, припиніть голосні розмови).

**Харчування.** Їжа потрібна дитині не тільки для вироблення енергії, але й для побудови нових клітин і тканин. В організмі дитини процеси росту проходять надто інтенсивно. В їжі мають міститися у правильному співвідношенні всі речовини, що входять до складу тканин людського організму: білки, жири, вуглеводи, мінеральні солі і вітаміни.

Білки містяться у молоці, м’ясі, рибі, яйцях - це основне джерело матеріалу для побудови тканин.Жири слугують перш за все для покриття енергетичних витрат, з них створюється жирова тканина в організмі. Але надмірна кількість жирів у харчуванні веде до порушення обміну речовин. У їжі дітей мають міститися жири тваринного і рослинного походження.Вуглеводи, які знаходяться у цукрі, крупах, картоплі і борошняних виробах, забезпечують організм енергією.Мінеральні речовини і вітаміни сприяють нормальному росту, розвитку і життєдіяльності організму, обміну речовин. Повноцінне харчування передбачає співвідношення білків, жирів і вуглеводів 1:1:3 (або 1:1:4). Якщо це співвідношення порушено, то навіть високоякісна їжа погано засвоюється.

**ІІ. Тест «Чи готовий я бути батьком першокласника?» (*Роздрукований*)**

У Вашій родині підростає майбутній першокласник. Вітаю, Ви на порозі нового життя! Ви готові? Давайте перевіримо.

Закресліть номери тих запитань, на які ви відповіли позитивно. Отже, вибирайте близький варіант відповіді:

1. Мені здається, що моя дитина буде вчитися гірше за інших.

2. Я побоююся, що моя дитина буде часто кривдити інших дітей.

3. На мій погляд, чотири уроки - непосильне навантаження для маленької дитини.

4. Важко бути впевненим у тому, що учителі молодших класів добре розуміють

дітей.

5. Дитина може добре вчитися тільки в тому випадку, якщо вчителька - її власна мама.

6. Важко уявити, що першокласник може швидко навчитися писати, рахувати і читати.

7. Мені здається, що діти в цьому віці ще нездатні дружити.

8. Боюся навіть думати про те, що дитина буде обходитися без денного сну.

9. Моя дитина губиться, коли до неї звертається незнайома доросла людина.

10. Моя дитина не ходить до дитячого садка і ніколи не розлучається з матір'ю.

11. Початкова школа, по-моєму, мало спроможна чого-небудь навчити дитину.

12. Я побоююся, що однокласники дражнитимуть мою дитину.

13. Мій малюк, по-моєму, значно слабкіший за своїх ровесників.

14. Боюся, що вчителька не має можливості оцінити успіхи кожної дитини.

15. Моя дитина часто говорить: «Мамо, ми підемо в школу разом?»

 ***А тепер*** порахуйте кількість закреслених номерів. Отриману суму запишіть у графі «Усього»:….(запищіть)

 ЩО ОЗНАЧАЮТЬ ОТРИМАНІ ЧИСЛА?

* Якщо сума позитивних відповідей 4 або менше балів: у вас є всі підстави з оптимізмом зустріти перше вересня - ви самі готові визнати нову соціальну роль вашої дитини.
* Якщо сума позитивних відповідей 5—10 балів: вам бажано краще підготуватися до можливих труднощів.
* Якщо сума позитивних відповідей 10 і більше балів: подумайте над своїми відповідями ще раз, можливо, вам варто порадитися з психологом.

**ІІІ. Батьківський ринг «Що? Де? Як? Чому?»**

Завдання вчителя - згрупувати запитання за рубриками: “Лiтература”, “Мова i мовлення”, “Виховання”, “Свiт науки”, “Здоров’я” тощо. На свiй розсуд вчитель може доповнити їх своїми запитаннями.

Обладнання. Два стола, на кожному столi - “скатертина-коло”, роздiлена на однаковi частини-секцiї, у центрi - дзига iз стрiлкою; конверти iз запитаннями, вiдповiдно до рубрик; скрипiчний ключ (макет), магнiтофон, касети з музичними запитаннями.

***Орiєнтовнi запитання до теми «Звуки i букви».***

1. Скласти звукову модель слова «маяк».

2. Придумати слово, в якому букв бiльше, нiж звукiв. (Сiль, дзеркало.)

3. Скласти речення за схемою: \_\_ \_\_\_ \_ \_\_\_ . (Дiти вчаться в школi.)

4. Як подiлити слова ***насіння***, ***джмiль*** на склади для переносу? (Насін-ня, на-сіння;джмiль.)

5. Назвати букви, що позначають два звуки на початку складу. (Я, ю, є, ї.)

6. Якi букви завжди позначають два звуки? (ї, щ)

7. Назвати букви, що на письмi вказують на м’якiсть попереднього приголосного. (і, я, ю, є, ь)

8. Пояснити, як визначити кiлькiсть складiв у словi.

9. Назвати буквосполучення, якi позначають один звук. (дз, дж)

***Орiєнтовнi запитання до теми “Лiтература”.***

1. Вiдгадати загадку. Як називається казка? Хто її автор?

Сидить пiвник напечi,

їсть смачненькi калачi.

Тут лисичка прибiгає,

швидко пiвника хапає.

Бiжить котик рятувати,

в лисицi пiвника забирати. («Котик і півник”, укр. нар. казка)

2. Розповiсти скоромовку.

3. Розгадати ребус.(Панас)

Па

с

4. Яку казку любить ваша дитина?

5. Якi прислiв’я знає?

6. Назвати трьох дитячих поетiв, письменникiв.

7. Якi дитячi журнали ви знаєте?

***Орiєнтовнi запитання до теми “Виховання”.***

1. Похвали дитину по-рiзному (5 варiантiв).

2. Дитина від природи дуже повiльна. Як допомогти їй встигати робити все нарiвнi з iншими дiтьми?

3. Дитина часто нервує “раптом я щось забуду?”, “раптом у мене не вийде?” Як їй допомогти?

4. Як допомогти дитинi виправити її недолiки?

5. Чим ви займаєтесь з дитиною у вiльний час?

6. Якi обов’язки має ваша дитина вдома?

7. Ваш син отримав погану оцiнку за диктант. Вашi дiї?

8. Яку тваринку хотiла б мати ваша дитина? Чи зможе вона за нею доглядити

***Орiєнтовнi запитання до теми “Свiт науки”.***

1. Як називаються числа при додаваннi?

2. Проведiть дослiд, що доводить твердження “вода - розчинник”.

3. Назвiть рослини - символи України.

4. Як дiзнатися, на скiльки одне число бiльше або менше вiд iншого?

5. На якi три групи дiляться всi рослини?

6. Якi народнi прикмети ви знаєте? (2-3)

7. Задача. Уявiть, що ви - водiй тролейбуса. Ви проїхали 5 км з тръома

зупинками, перевезли 150 пасажирiв, продали 125 квиткiв. Скiльки рокiв

водiю?

8. 3 чого складається ґрунт?

9. Загадайте командi-супернику 1 загадку.

10. Чому наше мiсто має таку назву?

***Орiєнтовнi запитання до теми “Здоров’я”.***

1. О котрiй годинi першокласник має лягати спати?

2. Якi вправи ви можете запропонувати для зняття втоми?

3. Яким видом спорту займається ваша дитина?

4. Як правильно переходити дорогу?

5. Якi знаєте вправи для розвитку гнучкостi пальцiв i кистi руки?

6. Запропонуйте ваш комплекс ранкової гiмнастики.

7. Якi правила особистої гiгiєни має знати дитина?

**Хiд гри**

Учасники розподiляються на дві/три команди. Кожна почергово заводить дзиґу i вiдповiдає на певне запитання. За правильну вiдповiдь команда отримує 1 бал. Та команда, яка одержала бiльшу кiлькiсть балiв, є переможцем.

\*В кінці зустрічі батькам пропонуються психолого-педагогічні поради (див. Додатки)

**Додаток 1**

**Поради батькам майбутніх першокласників**

1. 3 початку навчального року привчіть дитину прокидатися раніше‚щоб збирання до школи не перетворювалось у щоденні хвилювання.Вранці будіть дитину спокійно, з усмішкою та лагідним словом.
2. Не підганяйте, розраховувати час - це ваш обов’язок, якщо ви цю проблему не вирішили - провини дитини в цьому немає.
3. Обов’язково привчіть дитину зранку снідати. Це важливий моменту запобіганні хвороб шлунка.

4. Давайте дитині у школу бутерброд, фрукти. Вона в школі працює‚ витрачає багато сил і енергії.

5. Привчіть дитину збирати портфель напередодні ввечері. Перевірте‚ чи не забула вона чого-небудь важливого. Запитайте її‚ чи не передавав вчитель прохань або розпоряджень батькам. Через деякий час дитина привчиться сумлінніше ставитись до своїх обов’язків і стане більш зібраною.

6. Проводжаючи дитину до школи‚ побажайте їй успіхів, скажіть кілька лагідних слів‚ без застережень на кшталт: «Дивись‚ поводь себе гарно!», «Щоб не було поганих оцінок» та таке інше. У дитини попереду - важка праця.

7. Забудьте фразу «Що ти сьогодні отримав?!», а краще запитайте:«Про що нове ти сьогодні дізнався?». Зустрічайте дитину спокійно, не сипте на неї тисячу запитань, дайте їй можливість розслабитись (згадайте‚ як вам буває важко після напруженого дня). Коли дитина збуджена і хоче з вами чимось поділитись, не відмовляйте їй у цьому‚ вислухайте.

8. Після закінчення занять дайте дитині відпочити. Обід - зручний момент для цього. Школяр може розповісти про свій робочий день і у такий спосіб звільнитися від психологічного напруження.

9. Якщо дитина замкнулась у собі‚ щось її турбує‚ не вимагайте пояснень‚ хай заспокоїться, тоді вона все сама розкаже.

10. Зауваження вчителя вислуховуйте без присутності дитини. Вислухавши, не поспішайте влаштовувати сварку. Говоріть з дитиною спокійно.

11. Після школи не змушуйте дитину одразу сідати за виконаннязавдань,

необхідно 1,5 години відпочити. Найоптимальніший час для виконання

завдань - з 16 до 17 години.

12. Пам’ятайте, що телевізор - ворог №1 успішного навчання. Не потрібно вмикати його раніше‚ ніж усі завдання будуть виконані. Якщо дитина дивиться телевізор під час денного відпочинку, то їй буде важко зосередитись. Бажано дозволяти дивиться тільки дитячі передачі.

13.Готуйтеся до занять разом з дитиною, але не замість неї. Перевіряйте, чи правильно вона зрозуміла пройдений матеріал, попросіть її прочитати вголос.

14. Перевіряти не значить «робити замість» - ніколи не підказуйте дитині готових рішень. Обов’язково перевірте, щоб те‚ що потрібно було вивчити напам’ять, було вивчено добре: точність виконання завдань - важлива умова успішного навчання. Потрібно також впевнитись, що дитина може застосувати набуті знання на практиці. Для цього їй треба запропонувати виконати кілька вправ.

15. Не треба навантажувати дитину позашкільною діяльністю з самого початку навчального року. Спорт і заняття в гуртках, звичайно, корисні для загального розвитку, але спочатку впевніться, що у дитини вистачить сил і часу. Початок навчального року - період стресу‚ і перевантаження можуть тільки нашкодити.

16. Протягом дня знайдіть (намагайтеся знайти) півгодини для спілкування з дитиною. В цей час найважливішими повинні бути справи дитини‚ її біль‚ її радощі.

17. У сім’ї має бути єдина тактика спілкування всіх дорослих з дитиною. Всі розходження щодо виховання дитини вирішуйте без неї. Коли щось не

виходить, порадьтеся з вчителем, психологом. Не зайвим буде почитати

літературу для батьків, там ви знайдете багато корисного.

18. Завжди будьте уважними до стану здоров’я дитини‚ коли щось її турбує: головний біль‚ поганий загальний стан. Найчастіше це об’єктивні показники втоми‚ перевантаження.

19. 3 перших днів навчання вимагайте виконання режиму дня дитиною‚ щоб вона лягала спати в один і той же час. Сон для школярів має першочергове значення. В 1 чверті дитина повинна спати не менше 10-11 годин‚ потім сон можна скоротити до 9-10 годин.

20. Якщо дитина засинає не відразу, все одно примушуйте її лягати в ліжко. 1 не треба думати‚ що школяр уже достатньо дорослий для того‚ щоб йому розповідали казки. Використайте спосіб‚ перевірений століттями: тихо поговоріть з дитиною перед сном‚ попросіть її що-небудь розповісти чи розкажіть самі. Такі хвилини - одна з небагатьох можливостей для справжнього спілкування.

21. Знайте‚ що навіть великі діти (7-8 років) люблять казки‚ особливо перед сном‚ або пісню‚ лагідні слова. Не лінуйтесь цього робити. Це їх заспокоює, знімає денну напругу, допомагає спокійно заснути і відпочити. Не нагадуйте перед сном про неприємні речі‚ про роботу. Завтра новий трудовий день і дитина повинна бути готова до нього. А допомогти в цьому їй мають батьки своїм доброзичливим ставленням. Чекати якогось дива від дитини‚ радісних поривів душі‚ доброти треба терпляче, відшукуючи ці риси в дитині‚ постійно заохочуючи її.

22. Батькам необхідне терпіння. Ентузіазм перших днів швидко проходить‚ його місце займає втома. Допоможіть дитині зберегти нормальний ритм і не піддайтеся спокусі зробити їй маленьке послаблення. Часті нарікання на дитину чи порівняння з іншими можуть розвинути комплекс неповноцінності. Навпаки, інколи треба похвалити дитину‚ навіть коли у неї щось не виходить, дати їй невеличкий перепочинок і потім повернутися до виконання завдань.

23. Ні в якому разі не ставте ваші стосунки з дитиною в залежність від її успішності. Гарні довірливі стосунки і усвідомлення того‚ що дитина завжди може розраховувати на вашу підтримку, допоможуть їй налаштуватися на успіх з початку нового навчального дня.

24. Дитина має відчувати, що ви завжди її любите, завжди їй допоможете та підтримаєте.

**Додаток 2**

**Орієнтовний режим дня**

7.00 - 7.30 – пробудження, підйом, ранкова гімнастика, водні процедури, ранковий туалет, прибирання ліжка

7. 30 – 7.50 - сніданок

7.50 – 8.15 – дорога до школи

8.15 – 12.30 – заняття в школі

12.30 – 13.00 – повернення зі школи

13.00 – 13.30 – обід

13.30 – 14.30 – післяобідній відпочинок

14.30 – 16.00 – перебування на повітрі

16.00 – 17.30 – виконання домашніх завдань (через кожні 30 - 35 хв - перерви на 5-10 хвилин). Під час першої перерви – підвечірок.

17.30 – 19.00 – перебування на повітрі. Заняття у спортивних гуртках

19.00 – 20.30 – вечеря, заняття улюбленими справами

20.30 – 21.00 – підготовка до сну, сон

**Додаток 3**

**Побажання батькам першокласника**

***Любі мої батьки!***

Цього року Ваша дитина йде до першого класу. Це велика подія у Вашій сім’ї. Я сердечно вітаю Вас i бажаю, щоб Вашi сподiвання здійснилися, щоб Вашій дитині було добре, затишно i цiкаво в нашiй школi. Дозвольте дати Вам кiлька порад.

**Десять речей, якi повиннi зробити батьки першокласника 1-го вересня.**

1. Ваша дитина хвилюватиметься. Прикрасьте її кiмнату кульками, плакатом з веселим написом.

2. Приготуйте маленький, барвисто оформлений подаруночок i покладiть його

поряд з подушкою дитини.

3. Якщо Ви напередоднi зiбрали портфель, все одно ще раз зазирніть до нього разом з дитиною i покладiть ще якiсь дрiбнi речi: комiчну гумку або незвичайний олiвець.

4. Цього дня заборонiть собi повчати дитину, пiдвищувати на неї голос. Не сердьтеся i не хмуртеся!

5. Вiдкладiть усi справи, вiзьмiть вiдгул. Ви повиннi бути поряд, коли дитина переступить шкiльний порiг.

6. Скажiть своєму першокласнику, як добре i чудово вiн виглядає.

7. Зустрiчаючи дитину зi школи, розпитайте, що їй сподобалося, що вона робила, похвалiть за те, що вона трималася впевнено (навiть якщо це не так).

8. Увечерi органiзуйте святкову вечерю. Запросiть бабусь, дiдусiв.

9. Не забудьте сказати дитинi, як сильно Ви її любите.

10. Лягаючи спати, дайте слово i надалi бути до дитини таким лагiдним, спокiйним i уважним, як сьогоднi.

Усе це дасть можливiсть дитинi зрозумiти, що подiї, якi вiдбуваються в

її життi, дуже важливi i для батькiв. Це додасть їй упевненостi, налаштує на серйозну, цiкаву роботу.

 **Додаток 4**

**Що необхідно придбати першокласнику для навчання**:

 зошит в клітинку - 5 шт.

зошит в косу лінійку - 5 шт.

обкладинки для зошитів

обкладинки для підручників (тверді)

пенал (з однією «блискавкою»)

в пеналі:

 ручка з синьою пастою (з тонкопишущим стержнем)– 2 шт.

 ручка з зеленою пастою - 1 шт.

 простий олівець ТМ – 2 шт.

 лінійка 20 см - 1 шт.

 ластик - 1 шт.

точилка з контейнером для стружки - 1 шт.

для уроків праці:

 пластилин - 6-8 кольорів

 дощечка для пластилина – А 4

 кольоровий папір (6-7 кольорів) – 2 шт. (А 4)

 кольоровий картон (7-10 кольорів) – 2 шт. (А 4)

 клей-олівець - 1 шт.

 ножниці з заокругленими кінцями - 1 шт.

 лінійка 30 см - 1 шт

для уроку малювання:

 бумага для креслення - 4 шт.

 фарби акварельні - 12-14 кольорів

кольорові олівці – 12 кольорів

пензлики - №1, №3

для уроку фізкультури:

 футболка

 спортивний костюм

 шорти (темні)

 спортивне взуття

***Тема ІІІ:***

***Що ми чекаємо від школи?***

**Бесіда: Мотиваційна готовність або що стоїть за бажанням вчитися?**

*Під мотиваційною готовністю розуміють бажання вчитися, ставлення до школи і навчання як до серйозної діяльності*.

Дитина приходить у школу з певною мотивацією. Що являє собою її структура в цьому віці? В ній вирізняються **пізнавальні й соціальні мотиви**.

Пізнавальні мотиви пов'язані із самим змістом і процесом навчання. Соціальні мотиви породжуються різноманітними соціальними взаєминами дитини з іншими людьми. Це прагнення до схвалення, до підтримки дорослих, до завоювання авторитету серед однолітків, бажання зайняти "позицію школяра". У молодших школярів соціальні мотиви займають настільки значне місце, що здатні визначати позитивне ставлення дітей навіть до діяльності, позбавленої для них безпосередньої привабливості, інтересу.

Розвиток бажання до шкільного навчання передбачає формування уявлень дошкільника про те, яким буде навчання в школі, знань про те, яким буде його завтрашній день і підготовку дитини до нього, як до радісної події. Тому дорослим потрібно з'ясувати зміст і характер стихійних уявлень дитини про школу та коригувати їх.

*Ось характеристика першокласника з недостатнім рівнем мотиваційної готовності:*

*"****В****. на уроках неуважна, часто відволікається. Її інтереси суто дитячі: любить гратись і шукає для цього найменшу можливість. Навіть під час уроку хоче погратись з ручкою, чи пензликом, лінійкою. Часто приносить на уроки різні іграшки: лялечки, картинки, іграшковий посуд та одяг. Вона ще не розуміє, що навчання в школі вимагає іншого ставлення, ніж тоді, коли вона була в дитячому садку.*

*Не розуміє всієї складності і відповідальності шкільного життя. Замість того, щоб писати в зошиті - малює. На зауваження не реагує. Взагалі, на уроках робить не те, що потрібно робити, а те, що їй захочеться. Коли в неї щось не виходить, ставиться до цього безвідповідально. Якщо не встигає закінчити завдання, не хвилюється. Вчиться посередньо."*

Для формування в дошкільників правильного уявлення про школу в розпорядженні батьків є безліч простих і доступних засобів: читання книг про школу, знайомство з деякими правилами поведінки учня, відвідування школи.

Бажано розповісти дітям про те, як зміниться їхнє життя,коли вони стануть школярами: учень повинен щодня ходити в школу, виконувати в класі і вдома ті завдання, що задає вчитель.

Щоб добре вчитися, потрібно бути уважним, дисциплінованим, акуратним.

Застосовується і прийом аналізу дитячих робіт (це стосується будь-якої діяльності дитини). Не слід обмежуватися загальною оцінкою "добре" - "недобре".Особливу увагу потрібно приділяти тому, як виконане завдання; діти повинні знати, за якими критеріями дорослий оцінює їх. Наприклад: акуратність, своєчасність, творчий підхід, засвоєння необхідних технічних навичок, умінь, старанність, цілеспрямованість, наполегливість, самостійність, уважність тощо. Будь-яке досягнення чи промах дитини не повинні залишатися непоміченими.

Формуванню позитивного ставлення до школи допомагають і різні режимні процеси, що привчають дитину до самостійності, дисциплінованості. Під час екскурсій, прогулянок можна підкреслити, що вести себе потрібно, як майбутнім учням. Варто домагатися того, щоб дитина все встигала робити вчасно, мала постійний режим дня. Таким чином, у спілкуванні з дітьми слід проводити аналогію між школою та дитячим садком так, аби знання дітей були пронизані світлим почуттям очікування зустрічі зі школою.

Варто організувати екскурсію до школи, щоб дитина мала уявлення про місце, де вона буде навчатися.

Важливе значення в ігровій діяльності дошкільника займають ігри "у школу".

Спостереження переконують нас у тому, що центральним у прагненні до школи в 6-7-річних дітей є саме навчання з отриманням характерних для нього результатів.

Помилками у вихованні пізнавальних мотивів є:

* ігнорування, тобто не звертання дорослихна прагнення дитини до пізнання нового;
* формування мотивації перекладається на школу.

До способів виховання пізнавальної активності належать:

* створення сприятливого емоційного фону (повноцінне спілкування з дорослим, залучення дитини до кола інтересів родини);
* підтримка бажання дитини задавати питання, що виявляється як схвалення, доброзичливість, уважність, повага, готовність відповісти;
* пізнавальні бесіди з дітьми;
* використання ігор.

Від того, як у дошкільному віці розвивалася пізнавальна потреба, чи знаходила вона достатні умови для задоволення, значною мірою залежить пізнавальна чи розумова готовність до навчання в школі.

Отже:

* готовність до навчання полягає у бажанні дитини вчитися, її ставленні до школи і навчання як до серйозної діяльності;
* структура мотиваційної готовності включає пізнавальні йсоціальні мотиви при провідній ролі останніх;
* розвиток мотиваційної готовності дитини до шкільного навчання передбачає формування правильних та різнобічних уявлень і знань дитини про школу, про шкільні вимоги; емоційно-позитивного ставлення до майбутнього навчання та розвиток пізнавальної активності дітей;

Педагогічними засобами формування готовності дошкільника до правилами поведінки учня, відвідування школи; прийом аналізу дитячих робіт дорослим спільно навчання у школі є читання книг про школу, знайомство з деякими з вихованцями; ігри "У школу".

Що робити, коли Ви не знаходите спільної мови з власною дитиною, відчуваєте себе безпорадними? Ось деякі проблеми, які можуть виникнути при спілкуванні та поради щодо їх подалання. (***Додаток 2***)

***Вимоги сім’ї та школи.(Ділова гра для батьків майбутніх першокласників)***

**Мета.** Визначити відношення батьків до вимог школи;

Вивчити очікування батьків.

Сьогодні ми будемо багато спілкуватися один з одним, тому я прошу всіх учасників представитись (по колу) і повідомити: як до вас можна звертатись під час гри, чий ви тато (чи мама), чого ви чекаєте від нашої зустрічі.

А зараз я прошу всіх подумати, як би ви закінчили наступне речення: «Коли я думаю про норми та вимоги я відчуваю…» (Учасники говорять свої

варіанти, а вчитель фіксує їх відповіді на дошці. Потім узагальнює висловлення учасників.)

Розподілимося на дві групи: «сім’я» та «школа» (на дошці вивішуємо будиночки «школа»,»сім’я») і спробуємо виробити вимоги:

* групи «школа» - до сім’ї,
* групи «сім’я» - до школи.

Після 5-7 хвилин обговорення представники груп висловлюють побажання.)

Щойно ми з вами зуміли побачити, які почуття виникають у дорослих, коли мова йде про норми та вимоги. Дехто з вас спробував пояснити, чому виникали ці почуття. При цьому ви спирались на свій життєвий досвід. А тепер давайте перейдемо до нашої основної роботи. Зараз кожен з вас отримає опитувальник, в якому перераховані вміння дитини. Ваше завдання - відмітити на ваших листочках, чи є це вміння у вашої дитини, і оцінити їх за 5-бальною шкалою.

1. Прибирати, застеляти ліжко.

2. Самостійно одягатися.

3. Прибирати свій одяг.

4. Додержуватися гігієнічних вимог(чистити зуби, мити руки).

5. Прибирати за собою посуд.

6. Прибирати за собою іграшки.

7. Підготувати стіл для виконання домашніх завдань.

8. Складати свій портфель.

9. Виконувати дане доручення повністю.

10. Зайняти себе у вільний час.

11. Отримувати поразку (в іграх).

12. Просити допомоги у дорослих (у складних ситуаціях).

Якщо Ваша дитина набрала від 10 до 12 балів – Ви добре попрацювали над розвитком, вихованням та підготовкою дитини до самостійного, шкільного життя; 7-9 б. – Ваша праця була не марною, але є ще над чим працювати; до 6 б. – не слід засмучуватися, дитина не винна. Що вона де-чого не вміє. Допоможіть їй подолати труднощі.

Йдучи до школи, дитина повинна володіти ще деякими вміннями, які перевіряються під час тестування на визначення готовності дитини до школи. Це вміння слухати запитання, формувати відповідь, вміння виконувати вправи за зразком та за вимогою вчителя.

І на завершення нашої зустрічі я попрошу вас висловити ваші відчуття та думки з приводу нашого сьогоднішнього зібрання.

(Висловлювання батьків).

*Батькам можна роздати папірці з написаними на них почуттями та шаблон для «смайлика», які можна потім розмістити на дошці.*

 Завдання: показати на смайлику почуття так, щоб інші його відгадали

* здивування
* любов
* гнів
* іронія
* страждання
* стримуване обурення
* ненависть
* сум
* занепокоєння
* сором
* страх
* захоплення
* радість
* очікування

А щоб ми всі сьогодні розійшлися в гарному, піднесеному настрої, я пропоную Вам буклети (памятки) з порадами.

*Вчитель за бажаннямта можливістю роздруковує матеріали з додатків*

**ДОДАТОК 1**

**Правила для батьків**

* Не навчайте дітей так, як навчали вас. Вони народилися в іншийчас.
* Жваво цікавтеся життям дитини, її радощами та засмученнями, її потребам сприяйте, радійте, співчувайте.
* Спілкуйтеся із дитиною, як із дорослим, який чекає від вас взаємної довіри, поваги, розуміння.
* Дайте їй відчути, як її люблять, як чекають від неї успіхів.
* Смійтеся разом із нею, веселіться, грайтеся!
* Жваво цікавтеся дитячими захопленнями, беріть участь у них.
* Перепрошуйте перед дитиною, якщо з якоїсь причини припустилися стосовно неї безтактності.
* Заохочуйте у своїй дитині бажання ставити запитання, сперечатися, висловлювати власну думку, стверджувати свою позицію.
* Учіть дітей шанобливо висловлювати і доводити свою думку, сперечатися без істерики, образи.
* Заохочуйте пошукову, дослідницьку діяльність, учіть дитину самостійно думати, міркувати.
* Допомагайте дитині перевершити саму себе, не бійтеся ставити перед нею щоразу складніші завдання.
* Стежте за чистотою власного мовлення, не забруднюйте її жаргонізмами, суржиком.

**ПАМЯТКИ ТА КОРИСНІ ПОРАДИ ДЛЯ БАТЬКІВ ПЕРШОКЛАСНИКІВ**

* Любіть дитину. Не забувайте про тілесний контакт із нею. Знаходьте радість у спілкуванні з дітьми. Дайте дитині місце в сім’ї.
* Хай не буде жодного дня без прочитаної книжки!
* Розмовляйте з дитиною, розвивайте її мовлення. Цікавтеся справами і проблемами дитини.
* Дозволяйте дитині малювати, розфарбовувати, вирізати, наклеювати, ліпити.
* Організовуйте сімейні прогулянки, екскурсії містом.
* Надайте перевагу повноцінному харчуванню дитини, а не роз­кішному одягу.
* Обмежте перегляд телепередач, ігри на комп'ютері до 30 хвилин.
* Привчайте дітей до самообслуговування і формуйте трудові навички,

любов до праці.

* Не робіть із дитини лише споживача, нехай вона буде рівноправним членом сім'ї зі своїми правилами і обов'язками.
* Пам'ятайте, що діти — це не лише продовжувачі наших особистих умінь і здібностей. Кожна дитина має право на власний вияв своїх потенційних можливостей і на свою долю.

\*\*\*

Психологи зробили висновок, що є слова і вирази, що начебто й необразливі, однак, якщо часто повторювати їх, здатні дратувати не менше, ніж очевидний чи брутальний крик, навіть якщо сказані вони спокійним тоном. Є інші слова, які люди, зазвичай, соромляться говорити, хоча ті здатні нейтралізувати образи й промахи, поліпшувати настрій.

**Десять «заборонених» звертань до дитини**

1. Скільки разів тобі повторювати?..

2. Я сказала - зроби...

3. Ти що, не розумієш?..

4. У всіх діти, як діти, а ти...

5. За що мені таке покарання?..

6. Не лізь, якщо не можеш зробити...

7. І в кого ти тільки такий вдався?..

8. Невже тобі важко запам'ятати?

9. Я безліч разів говорила, що...

10.У моє: подруги дитина - просто ангел, а в мене...

***Десять «потрібних» звертань до дитини***

1. З'ясуймо разом...

2. Як ти вважаєш?..

3. Мій любий...

4. Це ти добре придумав...

5. Таке тільки ти міг придумати...

6. Я не сумнівалася, що ти в мене найрозумніший...

7. Я так вдячна долі, що ти в мене є...

8. Упевнена, що ти зможеш...

9. Я завжди знала, що моя дитина найкраща...

10.Умене дитина - просто ангел, а ось у моєї подруги...

 ***Додаток 2***

***Ваша дитина вередує?***

*Що робити?*

* Перемкніть увагу дитини на інший об'єкт.
* Поступіться в чомусь малому, зберігаючи головне.
* Разом знайдіть рішення, прийнятне для всіх.
* Поясніть, що своєю поведінкою вона завдаєте проблеми для ко­гось іншого.

*Що не робити?*

* Не потрібно сперечатися.
* Не бійтеся бути твердими.
* Не застосовуйте силу.
* Не засмучуйтеся! Дитина лише випробовує вас.
* Не бійтеся твердо відмовити. Дитина добре знає, що необов'язковоїй дадуть все, що вона вимагає.

**Ваша дитина вперта?**

*Що робити?*

* Умійте відмовити так, щоб дитина не покладалася на відміну рішення.
* Умійте відокремити все погане від гарного, що є в дитині.
* Погляньте на світ очима дитини.
* Щоб дитина щось виконувала із задоволенням, їй повинно бути цікаво.
* Покажіть дитині, що ви засмучені.

*Що не робити?*

* Не починайте сперечатися. Ви самі перетворюєтесь на дитину.
* Не робіть із дитини піддослідного кролика
* Не уникайте дрібниць: саме вони радують та засмучують.
* Не примушуйте силою.
* Не бійтеся делікатно нагадати, адже дитина могла просто забути.

**Ваша дитина повільно прокидається вранці?**

*Що робити?*

* Увімкніть спокійну музику або мультфільм.
* Приготуйте речі (портфель, одяг) із вечора.
* Приготуйте щось смачне на сніданок.
* Уточніть час укладання спати.
* Привчіть дитину виконувати зарядку

*Що не робити?*

* Не кричіть.
* Не запевняйте: «Швидше! Ми запізнюємось!».
* Не дорікайте.
* Не лякайте тим, що в школі сваритиме вчитель.
* Не допускайте перед сном збудження дитини.

**Ваша дитина неслухняна?**

*Що робити?*

* Дайте дитині можливість здобувати власний досвід.
* Будьте уважними до інтересу малюка.
* Головне - не скільки, а як саме ви проводите спільний час.
* Якщо прохання дитини нікому не шкодить, поступіться!
* Пам'ятайте, що ваш малюк - ваше відображення. Ви не дотримуєтеся

своїх обіцянок - він не дотримується своїх.

*Що не робити?*

* Не вимагайте пояснень від дитини.
* Не опікайте занадто.
* Не сваріться несправедливо.

**Ваша дитина говорить неправду?**

*Що робити?*

* Навчіть дитину, коли вона припуститься помилки, виправляти її.
* Покажіть на своєму прикладі, що правда завжди краще.
* Дайте можливість дитині вчитися на власних помилках.
* Коли ви бажаєте щось з'ясувати, перевірити, зробіть так, щоб малюк цього не знав.
* Покажіть дитині, що ви її любите не за досягнення, а за те, що вона є.

*Що не робити?*

* Не влаштовуйте випробування її чесності.
* Не захищайте дитину від наслідків її помилок.
* Не залякуйте дитину.

\*\*\*

* Якщо дитина живе поміж критики, то вона вчиться постійно оцінювати інших, а якщо відчуває заохочення - пізнає свою значущість.
* Якщо дитина живе поміж ворожнечі - вона вчиться воювати, а якщо живе в довірі та приязні - пізнає любов.
* Лише спільними зусиллями сім'ї та школи можна досягти успіху, адже це немов два коліщатка в складному механізмі «сім'я - школа», що крутитимуться в одному напрямку. Сподіваємося, що він буде правильним!

**Пам'ятка для батьків щодо спілкування з дітьми, які мають емоційні труднощі**

1. Емоції виникають у процесі взаємодії з навколишнім світом. Необхідно навчити дитину адекватно реагувати на певні ситуації та явища зовнішнього середовища.

2. Не існує поганих і хороших емоцій, тому дорослий, взаємодіючи з дитиною, постійно повинен застосовувати доступні їй рівні організації емоційної сфери.

3. Почуття дитини не можна оцінювати, не слід вимагати, щоб вона не

переживала те, що вона переживає. Зазвичай, бурхливі афективні реакції -

це результат тривалого стримування емоцій.

4. Потрібно навчити дитину усвідомлювати свої почуття, емоції, виявляти їх у культурних формах, спонукати до розмови про свої почуття.

5. Не слід під час занять із важкими дітьми намагатися цілком ізолювати дитину від негативних переживань. Це можливо зробити в повсякденному житті, а штучне створення «тепличних умов» тільки тимчасово розв'язує проблему.

6. Не слід вчити дитину стримувати власні емоції. Завдання дорослих полягає в тому, щоб навчити правильно спрямувати, виявляти свої почуття.

7. Необхідно враховувати не модальність емоцій (негативні чи позитивні), а їх інтенсивність. Надлишок одноманітних емоцій спричиняє негативні явища.

8. Для профілактики емоційного напруження слід долучати дитину до різних видів діяльності. Корисним для емоційного розслаблення є застосування гумору.

9. З метою ліквідації негативних емоцій потрібно спрямовувати їх у творче русло мистецтва, поезії, літератури, музики чи танців.

10. Ефективність навчання дитини володіти своїм емоційним станом значною мірою залежить від особливостей її ставлення до себе. Завищена чи занищена самооцінка суттєво погіршує самопочуття дитини, створює бар'єри для необхідних змін. У таких випадках потрібно починати роботу з корекції ставлення до себе, до своєї самооцінки.

***Тема ІV.***

***Я і моя дитина – пошуки взаєморозуміння***

Мета:

* створити емоційний настрій на спільну роботу, атмосферу взаємної довіри;
* вибрати підтримку, як стратегію поведінки, що формує у дитини повагу до себе;
* визначити очікування батьків стосовно особистості своїх дітей;
* ознайомити учасників зі стилями батьківської поведінки.

План заняття

І. Теоретична частина

ІІ. Практична частина.

Хід заняття

**І.Теоретична частина.**

Незабаром розпочнеться навчання дітей у школі. Яким воно буде для малюків? Як вони адаптуються у новому житті? З яким настроєм почнуть навчання? Питання, які непокоять усіх: і батьків, і звичайно нас.

Сьогодні хотілося б поговорити не стільки про дітей, скільки про нас, дорослих, про наше ставлення до їхніх успіхів та невдач, подумати разом, чи розуміємо ми, що наша підтримка допоможе дитині вирішити шкільні проблеми.

Нажаль, ви, батьки, часто болісно сприймаєте невдачі своїх дітей у навчанні, надмірно турбуєтеся, іноді вас охоплює відчай через погану оцінку, отриману учнем, ви навіть не думаєте про те, що це тимчасове явище, що оцінка може бути суб'єктивною (вчитель теж помиляється), що

дитина втомилася або не дуже зрозуміла завдання, оскільки швидкий темп роботи зашкодив цьому.

Отже, виникає проблема: в класі труднощі, вдома - непорозуміння.

Як же краще налагодити взаєморозуміння дітей та батьків?

• Почнемо з того, що відмовимося розглядати дитину як об'єкт виховання. Дитина - це особистість. Вона має право на любов і повагу до себе - такої, якою вона є. Поводитися з нею треба дбайливо, щоб вона розвивалася в згоді з самою собою. Для цього потрібно передусім, щоб ви зробили зупинку в своїй життєвій гонитві за манівцями (грошима, кар'єрою, успіхами) і спробували побачити свою дитину та все прекрасне в ній.

• У дитині приховано безліч можливостей і талантів. Для того щоб виявляти себе, втілювати свої можливості життя, їй потрібні ***визнання та підтримка*** близьких. Ваша віра в обдарованість дитини допомагає їй повірити в себе і виявити здібності.

• Дитинна має бути упевненою в вашій любові незалежно від своїх сьогоднішніх успіхів і досягнень.

***Формула істинного батьківського прийняття - це не «люблю тому, що ти***

***хороший», а «люблю, тому, що ти є, люблю такого, який є».***

• Спілкуватися з дитиною необхідно на рівних, не принижуючи її гідності, не підвищуючи голосу, не ставлячи її в залежність від вашого стану чи настрою.

***Завдання***

Закрийте на хвилинку очі і уявіть, що ви зустрічаєте найкращого свого друга

( подругу ). Як ви показуєте йому, що раді, що він вам дорогий?

Тепер уявіть, що це ваша дитина – ось вона повертається зі школи і ви показуєте, що раді її бачити.

Уявили? В чому різниця? Чи завжди ми показуємо дітям свої почуття?

 Ми допоможемо нашим дітям спілкуватися з нами, якщо наше відношення до них буде включати: (можна дати під запис)

* сприймання;
* увагу;
* визнання (повагу);
* похвалу;
* теплі почуття.

Сприймання дуже потрібне людині. Покажіть своїй дитині, що ви її поважаєте. Допомагають тільки висловлені вголос компліменти, а не ті, що ви маєте на увазі, але не говорите.

Використовуйте принцип «тут і тепер», визнання повинно виражатись в теперішньому часі і описувати події теперішнього моменту. Приклади помилкових висловлювань: «Так чого ж ти раніше так не прибирав у своїй кімнаті?», або «Я сподіваюсь, ти тепер завжди будеш так прибирати, як сьогодні!»

Комплімент – це приємне слово. Чи часто ви чуєте слова похвали на свою адресу? Привід похвалити знайдеться завжди. Отже, спробуйте ощасливити вашу дитину.Знайдіть приємні слова, супроводжуйте їх привітною інтонацією, теплим поглядом.Тільки будьте щирі!

Особливо хотілося б сказати про роль теплої емоційної атмосфери у вашому домі. ЇЇ головна умова – дружелюбний тон спілкування. Крім того, потрібно мати запас великих та маленьких свят. Придумайте кілька занять, сімейних справ, традицій, які будуть створювати атмосферу радості. Зробіть деякі з цих занять чи справ регулярними, щоб дитина чекала на них і знала, що вони обов’язково наступлять, якщо вона не зробить щось погане. Відміняйте їх тільки в тому випадку, якщо вона відчутно порушить дисципліну і ви насправді засмучені. Однак не погрожуйте відміною радісних справ через дрібниці.

* Вчиться бачити сильні сторони особистості дитини і говорити їй про це.

• Виробіть для себе правило не оцінювати негативно особистість дитини, а піддавати критиці тільки неправильно здійснену дію або непродуманий вчинок. Наприклад, замість «Ти дуже жадібний хлопчик», можна сказати «Мені шкода, що ти не поділився із сестрою іграшками».

• У спілкуванні з дитиною бажано використовувати не узагальнення: «Ти вічно кидаєш рюкзак де попало, а ситуативні зауваження: «Сьогодні твій рюкзак лежить не на місці». Постійна мова формує образ - «Я» дитини. Краще в постійній формі оцінювати чесноти її особистості, а в тимчасовій - негативні.

Не порівнюйте дитину з іншими дітьми. Більшість дітей хворобливо ставиться як до негативних порівнянь, так і до схвалення дій інших дітей, сприймаючи те як нелюбов до себе. Краще порівнювати поведінку дитини з поведінкою вчора, акцентуючи увагу на позитивних моментах.

Намагайтеся частіше ставити дитину в ситуації, коли вона самостійно робить вибір, довіряйте робити те, що вона може зробити сама. Створюйте сприятливі умови для дитини, щоб вона сама могла домогтись успіху. Це привчає дитину до самостійності, формує віру в себе. Якщо ви використали більшість методів впливу на дитину, а її негативна поведінка повторюється, реагуйте на це нейтрально та неемоційно, уникайте конфлікту з дитиною. Необхідно пам'ятати, що нерідко дитина свідомо припускається поганих вчинків з єдиною метою - домогтись уваги дорослої людини. У цій ситуації дайте відчути, що більш ефективний спосіб привернути до себе вашу увагу - це добре поводитись.

Зверніть увагу на те, які норми і цінності ви передаєте дитині своєю

поведінкою, який приклад ставлення до людей, до життя ви їй показуєте.

Який спосіб взаємодії з дитиною ви оберете - справа вашого смаку, характеру, освіти, але головне - питайте себе частіше: «Якою я хочу бачити свою дитину в майбутньому? Що я можу зробити для того, щоб вона росла в гармонії з собою?»

Шляхи досягнення мети можуть бути різними, але в результаті процесу взаємоспілкування з вами, батьками, кожній дитині необхідно отримати самостійність і свободу думки, набути любов до світу і бажання його пізнавати.

**ІІ. Практична частина:**«***Стилі виховання в родині».***

План

1. Прийняття правил роботи в групі «Правила сімейного кола» (5 хв.)

2. Вправа «Ми батьки» (20 хв.)

3. Вправа «Мозаїка стилів батьківського виховання» (30хв.)

4. Вправа на завершення «Чарівна скринька» (10 хв.)

***2. Прийняття правил роботи в групі «Правила сімейного кола».***

*Мета*: обґрунтувати необхідність вироблення та дотримання певних правил роботи в групі, що сприятимуть продуктивній роботі.

*Ресурси*: плакат «Правила роботи групи».

Хід проведення.

Запропонувати учасникам вважати їхню групу великою сімєю, в колі якої обговорюватимуться питання взаємовідносин в сімї, виховання дитини.

Формулюємо правила спільної взаємодії, що сприятимуть продуктивній праці. Учасники вносять свої пропозиції методом «мозкового штурму». Кожне запропоноване правило обговорюється й, якщо всі згодні, записується у центрі «сімейного кола», утвореного з фігурок учасників.

Правила:

* + говорити по черзі (правило руки);
		- бути позитивними до себе та інших;
		- дотримуватись регламенту;
			* бути активними;
				+ працювати у групі від початку до кінця.

***3. Вправа «Ми - батьки».***

*Мета*: з’ясувати уявлення учасників про себе у ролі батьків та визначити їхні очікування стосовно особистості своїх дітей.

*Ресурси*: стікери зеленого, синього та червоного кольорів (по одному для кожного учасника); три аркуші паперу формату А-1, на яких написані початки речень «Як мати/батько, я хочу бачити свою дитину…», «Як мати/батько, для цього я…», «Як мати/батько, я ніколи…», три аркуші фліпчарту.

Хід проведення.

Учасники отримують по одному стікеру зеленого, синього та червонного

кольорів. Психолог/вчитель пропонує на кожному з них продовжити

речення (стосовно своєї реальної дитини):

• на зеленому стікері—«Як мати/батько, я хочу бачити свою дитину…»;

• на синьому стікері—«Як мати/батько, для цього я роблю…»;

• на червоному стікері—«Як мати, я ніколи…».

 По закінченню учасники прикріплюють стікери на три аркуші формату А-1 з написами «Я хочу…», «Я роблю…», «Я ніколи …»

Об’єднати учасників у три групи. Кожна з них отримує чистий аркуш паперу формату А-1, а також один аркуш з реченнями, зафіксованими на стікерах певного кольору. Учасникам кожної групи потрібно узагальнити речення «свого кольору» й підготувати коротку презентацію результатів.

Після презентації проходить обговорення вправи.

***Запитання для обговорення****.*

1. Які думки виникли у Вас під час виконання цієї вправи?

2. Чи замислювалися Ви над шляхами досягання того, що Ви хочете?

3. Чи легко було продовжити речення «Як мати, для цього я роблю…» та сформулювати конкретні дії? Чому?

4. Чи завжди вдається Вам у реальному житті виконувати те, що Ви задекларували у варіанті закінчення речення «Як мати, я ніколи…»? Поясніть свою відповідь.

***4. Вправа «Мозаїка стилів батьківського виховання».***

*Мета*: ознайомити учасників зі стилями батьківської поведінки.

*Ресурси*: підготовлена інформація при стилі батьківського виховання для кожного учасника (***Додаток 1*** ), картки з намальованими іграшками.

Хід проведення.

Об’єднати учасників у малі групи за методикою «Будинок іграшок». Кожен

учасник з чарівного мішка витягує подарунок із будинку іграшок—заготовлені заздалегідь наклейки із зображенням автомобілю, ляльки, ведмедика, квітки.

 Учасники об’єднуються у групи відповідно до зображень іграшки.

 Кожній групі пропонується інформація про стиль батьківської поведінки. (***Додатки 1,2***) Учасники знайомляться із запропонованим матеріалом й аналізують стиль батьківської поведінки з точки зору позитивних та негативних особливостей його впливу на процес виховання і розвитку дитини. На завершення групи характеризують певний стиль батьківської поведінки, визначаючи позитивні та негативні сторони.

*Запитання для обговорення*.

1. Чи є чітка межа між різними стилями батьківської поведінки? Обґрунтуйте свою точку зору.

2. Чи є випадки, коли доцільне використання авторитарного стилю батьківської поведінки? Якщо «так», то в яких саме випадках?

***5. Вправа на завершення: «Чарівна скринька».***

*Мета*: підвести підсумки тренінгу.

*Ресурси*: аркуш ватману із зображенням великої скриньки, кольорові

кружечки за кількістю учасників тренінгу.

Хід проведення

 Кожний учасник отримує кружечок, який символізує скарб знань, умінь, отриманих упродовж заняття та пише на ньому про здобуті скарби. Учасники по черзі «кладуть скарби» у чарівну скриньку (прикріплюють кружечки на плакат із зображенням скриньки), коментуючи свою дію.

 Коли скринька заповнена, учасники виказують свої зауваження та рекомендації.

В кінці зустрічі батькам пропонується короткий конспект, в якому викладені методи підтримки у дитини нормальної самооцінки (***Додаток 3*)**

**Додаток 1**

**Стилі батьківського виховання**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Стиль батьківського виховання | Ознаки стилю | Наслідки впливу на формування особистості дитини |
| АвторитетнийВисокий рівень контролю, теплі стосунки  | Визнають та заохочують ріст автономії власних дітей. Відкриті до спілкування та обговорення з дітьми встановлених правил поведінки. Допускають зміну своїх вимог в розумних межах.  | Діти дуже добре адаптовані: впевнені в собі, у них розвинений самоконтроль і соціальні навички. Вони добре вчаться в школі та мають високу самооцінку. |
| Авторитарний Високий рівень контролю,холодні стосунки  | Віддають накази та чекають їх точного виконання. Закриті дляпостійного спілкування здітьми. Встановлюють жорсткі вимоги та правила, не допускають їх обговорення. Дозволяють дітям лише незначною мірою бути незалежними від них. | Діти, як правило, відлюдні, боязкі та похмурі, невибагливі, дратівливі. Дівчатка найчастіше залишаються пасивними і залежними. Хлопці можуть стати некерованими й агресивними. |
| Ліберальний Низький рівень контролю, теплі стосунки  | Слабко або зовсім не регламентують поведінку дитини (безумовна батьківська любов). Відкриті для спілкування з дітьми, але домінуюча спрямованість комунікації – від дитини до батьків. Дітям надана необмежена свобода за умови незначного керування з боку батьків. Батьки не встановлюють будь-яких обмежень. | Діти схильні до неслухняності та агресивності. В присутності людей поводять себе неадекватно та імпульсивно, невибагливі до себе. В деяких випадках діти стають активними,рішучими та творчими людьми. |
| Індиферентний Низький рівень контролю, холодні стосунки  | Не встановлюють для дітей ніяких обмежень. Байдужі до власних дітей.Закриті до спілкування через те, що обтяжені власними проблемами. Інколи байдужість поєднується з ворожістю.  | Діти часто проявляють свої руйнівні імпульси. Схильні до асоціальної поведінки. В спілкувані часто виявляють агресивність. |

***Додаток 2***

**«Батьки - друзі, партнери, помічники»**

Батьки позитивно сприймають власну дитину, незважаючи на її сьогоднішні успіхи. Вони спокійно ставляться до її невдач, підтримують і радіють в моменти успіху. Добре знають своїх малюків, їх вади та чесноти, слабкі і сильні сторони. Ніколи не вдаються до тотальної критики дитини. Розмова про певні недоліки у поведінці будується з позицій оптимістичного оцінювання особистості дитини в цілому, заохочення її до самостійного аналізу і вироблення позиції. Демонструють повагу та довіру до дітей, вбачаючи у них рівноправних партнерів, які можуть мати свою думку на те чи інше явище.

Постійно дбають про підтримання шанобливого ставлення дитини до

себе завдяки сприянню в досягненні нею позитивних результатів у діяльності та спілкуванні, схвалюють будь-які намагання проявити самостійність, старанність, вимогливе ставлення до себе. У вихованні своїх дітей зорієнтовані на цінності, що є значущими не лише на короткий проміжок, а на все життя: самостійність, старанність, високі моральні якості.

Батьки підтримують дітей, висловлюють оптимістичні судження. Наприклад:

«Не страшно, наступного разу вийде!», «Я вірю в тебе!», «Ти-молодець, добре постарався!» Заохочують дітей до самооцінювання: «А тобі самому подобається?».

**«Дорослі - опікуни »**

 Батьки із зазначеним типом ціннісного ставлення до своїх дітей ігнорують можливості віку щодо здатності до самовираження через самостійність, власноруч виготовлений продукт; прагнення до визнання пов’язують лише з потребою постійно схвалювати вчинки дитини. Сприймають дитину як маленьку, невмілу, що не здатна до продуктивної діяльності, вчинків, не вбачають можливості співробітництва з нею у різних спільних справах. Від дитини не очікують серйозних, осмислених рішень, відповідальних ( на рівні віку) вчинків. Тому частіше підмінюють активність дитини власною активністю: її одягають і роздягають, не вважають зайвим погодувати із ложки, виконують замість неї завдання та доручення вчителя.

Оцінюючи зроблене дитиною, вдаються до перебільшень з префіксом «най»: «Ти у нас найрозумніша», «У тебе найкращий малюнок», «Ти була просто довершеною», чи взагалі ігнорують дитячі досягнення або задовольняються формальними оцінними судженнями. Поведінка таких дорослих непослідовна: то заціловують дитину, то швидко готові застосувати ремінь. Такі підходи дезорієнтують дитину, позбавляють її можливості скласти реалістичне уявлення про свої переваги та вади.

**«Батьки - керівники та контролери»**

Для батьків із таким типом ціннісного ставлення характерним є емоційне неприйняття дитини. Це буває з різних причин і часто існує на підсвідомому рівні. Можливо, діти не виправдали більшою чи меншою мірою їхніх очікувань стосовно характеру, розумового та фізичного розвитку, можливо народилися невчасно, можливо, очікувалася інша стать дитини. Є й інша категорія батьків, які цей стиль поведінки є єдино прийнятим у взаєминах з оточенням.

За такого типу ставлення емоційні контакти з дітьми обмежені і частіше зводяться до проповідей, нотацій, моралізування. Широко використовуються накази, розпорядження, команди («Не роби…», «Швидко прибери…», «Я кому сказав!»). Поведінка дітей перебуває під постійним контролем, при цьому все, що виходить за межі розуміння дорослого, засуджується і не приймається. Думкам, ідеям, підходам дитини не надається належної уваги, тому спільна діяльність з дорослим можлива лише за умови домінування останніх. Дитина розцінюється як об’єкт, стосовно якого вибір способів виховання цілком залежить від дорослого.

Використовують покарання: фізичні покарання, обмеження рухливої активності, емоційна агресія, позбавлення перспективи радості. Батьки хваляться дітьми у присутності сторонніх, змушують їх хвалитися своїми успіхами.

**Додаток 3**

***«Люблю тому, що ти є, люблю такого, який є»***

Для підтримки у дитини нормальної самооцінки важливо:

1. Приймати дитину такою, якою вона є.

2. Активно слухати її.

3. Читати, гратися, займатися з дитиною.

4. Не вмішуватися в заняття, з якими вона справляється добре сама.

5. Допомагати коли дитина цього просить.

6. Підтримувати дитину.

7. Довіряти, ділитися з нею своїми почуттями.

8. Обіймати дитину не менше 4 разів на день (а краще 8 )

9. Використовуйте в повсякденному спілкуванні привітні фрази:

***«Мені добре з тобою», «Як добре, що ти у мене є»,«Давай зробимо що - небудь разом»***

***КОНСУЛЬТАЦІЇ ПСИХОЛОГА***

***ДЛЯ БАТЬКІВ ПЕРШОКЛАСНИКА***

Прихід до школи є переломним моментом у житті дитини. Адже

відбувається перехід до нового способу життя і умов діяльності, нового

положення в суспільстві, нових взаємин як з дорослими, так і з однолітками.

Треба врахувати, що відмінна риса положення школяра полягає в тому, що навчання є відтепер для нього обов'язковою діяльністю, і дитина повинна знати, що за неї вона несе відповідальність перед учителем, школою, сім'єю. Відомо, що якість навчальної роботи школяра оцінюється вчителем, і ця оцінка впливає на ставлення до нього оточуючих, батьків, однокласників. Безумовно, всі діти зазнають труднощів при адаптації до нових умов навчання і виховання. Треба врахувати, що навчання в школі може викликати деякий дискомфорт для психічного здоров'я школяра.

Це пов'язано, по-перше, з певними стресовими станами, яким піддається школяр (залежно від індивідуальних особливостей це можуть бути: постійні критичні зауваження на адресу дитини, що викликають страх приниження; обмеження в часі, що приводить до страху не встигнути виконати завдання у відведений час тощо). По-друге, з великою кількістю інформації, що пропонують переробити школяреві (часто не з огляду на його вікові та індивідуальні особливості). По-третє, нераціональна організація виконання домашнього завдання вдома (дитина не встигає відпочити, відновити сили, внаслідок чого виникає постійний стан втоми і загальмованості). Таким чином, діти напружені як психологічно (невизначеність, тривога, відчуття дискомфорту та ін.), так і фізично (новий режим дня, підвищені навантаження та ін.). Це часто приводить до певних наслідків, що у першу чергу позначається на процесі навчання. Тому в цей період від батьків потрібна певна як моральна, так і психологічна підтримка в процесі адаптації.

Батькам майбутнього першокласника необхідно врахувати, шо саме

психологічна готовність до навчання забезпечує адаптацію дитини до школи. Слід зазначити, що позитивно впливає на адаптацію:

* своєчасність переходу від гри до навчання;
* відвідування дошкільної установи, а, отже, наявні навички спілкування з однолітками;
* правильне виховання в сім'ї;
* усвідомлення дитиною свого положення школяра, а також підготовка до школи з боку батьків, що полягає у посиленні особистісного значення навчання в школі;
* у постановці певних пізнавальних завдань перед дитиною;
* у підготовці до можливих проблем, що виникають у процесі навчання, при цьому підкреслюється, що наполегливість і працьовитість допоможуть у подоланні цих труднощів.

Перші місяці навчання дитини викликають багато запитань у батьків. Одне із найпоширеніших з них: як же допомогти дитині в навчанні? Як привчати до самостійності при виконанні домашнього завдання? Психологи вважають, що батьки, у першу чергу, повинні запам'ятати наступні правила:

1. Визначити час спільної взаємодії дитини з дорослими (наприклад, 20-30 хв. з дитиною активно співпрацює дорослий, а потім дитина працює якийсь час самостійно). При цьому треба врахувати, що, по-перше, поступовий час активного співробітництва скорочується, а час самостійної роботи збільшується, а, по-друге, тривалий час виконання уроків виснажує сили дитини і у неї втрачається позитиви мотивація.

2. Необхідно батькам знати темп роботи своєї дитини, щоб вона могла працювати в оптимальному для неї темпі. Завдання батьків - підтримувати цей темп (наприклад, повільне для дитини виконання завданщ «розхолоджує» дитину, а швидке - створює нервозну обстановку) і служить причиною швидкого стомлення).

3. Часто школярам потрібна не стільки допомога з якого-небудь предмета, скільки допомога в поточній навчальній ситуації. Батькам треба «розглянути», у чому полягає їхня допомога.

4. При допущенні помилки дитиною дорослий повинен зробити так, щоб дитина сама знайшла цю помилку, а не вказувати на неї. Для того, щоб допомогти дитині знайти свою помилку, дорослий повинен спростити завдання, вирішивши яке дитина змогла б самостійні виявити і виправити свою помилку.

У той же час батьки повинні враховувати свої особливості, які можуть «нашкодити» дитині при адаптації до школи:

У швидкої і рухливої матері буде викликати роздратування повільна дитина: «Швидше!». Дитина поспішає, квапиться і знову помиляється. У цьому випадку матері слід запастися терпінням і підлаштуватися під темп роботи дитини.

* Якщо у сім'ї по відношенні до когось із членів сім'ї використовується агресивно-диктаторський стиль відносин, то він проектується на дитину. Це приводить до страху в дитини бути покараною і ображеною.
* Якщо батьки перебувають в розлученні, то матері необхідно утриматися від коментарів на зразок: «Ти такий неповороткий, як і твій батько». Таке відношення може викликати почуття неповноцінності в дитині.
* У завжди незадоволених всім батьків росте тривожна дитина, яка у всьому невдоволенні батьків бачить свою провину.

***Загальна стратегія поводження батьків з метою допомоги дітям для їх більш успішного навчання. Для цього батьки повніші:***

* встановити стосунки з дітьми, що характеризуються теплотою, турботою та любов'ю;
* вивчити реальні можливості своєї дитини і вселяти в них віру в успішність своїх дій;
* спонукати дітей до виконання не тільки шкільних, але й додатковий завдань;
* контроль за дітьми повинен бути авторитетним (як прояв батьківської

уваги);

* підтримувати і стимулювати інтерес дітей до пізнання, обговорювати разом з ними прочитані книги, обговорювати різні інтелектуальні та пізнавальні проблеми;
* уміти слухати дітей, подавати приклад доброзичливого спілкування.

Психологічна напруженість проходить через півтора-два місяці. Якщо дорослий, який перебуває поруч, спокійно і планомірно здійснює режимні моменти, надає правильну, у тому числі й психологічну, допомогу дитині, то її напруженість падає. А зняття психічної напруги стабілізує й фізичний стан дитини. Вона уникає перевантажень, стомлення, зниження працездатності. Крім того, прагнення до позитивних взаємин з дорослими організовує поводження дитини: вона зважає на їхні думки та оцінки, намагається виконувати правила поведінки.

***Поради психолога батькам***

***майбутніх першокласників у питаннях і відповідях***

Для дитини ви - зразок мовлення, адже діти вчаться мови, наслідуючи - слухаючи, спостерігаючи. Ваша дитина обов’язково говоритиме так, як ви.

Дитина успішно засвоює мову в той момент, коли дорослі слухають її, спілкуються з нею, розмовляють. Виявляйте готовність слухати. Якщо роль слухача вас втомлює, якщо ви поспішаєте, не забувайте: терпіння, виявлене вами в дошкільний період, суттєво полегшить ваші проблеми в майбутньому.

Приділяйте дитині якомога більше часу. Саме в дошкільні роки закладаються основи впевненості в собі та успішного мовного спілкування поза сім’єю. Від ступеня раннього мовного розвитку залежатиме подальший процес розвитку дитини в школі.

Не забувайте, що мова та мовлення краще розвиваються в атмосфері спокою, безпеки, любові.

У кожної дитини свій темперамент, свої потреби, інтереси, симпатії та антипатії, поважайте її неповторність.

Ставте для себе та для дитини реальні завдання. Ведіть і спрямовуйте, але не підштовхуйте.

Забезпечуйте дитині широкі можливості користування кожним із 5 відчуттів: вона повинна бачити, слухати, торкатися руками, куштувати на смак різноманітні елементи навколишнього світу.

Допомагайте дитині розвивати дрібну моторику м’язів руки, аби їй було

легше опанувати письмо. Для цього необхідно багато вирізати, малювати, розфарбовувати, будувати, складати невеликі за розміром деталі, зображення тощо.

Забезпечуйте всі можливості та умови для повноцінної гри дитини. Гра – це

її провідна діяльність, це її робота. Л.Виготський зазначав: «Чим краще

дитина грається, тим краще вона підготовлена до навчання в школі».

Допомагайте дитині осягнути склад числа. Немає необхідності, щоб дитина механічно могла лічити до 100 і більше. Нехай вона рахує до 10-20, але їй вкрай необхідно розуміти, знати, з яких чисел можна скласти 5, а з яких 7. Це є основою понятійного розуміння основ арифметики, а не механічного запам’ятовування.

Працюйте з дитиною над розвитком її пам’яті, уваги, мислення. Для цього сьогодні пропонується багато ігор, головоломок, задач у малюнках, лабіринтів тощо в різних періодичних та інших виданнях для дітей.

Запровадьте для дитини вдома єдиний режим і обов’язково дотримуйтеся його виконання всіма членам родини.

Дитина повинна мати вдома певне доручення і відповідати за результат його виконання.

Необхідною умовою емоційно-вольового розвитку дитини є спільність вимог до неї з боку всіх членів родини.

Не завищуйте і не занижуйте самооцінки дитини, оцінюйте її результати адекватно, і доводьте це до її відома.

***Яке головне завдання батьків в період адаптації дитини до школи?***

Основа батьківської позиції взагалі полягає втому, що вдома у жодному випадку не можна дублювати школу. Батько ніколи не повинен ставати другим вчителем. Основне завдання батьків в допомозі першокласникові - емоційна підтримка, надання максимально можливої самостійності в організації його власних дій по виконанню шкільних правил.

***Як підготуватися до першого вересня?***

Розповісти про те, що чекає дитину цього дня.

За декілька днів почати вводити його в ритм "підйому і відбою".

Улюблене ведмежа, лялька або інша іграшка повинне бути взяте з собою в портфель (він теж в перший день піде вчитися).

Можна дати дитині з собою камінчик – амулет (забезпечує «зв'язок з батьками»).

Основний одяг повинен бути новим і особливим (шкільна форма), але певна деталь одягу повинна бути знайомою і улюбленою (шкарпетки, майка, значок на сорочці та ін.)

Мобільний телефон першого вересня (і взагалі в період адаптації) краще з

собою не давати. Дитина гірше звикає до нової життєвої ситуації і нових

дорослих, якщо у нього є можливість постійного контакту з батьками.

Квіти вчителеві повинні бути такими, щоб дитина відчувала їх особливу красу (хай їх буде небагато). Краще, якщо дитина вибиратиме квіти разом з Вами. Це важливо, щоб у нього не виникало відчуття, що інші діти принесли красиві квіти, а він – погані.

Приготувати все з вечора, щоб вранці не виникло суєти або паніки.

Розрахувати час, щоб дитина з ранку могла не поспішаючи поїсти, сходити в туалет.

***Які непередбачені труднощі можуть виникнути першого вересня?***

Часто діти (особливо ті, що не відвідували раніше дитячих садів або дитячих груп) в останню мить відмовляються розлучатися з мамою або татом, які привели їх в школу, починають плакати, чіплятися за батьків. У такій ситуації краще піти на заняття разом з дитиною. Для цього потрібно наперед звільнити собі весь день. Про можливість ходити разом з дитиною на уроки краще поговорити з вчителем (адміністрацією школи) на батьківських зборах завчасно.

Які непередбачені труднощі можуть виникнути другого вересня?

Мама будить Петрика другого вересня: «Вставай. Пора йти в школу!» Петя: «Я ж вже вчора сходив.»

***Що робити, якщо дитина зранку погано себе почуває, а потрібно йти в школу?***

У шести-семирічних дітей рідко трапляється «запалення хитрості». Або дитина, дійсно, хворіє, або погане самопочуття пов'язане з необхідністю йти в школу. У будь-якому випадку, варто це перевірити. Якщо дитина після того, як Ви залишили її вдома, відразу відчуває себе краще, то, можливо, її погане самопочуття пов'язане із стресом, що отримала в школі. Постарайтеся з'ясувати (у дитини, у вчителя, у знайомих дітей), що відбувалося в школі вчора, позавчора. Важливо зрозуміти, що відбувається, особливо якщо таке повторюється систематично.

Якщо ж Ви все-таки вирішили відправити дитину до школи, давши їй пігулку від головного болю (або не виявивши ніяких симптомів хвороби), не робіть цінністю подолання нею поганого самопочуття. Не хваліть дитину за те, що вона пішла в школу, переборовши себе. Якщо Ви гордитиметеся, що Ваша дитина вчиться (трудиться), незважаючи на своє погане самопочуття, то у неї може підсвідомо закріпитися установка на хворобу: можна добитися похвали, хворіючи.

***Як реагувати, якщо дитина злиться на вчителя (дітей) вшколі або відчуває страх перед школою?***

Перш за все: не забороняти переживання. Не потрібно твердити дитині:

«Не можна злитися! Не можна боятися!» Переживання – цілком природна

річ, і вони повинні мати право на існування. Проте необхідно обговорити з дитиною, що викликає страх або злість, разом з нею зрозуміти, чому інші люди здійснюють дії, що викликають у неї ті або інші емоційні реакції. Розуміння дій інших часто саме по собі знімає переживання.Є і інші культурні форми, що допомагають людині справлятися із страхом. Для дітей це, перш за все, читання страшних казок в ситуації повної захищеності (на маминих колінах). Казки дають людині пережити відчуття неминучості торжества добра над злом, співпереживання радості і співчуттю, що забезпечують перемогу маленького, слабкого, але доброго, над великим злом. Інша корисна для дітей форма культурного подолання страху - спортивні ігри, що викликають переживання азарту, упевненості в перемозі.

В процесі дорослішання дитина повинна отримати досвід подолання труднощів і конфліктів. Завдання дорослих полягає в тому, щоб, знаходячись поряд, допомагати дитині визначати конструктивні способи своєї поведінки в таких ситуаціях.

***Що робити, якщо потрібно поспішати в школу, а дитина не поспішає?***

Психологами відмічений негативний вплив активного організуючого тиску дорослого на дитину. Якщо постійно квапити дитину: «Давай швидше, ми вже спізнюємося! Ну що ти копаєшся?!», - те може, навпаки, закріпитися зворотна реакція. Сформується захисний стереотип «повільності»: у будь-якій ситуації, що вимагає швидкого реагування. У цьому вона нітрохи не винна, так її організм захищається від тривоги і напруги, викликаних "емоційним пресингом" ззовні.Тому доцільно проводити "профілактику цейтнотів". З цією метою, організовуючи збори дитини в школу, бажано:

Передбачити раніше вставання, що дозволяє дитині прокидатися, снідати, одягатися, умиватися в його власному темпі.

Прослідкувати, щоб дитина зібрала портфель і приготувала одяг і взуття з вечора.

***Як відноситися до невдач дитини, майже неминучих на початку шкільного життя?***

 Батьки часто відносяться різко негативно до перших невдач дитини. Негативні оцінки дорослих підвищують тривожність дитини, його невпевненість в собі і своїх діях. Це, у свою чергу, веде не до поліпшення, а до погіршення результатів. Так складається порочний круг. Постійні побоювання дитини почути негативні оцінки з боку домашніх приводять до страху зробити помилку. Це відволікає дитину від сенсу виконуваних ним завдань і фіксує його увагу на дрібницях, примушує переробляти, виправляти, нескінченно переперевіряти. Прагнення зробити роботу

якнайкраще на цьому етапі тільки погіршує справу. Особливо сильно це

виявляється у тривожних, здібних, старанних дітей.Тому найправильніше відношення до перших поразок дитини - відношення з розумінням, підтримка, допомога: «У тебе все вийде. Я тобі допоможу». Важливо створити умови для переживання дитиною (хоч би іноді) власної перемоги.

***Які типові прояви стресу і дезадаптації?***

Дитина часто плаче (більше, ніж зазвичай).

У неї, на відміну від звичайного, пригнічений або, навпаки, збуджений стан (гірше засинає).

Дитина проявляє необгрунтовану агресію (лається, нападає, відповідає агресивно, лізе в бійку).

Дитина відмовляється йти в школу.

***Як можна знімати стрес?***

Забезпечити ритмічне життя і порядок будинку (тут дуже важливий власний приклад і наслідування його дитиною).

Важлива тепла, природна, спокійна манера поведінки дорослих вдома (без

зривів, підвищеного тону).

Необхідне на якийсь час продовження традиційних «дитячих» ритуалів укладання, їжі, умивання, сумісної гри-обіймів, читання на ніч, які були прийняті в дошкільному дитинстві дитини.

Знімають напругу гри з водою, піском, малювання фарбами (з дозволом забруднюватись - відсутністю критики або засудження за забруднений одяг, підлогу!), виготовлення колажів в "рваній" техніці (рвати кольоровий папір, старі журнали і клеїти з них картини), спортивні ігри на повітрі (м'яч, скакалки, «класики» і ін.)

Надзвичайно важлива відсутність зайвих постійних подразників (телевізор, приймач).

Необхідно давати дитині можливість переживати час від часу справжню дитячу радість (свято, театр).

Для багатьох краще всього знімає напругу відпочинок на природі (особливо, праця).

***Які незвичайні прояви дитини вимагають звернення до фахівця?***

Страхи (нічні страхи).

Енурез (нетримання сечі), особливо якщо перед школою цього вже не було.

Гризіння нігтів, заїкання або сіпання повік, лицьових м'язів.

Яскраво виражена агресія.

***Про що краще запитати дитину, коли вона повертається з школи?***

 Психологи встановили, що батьки своїми питаннями про школу показують дитині свої пріоритети і цінності. Марійку мама завжди питає дорогою додому: «Що ти сьогодні отримала? Тебе хвалили або лаяли?». Ваню питають про те, з ким він подружився, чи було йому цікаво. Петю про те, що він нового сьогодні дізнався. Сашу – що було в школі на сніданок, чи не зголоднів він.

Саме те, про що Ви весь час питаєте, і покаже дитині, що для Вас в житті головне, а що другорядне. Він інтуїтивно орієнтуватиметься, швидше за все, на Ваші цінності. Це не означає, що він і розвиватиметься саме відповідно до ваших бажань. Часто буває так, що дуже різко заявлені батьками пріоритети викликають важкі кризи у дитини, що відчуває, що він не в змозі відповідати цим батьківським запитам. Іноді, навпаки, орієнтуючись на інтереси батьків, дитина починає ігнорувати освітні цінності школи.

З Ваших питань про школу дитина повинна зрозуміти, що Вам цікаво все, що з ним відбувається, що Вам важливі його успіхи, але Ви любите і приймаєте його таким, який він є.

***Що не може бути зроблене без участі батьків?***

 Без участі батьків не може бути побудована самостійність молодшого школяра в організації свого робочого місця, у виконанні домашніх робіт, в підготовці свого одягу і портфеля до завтрашнього дня.

Культивування самостійності - це відповідальна і поступова робота часто буває простіше щось зробити самому, чим чекати, поки це зробить дитина. Іноді дії дитини представляють для неї реальну небезпеку. І тоді батьки застерігають її: «Не роби сам, це небезпечно (важко), за тебе зроблю я». Ця неправильна установка приводить до «вивченої безпорадності», відмові дитини надалі від будь-яких самостійних дій, невірі у власні сили.

***За чим повинен простежити батько, якщо він хоче допомогти дитині вчитися?***

 Найголовніше завдання батьків під час шкільного навчання дитини – не стати вчителями-дублерами, а залишитися батьками, що приймають, розуміють і люблять свою дитину, незважаючи на його шкільні успіхи або невдачі. Тому і стежити батько винен, в першу чергу, за рівнем самостійності дитини в домашніх справах (у тому числі і у виконанні шкільного домашнього завдання).

Якщо до початку навчання в школі дитина не опанувала прийомами самостійного одягання (наприклад, зав'язуванням шнурків), укладання спати, прибирання «своєї території», чищення зубів перед сном і ін., то це – найперша турбота батьків. Причому окремі справи або дії дитина до цього часу вже може виконувати самостійно, без нагляду дорослого і за власною ініціативою.

З першого вересня до цього додаються:

* підготовка столу до виконання домашньої роботи;
* збір портфеля;
* підготовка за допомогою батьків шкільної форми (або одягу і взуття, в якому завтра дитина піде в школу).

***Як допомогти дитині організувати своє робоче місце?***

 По-перше, особистим прикладом. Якщо на Вашому робочому місці постійний безлад, то абсолютно марно привчати до порядку дитину.

Коли Ви покажете дитині своє робоче місце (кухонний стіл, письмовий стіл, робочий стіл), то звернете її увагу, якими предметами Ви користуєтеся, для чого вони потрібні і в якому порядку Ви їх розкладаєте на робочому місці.

Хай дитина розповість Вам, якими речами вона користується при підготовці до уроків і як їй зручніше за них розкласти на столі. Визначивши разом з дитиною зручні для різних речей місця, можна наклеїти на поверхню столу наклейки – «будиночки» для кожної речі.

Зверніть увагу на позу сидячої за столом дитини. Їй ще важко контролювати себе, вона не дуже добре відчуває власне тіло, а тим більше важко довго сидіти в одній позі. Можна зробити декілька фотографій сидячої в різних позах дитини, а потім вивчити їх разом з нею – імітуючи ці пози і обговорюючи, чим вони погані (викривлення хребта, затікання ніг, закривання власної роботи від світла і ін.). Навчіть її різним веселим вправам, які краще робити в перервах між заняттями (якщо їй вже показали в школі, хай покаже їх Вам), – вправи для пальців рук, фізкультхвилинки під ритмічні вірші.

***Як часто потрібно взаємодіяти з вчителем в період адаптації?***

У адаптаційний період повинен бути налагоджений постійний зв'язок між школою і батьками. Нажаль, вчителі рідко знають про те, що відбувається з дитиною будинку після занять, а батьки мають слабке уявлення про те, що відбувалося з дитиною в школі. Потрібно домовитися про місце і час зустрічей вчителя і батьків, на яких вони могли б обмінятися своїми спостереженнями, враженнями з приводу дій дітей. Протягом першого року навчання дітей батьки і вчителі повинні стати однодумцями.

***Кожна дитина має право:***

• на рівень життя, необхідний для фізичного, розумового, духовного, морального та соціального розвитку;

• на захист здоров'я та медично-санітарне обслуговування;

• на захист від відсутності турботи з боку батьків або тих, хто забезпечує за ними догляд;

• на захист від жорстоких, нелюдських або таких, що принижують гідність людини, видів дій чи покарання;

• на захист від будь-якого покарання;

• на захист від сексуальних домагань;

• на проживання з батьками та на підтримку контакту з батьками у разі їх розлучення;

• на вільне висловлювання поглядів з усіх питань, що стосуються життя;• на свободу думки, совісті, віросповідання;

• на особисте життя, на недоторканність житла, таємницю кореспонденції.

***Коли дитина стає свідком приниження гідності інших людей.***

Діти в суспільстві найбільш уразливі. Діти, права яких порушують ся,

часто стають соціально і психологічно дезадаптованими.

***Як реагує дитина на порушення її прав?***

• їй стає важко спілкуватися з однолітками і дорослими (вона блазнює, б'є інших, замикається в собі тощо).

• її турбує особиста безпека й любов до неї.

• Вона часто буває в поганому настрої.

• Може втекти з дому.

• Може вживати наркотики або алкоголь.

• Може заподіяти собі смерть.

***Що батьки можуть зробити для своєї дитини?***

• Пам'ятати, що дитина - це окрема особистість, котра має власні почуття, бажання, думки, потреби, які належить поважати.

• Забезпечити її фізичну безпеку. Упевнитися, що вона знає телефони 101, 102, 103, 104, імена та телефони близьких родичів і сусідів.

• Навчити її казати «ні», навчити захищатися, вміти поводитися безпечно.

• Негайно припинити фізичну і словесну агресію щодо неї та інших людей.

• Знайти час для щирої розмови з дитиною кожного дня. Ділитися з дитиною своїми почуттями й думками.

• Пам'ятати про її вік та про те, що вона має особистісні особливості.

• Залучати її до обговорення тих сімейних проблем, які можуть бути для неї доступними.

• Залучати дитину до створення сімейних правил.

*Пам'ятайте! Дитина поважатиме права інших людей, якщо її права*

*будуть поважатися, якщо вона сама буде складати правила поведінки і нести за них відповідальність.*

**МЕДИЧНИЙ ОГЛЯД ПЕРШОКЛАСНИКА**

(медико-правові аспекти)

***Де можна проходити медичний огляд?*** Відповідно до ст..38 Основ законодавства України про охорону здоров’я від 19.11.92 р. №2801-ХІІ, кожному пацієнту гарантовано право на вільний вибір лікаря і закладу охорони здоров’я. Реалізація цього права означає, що медичний огляд можна пройти не тільки в державній дитячій районній поліклініці, а й у будь-якому державному, комунальному чи приватному медичному закладі, укомплектованому лікарями, які можуть надавати медичну допомогу або медичні послуги дитячому населенню. Для того, щоб дитина змогла пройти медичний огляд в іншому медичному закладі, батьки (опікуни) повинні звернутися із відповідною заявою до керівника лікувально-профілактичної установи.

Батькам дітей, які за станом здоров’я знаходяться під диспансерним наглядом у певних фахівців, необхідно нагадати, що дитина-першокласник може пройти медичний огляд у стаціонарі, де вона перебуває на обстеженні або лікуванні.

***Хто повинен супроводжувати дитину?*** Дуже часто батьки у зв’язку з великим робочим навантаженням перекладають обов’язок проходження медичного огляду дитини на найближчих родичів – бабусь, дідусів або старших дітей у сім’ї. варто зауважити, що вищезгадані родичі не є законними представниками дитини, якщо судом не встановлено офіційної опіки над дитиною, тому батькам необхідно пройти медичний огляд разом з дитиною самостійно.

***Які лікарі-спеціалісти мають оглянути дитину?*** Відповідно до наказу

Міністерства охорони здоров’я України «Про удосконалення медичного обслуговування учнів загальноосвітніх навчальних закладів від 16.08.10р. №682 обов’язковий медичний огляд дитини-першокласника включає огляд за участю педіатра або лікаря загальної практики – сімейної медицини, дитячого хірурга, дитячого ортопеда-травматолога, дитячого офтальмолога та стоматолога. Бажані консультації отоларинголога, дитячого невролога та психіатра, логопеда. Інші спеціалісти мають обстежити дитину за потреби, але в обов’язковому порядку дитина, яка перебуває на диспансерному обліку, має бути обстежена відповідним фахівцем із наданням рекомендацій. Окрім огляду фахівцями, дитина має пройти фізикальне та лабораторне обстеження, а саме: проведення антропометрії, плантографії, вимірювання артеріального тиску та здійснення лабораторних досліджень (загальний аналіз крові, сечі, дослідження на гельмінтоз та інше за показаннями).

***Медична документація школяра.***обов’язковим медичним документом, який передається до школи, є медична карта дитини (форма №26/0) та карта профілактичних щеплень (форма №63/щ).

*Медична карта дитини* – документ індивідуального характеру. Вона заповнюється на кожну дитину, яка перебуває в навчально-виховному закладі, і дає уявлення про стан її здоров’я, а також відображає всі лікувально-профілактичні заходи, які проводилися по відношенні до неї в період перебування дитини в дитячому садку або іншому закладі. Паспортна частина медичної карти й анамнестичні дані на дітей заповнюються на підставі записів «Історії розвитку дитини» медичними працівниками дитячої поліклініки, лікарської амбулаторії чи ФАПу під час поглибленого огляду дітей. Надалі всі записи в медичній карті роблять медичні працівники лікувально-профілактичного закладу при проведенні медичного огляду дитини, а надалі – в порядку поточних спостережень і проти епідеміологічних заходів. Якщо дитина відвідувала дитячий садок, то її медичну карту видають батькам для проходження медичного огляду перед вступом до школи. Якщо дитина не відвідувала дитячий садок, медичну карту оформлюють у поліклініці або іншому медичному закладі, куди з метою проходження огляду звернуться батьки. Варто нагадати батькам, що при першому зверненні до лікувальної установи варто мати при собі документ, який посвідчує особу і свідоцтво про народження дитини.

При переведенні дитини з дитячого садка до школи або з однієї школи в іншу медична карта дитини передається разом з її особовою справою.

*Карта профілактичних щеплень.* Відповідно до чинного санітарного законодавства України та наказу Міністерства охорони здоров’я «Про порядок проведення профілактичних щеплень в Україні та контроль якості й обігу медичних імунобіологічних препаратів» від 16.09.2011 р. №595, дитина від моменту народження до вступу до школи має отримати такі щеплення за віком:

* проти туберкульозу (БЦЖ): 1 вакцінація. Для дитини, яка вступає до школи у

7 років – 2 вакцінації (за умови, що реакція Манту в 7 років була негативна);

* проти гепатиту В: трикратна вакцинація;
* проти дифтерії, кашлюку, правця: 5 вакцінацій та шоста проти дифтерії та правця;
* проти поліомієліту: п’ятикратна вакцинація;
* проти кору, краснухи та паротиту: 2 вакцінації.

Облік дітей, яким з поважних причин не проведено щеплень і які потребують чергової вакцинації, проводять медичні працівники навчального закладу, де навчатиметься дитина.

Звертаємо увагу, що за станом здоров’я дитині можуть бути рекомендовані інші щеплення. Не слід забувати, що багато дітей має протипоказання для проведення планової вакцинації за віком. У такому разі в графі, де має бути запис про проведення певного виду щеплення, зазначається «протипоказано» з обов’язковим зазначенням дати.відсутність вакцинації може бути зумовлена також відмовою батьків від проведення щеплень, про що також має бути відмітка у карті профілактичних щеплень.

Питання відвідування ЗНЗ дітьми, які не отримали профілактичних щеплень згідно з календарем щеплень,вирішується індивідуально лікарсько-консультативною комісією.

У спірних питаннях рекомендуємо залучати до вирішення проблеми представників лікувально-профілактичної установи, юриста та представника СЕС.

***Дещо про поліси добровільного медичного страхування.*** Наостанок необхідно зазначити, що нині батьки своїм дітям оформлюють поліси добровільного медичного страхування на різний термін. У разі відкриття поліса, необхідно долучити його копію до іншої медичної документації.

***Бажаємо Вам, щоб початок навчання малюка в школі***

***став приємною подією в житті всієї родини .***

**Джерела:**

1. Безцінний порадник для батьків майбутніх школярів. С. Харитонова та ін. - К.:Шк.світ, 2009
2. Вовчук І.С., Петік Ю.О.Батьківський всеобуч. Матеріали для роботи з батьками учнів 1-4 клсів. Ч.1.- Х.: Вид.група «Основа», 2011- (Б-ка ж. «Початкове навчання та виховання»; вип. 3)
3. Співпраця батьків та вчителя початкової школи / упоряд.Козіцька М.П. – Х. : Вид.група «Основа», 2009 - (Б-ка ж. «Початкове навчання та виховання»; вип. 5)
4. Т.Патрушина. Першокласник на порозі школи.

ж.Початкова освіта №2, №10, №13,№ 18, 2007

1. Визначення готовності шестирічних дітей до навчання в школі.

ж. Початкова освіта, №11, 2010

6. Проблеми адаптації шести річок до навчання.

ж.Початкова освіта, №11, 2010

7. Шестилетний ребенок и школа. ж.Початкова освіта, №10, 2009

8. С.Ангелова. Про профілактику шкільної дезадаптації.

ж.Початкова освіта, №10,2009

9. І.Зазимко. робота психолога з майбутніми першокласниками. ж.Початкова освіта, №10, 2009

10. С.Яланська. Програма вивчення стану адаптованості першокласників. ж.Початкова освіта, №33-34, 2007

11. Лекції для батьків першокласників. ж.Початкова освіта, №12,2009

12. Л.Сидоренко.Виховуємо разом з батьками.ж.Початкова освіта, №12,2009

13. С.Алексєєва. Лекції для батьків першокласників.

ж.Початкова освіта, №12,2009

11. Інтернет ресурси:

* За матеріалами сайту [http://tinystudy.ru](http://tinystudy.ru/)
* За матеріалами сайту <http://teacher.at.ua/publ/zanjattja_dlja_batkiv_pershoklasnikiv_vimogi_sim_ji_ta_shkoli_dilova_gra_dlja_batkiv_pershoklasnikiv/22-1-0-8190>