

## Психологическая подготовка детей к школе.

Дорогие родители! Приближается важный этап в жизни вашего ребенка — начало школьного обучения. Это событие связано с волнением и ожиданием, как для родителей, так и для детей. Важно понимать, что не только знания, но и психологическая готовность играют ключевую роль в успешной адаптации к школе.

Давайте рассмотрим несколько аспектов, на которые стоит обратить внимание в процессе подготовки.



1. Эмоциональная готовность:
  - Разговоры о школе: Начните обсуждать с ребенком, что такое школа, что там происходит. Расскажите о позитивных сторонах: новых друзьях, интересных уроках и веселых моментах.
  - Слушайте и поддерживайте: Убедитесь, что ваш ребенок может открыто выражать свои чувства и опасения. Попросите его рассказать о том, что его беспокоит или вызывает интерес.
2. Социальные навыки:
  - Игры с другими детьми: Поощряйте взаимодействие с сверстниками: игры на площадке, совместные занятия. Это поможет развить навыки сотрудничества, и общения.
  - Ролевые игры: Играйте в "школу", где вы — учитель, а ребенок — ученик. Это поможет ребенку лучше понять, чего ожидать, и снять напряжение.
3. Навыки самообслуживания:
  - Самостоятельность: Научите ребенка одеваться, завязывать шнурки, организовывать свои вещи. Это развивает уверенность в себе и уменьшает зависимость от взрослых.
  - Распорядок дня: Создайте привычку следовать расписанию — время для игр, домашнего задания, сна. Это поможет ребенку адаптироваться к школьному режиму.
4. Когнитивная готовность:



- Поощряйте интерес к чтению и математикой. Играйте в развивающие игры, читайте книги вместе.

- Вопросы и ответы: Задавайте ребенку вопросы по прочитанному или изученному, что поможет развить мыслительные способности.

#### 5. Уверенность в себе:

- Позитивное подкрепление: Хвалите ребенка за его достижения и старания, даже если они кажутся незначительными.

Поддержка родителей укрепляет уверенность. • Разговоры о трудностях: Обсуждайте, что в жизни могут быть трудности, и это нормально. Научите ребенка справляться с неудачами.

Помните, каждый ребенок индивидуален, и подготовка к школе может различаться в зависимости от его потребностей и темперамента. Внимание и забота могут всегда сделать этот переход легче и позитивнее. Если у вас возникли дополнительные вопросы или сложности, не стесняйтесь обращаться за консультацией. Ваша поддержка — ключ к успешной адаптации ребенка к школьной жизни!

С уважением, педагог-психолог Абрамова Елена Евгеньевна