**Как подготовить ребенка к школе: рекомендации родителям**

*сетевая консультация*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№****п/п** | **Структурные компоненты консультирования** | **Содержание** |
| **1.** | **Ключевые слова, отображающие контент (содержание) консультации** | Критерии готовности к школьному обучению |
| **2.** | **Краткая аннотация контента  консультации.** | Содержание сетевой консультации отражает особенности развития ребенка предшкольного возраста и представляет родителям способы взаимодействия с ребенком в этот период. |
| **3.** | **Запрос на консультирование** | Родители детей старшего дошкольного возраста обращаются с вопросом: как развивать ребенка, чтобы он был успешным в школе?  |
| **4. Консультационный текст.** Подготовка ребенка к школе является актуальной задачей воспитания детей старшего дошкольного возраста. Школьная жизнь готовит и ребенку, и родителям новый жизненный порядок и новые впечатления. Готовить ребёнка к школе необходимо, поскольку процесс обучения связан не только с физическими усилиями (нужно высидеть длинный урок), но и с большим нервным напряжением. Обучение требует определённого темпа усвоения программного материала и направлено на развитие сложной мыслительной деятельности. Большинство первоклассников, которые посещали детский сад, успешно овладевают школьной программой, но для части детей радость жизни в школе может быть омрачена неудачами. Почему так по-разному дети реагируют на начальный этап обучения? Вопрос сложный. Среди ряда причин, обусловливающих особенности приспособления разных детей к школе, первостепенное значение имеют состояние здоровья, уровень биологической зрелости, а так же развитие тех умений и действий, которые необходимы для процесса обучения. Отсюда следует вывод: еще до начала обучения в школе, ребёнка нужно обязательно готовить к этому периоду в его жизни. Для этого родителям стоит понимать критерии, отражающие готовность ребенку к школьному обучению.Таким образом, первая задача родителей будущих первоклассников - создание условий, способствующих нормальному росту, **развитию и укреплению здоровья детей**. Дети здоровые, физически выносливые, с нормальным физическим развитием, с высокой сопротивляемостью легко адаптируются, без затруднений справляются с учебной нагрузкой. Ослабленные, часто болеющие дети, попадают в «группу риска». К этой группе относят также детей, биологический уровень зрелости которых отстаёт от возрастного.Следующим правилом подготовки детей должно стать **четкое соблюдение режима дня**, что приучает к определённому распорядку: в одно и то же время ложиться спать, просыпаться, принимать пищу, играть, заниматься, быть на свежем воздухе. Следует помнить **о пользе двигательной активности** – это подлинный эликсир здоровья. Примерно половину времени бодрствования (т. е. около 6 часов) дети должны находиться в состоянии активной деятельности. Известно, что наибольший эффект приносят совместные с родителями занятия: утренняя зарядка, закаливающие процедуры, лыжные и пешие прогулки, экскурсии, походы, посильный физический труд, купание в бассейне и водоеме. Затраты энергии на активный рост и большую двигательную активность полностью компенсируются **благодаря полноценному и регулярному питанию**. Пища должна быть сбалансированной – правильное соотношение питательных веществ очень важно для здоровья детей. Меню первоклассника должно состоять не только из белков, жиров и углеводов; ему необходимы и аминокислоты, и витамины, и минералы.Родители обязательно должны учитывать то, сколько ребенок потратил энергии и в зависимости от этого давать ему необходимое количество еды. Калорийность меню первоклассника должна составлять около 2400 Ккал, но если ребенок занимается спортом, то ему необходимо на 300-600 ккал больше.В рационе ребенка должны быть: творог, сыр, молоко, рыба, мясо, яйца, орехи.Для детей, поступающих в школу, самым оптимальным режимом питания является пятиразовый. Завтрак первоклассника обязательно должен быть горячим! Это аксиома. И лучше всего для этого подходят каши. Важным показателем готовности ребёнка к школьному обучению является **развитие тонкой моторики, двигательных навыков кисти**. Чем больше и разнообразнее работа кисти, тем лучше и быстрее совершенствуются её движения. При подготовке ребёнка к школе важнее не учить его писать, а создавать условия для развития мелких мышц руки в процессе лепки из глины и пластилина. Это очень полезно, причём лепить можно не только из пластилина и глины. Если во дворе зима – что может быть лучше снежной бабы или игр в снежки. А летом можно соорудить сказочный замок из песка или мелких камешков. Особое внимание следует уделять рисованию или раскрашиванию картинок. Высокие результаты предоставляют занятия конструированием, аппликацией, изготовление поделок из природного материала: шишек, желудей, соломы и других доступных материалов. Чудесные возможности для развития мелкой моторики предоставляют шнуровки, всевозможные варианты плетения, нанизывания, вырезывания, выпиливания и т.д. Родителям необходимо набраться терпения и не спешить делать за ребенка то, что он может сделать самостоятельно, пусть поначалу медленно, но сам. Желательно в детской оборудовать спортивный уголок, выделить для занятий инструменты: молоток, отвертку, гвозди, шурупы, иголки, пуговицы. При такой всесторонней тренировке школьные занятия будут для ребёнка не столь утомительными. Полезно проверить ловкость и ручную умелость, используя тест «вырезание круга», что даст возможность увидеть результат работы по формированию движения кисти. Важным компонентом подготовки к школе является **развитие коммуникативных умений**. Если ребёнок трудно входит в контакт со сверстниками, стоит чаще организовывать встречи с ними, сначала для игр, во время прогулок, а затем и для занятий и забав дома. Постепенно у ребёнка будет вырабатываться **потребность в общении**, а вместе с интересом к совместной деятельности будут проявляться уверенность и организаторские способности. Пользу принесут подвижные игры, если поручать ему «командные» роли, привлекать к труду и не забывать одобрять его помощь. Если ребёнок не терпелив, без стеснения перебивает взрослых, не выслушивает объяснения, нужно настойчиво приучать вести себя в соответствии с той или иной ситуацией, сдерживать эмоции, контролировать поведение, действовать по инструкции и до конца выполнять задания.На пороге школы едва ли не самое главное – **научить** ребёнка **самостоятельности.** Ведь ребенку придётся выполнять одно задание за другим, принимать решения, выстраивать личные отношения с одноклассниками и с учителем, а значит, и **нести ответственность**. Уделяя внимание знаниям, важно помнить, что совершенно не обязательно уметь считать до 100, гораздо важнее, чтобы ребёнок ориентировался в пределах десятка, то есть считал в обратном порядке, умел сравнивать числа, понимал, какое большее, какое меньшее. Счётного материала вокруг предостаточно, поэтому между делом посчитайте шишки, птички, деревья. Предлагайте ребёнку несложные задачки из окружающей его жизни. Например: на дереве сидят три воробья и четыре синички. Сколько всего птиц на дереве? Ребёнок должен уметь вслушиваться в условие задачи. Особое значение стоит уделить формированию ориентировочных умений в процессе нахождения предметов по месторасположению: вверху, внизу, слева, справа, между, впереди, сзади и т. д. Чем лучше он это знает, тем легче ему будет воспринимать информацию, ориентироваться в пространстве и на листе бумаги. **Процесс обучения грамоте** – достаточно сложный и учить этому ребенка следует педагогу. Родителям же можно поиграть с дошкольником в слова: пусть он назовёт окружающие предметы, начинающиеся на определённый звук, или придумает слова, в которых должен быть заданный звук. Особое место в развитии ребенка отведено чтению книг, это формирует усидчивость и умение слушать, а затем обсуждать прочитанное, что готовит ребенка к пересказу и осмысленному чтению. Обсуждая содержание прочитанной книги, предлагаем ребёнку ясно выражать свои мысли, аргументировать свой ответ, последовательно рассказывать о произошедших событиях и анализировать их. Можно предлагать игры, например: ребята загадывают какой-нибудь предмет и по очереди описывают его водящему, не называя задуманное слово. Задача ведущего: отгадать это слово. Те же, кто загадал слово, должны как можно яснее описать загаданный предмет. С мячом можно играть в антонимы. «Чёрный» - называет один игрок, «белый» - отвечает другой. Точно так же играть в «съедобное-несъедобное», «одушевлённое-неодушевлённое». Именно **игры с правилами** способствуют освоению учебной деятельности.Многие родители думают, что чем больше слов знает ребёнок, тем более он развит. Но это не совсем так. Сейчас дети буквально «купаются» в потоке информации, их **словарный запас** увеличивается, но важно, как они его используют. Прекрасно, если ребёнок может к месту применить сложное слово, но при этом он должен знать самые **элементарные сведения** о себе, об окружающих людях и о мире вокруг: свой адрес (разделяя понятия «страна», «город», «улица») и не только имена папы и мамы, но и их отчество и место работы. К 7 годам ребёнок вполне уже может понимать, например, что бабушка – это мамина или папина мама. При этом следует помнить, что ребенок идет в школу не только продемонстрировать свои знания, но и учиться, а это труд, это большие усилия. Чтобы ребенок с желанием пошел в 1 класс, родителям важно готовиться и самим, проявляя настойчивость, мудрость, соблюдая меру и такт. |
| 5. | Список литературы и других источников, которые использовались консультантом для подготовки текста консультации. | 1. <https://zen.yandex.ru/media/id/59f276e65816694f429c8d1a/kak-podgotovit-rebenka-k-shkole-rekomendacii-roditeliam-59f3171857906ac4f59fc997>
 |
| 6. | Фамилия, имя, отчество, ученая степень, ученое звание, должность и место работы консультанта.  | *Колпакова Наталья Владимировна, педагог-психолог высшей категории, доцент КАУ ДПО АИРО им. А.М. Топорова* |