***Підготовка до початкової школи: п'ять проблем майбутніх першокласників***

***Інформаційно – методичний вісник для батьків***

**1.Стрес.** Шестирічкам складно всидіти за партою три - чотири уроки на день. Рухова активність скорочується в середньому вдвічі. Наслідок - перенапружується організм дитини та її нервова система. Відтак зростає стомлюваність, роздратованість, погіршується апетит, виникають проблеми зі сном. Для того, щоб цих проблем не виникало потрібно:

* дотримуватися режиму дня;
* забезпечити повноцінний нічний сон не менше 9-10 годин (за бажанням дитини ще й денний;
* стежити за тим, щоб дитина збалансовано харчувалася, вживала достатньо овочів та фруктів, мясних та молочних продуктів;
* більше гуляти на свіжому повітрі, під час прогулянки грати в рухливі ігри;
* атмосфера вдома потібно, щоб була спокійна та безпечна.

**2. Завищені вимоги.** Інколи батьки висувають дитині завищені вимоги. Це трапляється, якщо вони звикли сприймати дитину як лідера в дитячому колективі. Також завищені вимоги можуть бути вбатьків, які самі у школі були лідерами й очікують цього від своєї дитини. Як результат- вона може стати невпевненою в собі, виявляти високий рівень тривожності.Дозвольте дитині бути собою, не порівнюйте її з іншими. Щоб поліпшити адаптацію дитини дошкільного життя:

* концентруйте увагу навіть на незначних успіхах, не наголошуйте на невдачах;
* дозвольте дитині самостійно розв’язувати відповідні віку проблеми;
* вірте в дитину, виявляйте емпатію та безумовну любов;
* приймайте індивідуальність дитини.

**3. Емоційна незрілість.** Емоційно незрілі шестирічки складно переживають обмеження рухової активності. А нові обов’язки, вимоги вчителя та школи вважають нудними. Зазвичай такі діти не витримують статичне навантаження протягом 30-40 хвилин за партою та порушують дисципліну, бо хочуть себе розважити.Переконайтеся, що дитина готова до навчання у школі не лише фізично, а й психологічно. Щоб підготувати її до шкільного навантаження:

* розширюйте зону відповідальності - дозволяйте дитині діяти самостійно, при цьому переконайте її у вашій підтримці й допомозі;
* збільшуйте кількість хатніх обов’язків;
* привчайте дитину ділити великі завдання на дрібніші.

**4.Труднощі в навчанні.** Дитині буде складно адаптуватися до школи, якщо її психічні функції недостатньо розвинені. Зокрема, у шестирічок виникають труднощі в навчанні, якщо в них не сформовані навчальні вміння та відсутня мотивація.Формуйте в дитини вольові якості та навчайте її долати труднощі. Щоб поліпшити навчальні навички:

* розвивайте образне мислення, дрібну моторику, просторове бачення;
* пропонуйте дитині малювати, конструювати, ліпити тощо;
* залучайте дитину до інтелектуальних ігор із правилами - нарди, шахи, шашки, монополія.

**5.Новий колектив.** Спілкування в новому колективі особливо складно дається тим дітям, у яких були обмежені контакти з однолітками. Іноді вони не знають, як привітатися, познайомитися, попросити про допомогу, подружитися чи поспілкуватися з однокласниками. Такі діти сором’язливі, замкнуті, нерішучі. Зазвичай вони не виявляють інтересу до колективних ігор і конфліктують з однокласниками.Формуйте в дитини соціальні навички, зокрема:

* створюйте ситуації, в яких дитина спілкуватиметься з однолітками;
* організовуйте її прогулянки з друзями, спільні походи тощо;
* навчайте дитину ставити запитання, звертатися по допомогу до однолітків і дорослих тощо.