



Социальная и психологическая адаптация первоклассников к школе

Адаптация ребенка к школе — это процесс привыкания к новым школьным условиям, который каждый первоклассник переживает и осознает по-своему.

Большинство первоклассников приходят в школу из детского сада. Там были игры, прогулки, спокойный режим, дневной сон, всегда рядышком воспитательница. Там нынешние первоклассники были самыми старшими детьми! В школе все по-другому: здесь - работа в достаточно напряженном режиме

и новая жесткая система требований. Для того, чтобы приспособиться к ним, нужны силы и время.

Период адаптации ребенка к школе длится от 2-3 недель до полугода. Это зависит от многих факторов: индивидуальных особенностей ребенка, типа учебного заведения, уровня сложности образовательных программ, степени подготовленности ребенка к школе и т.д. Очень важна поддержка родных - мамы, папы, бабушек и дедушек.

Вот признаки успешной адаптации к школе:

Первокласснику в школе нравится, он идет туда с удовольствием, охотно рассказывает о своих успехах и неудачах. В то же время, он понимает, что главная цель его пребывания в школе - учение, а не экскурсии на природу и не наблюдение за хомячками в живом уголке.

Первоклассник не слишком устает: он активен, жизнерадостен, любопытен, редко простужается, хорошо спит, почти никогда не жалуется на боль в животе, голове, горле.

Первоклассник достаточно самостоятелен: без проблем переодевается на физкультуру (легко завязывает шнурки, застегивает пуговицы), уверенно ориентируется в школьном здании (может купить булочку в столовой, сходить в туалет), при необходимости сумеет обратиться за помощью к кому-нибудь из взрослых.

У него появились друзья-одноклассники, и вы знаете их имена.

Ему нравится его учительница и большинство учителей, ведущих дополнительные предметы в классе.

На вопрос: "А может быть, лучше вернуться в детский сад?" он решительно отвечает: "Нет!"

А что представляет собой школьная дезадаптация?

Это когда все наоборот: сниженное настроение, пассивность, плаксивость, неадекватное беспокойство, тревоги, страхи. Сюда же относятся низкая успеваемость, драки со сверстниками и конфликты с учителями, плохой сон, частые простуды, обострение хронических заболеваний.

Готовим ранец первоклассника



Подготовить первоклассника к походу в школу в принципе несложно, достаточно записать список нужных вещей и сходить в магазин. Список нужных первокласснику вещей в разных школах практически одинаковый, однако, в школе могут быть индивидуальные пожелания к набору первоклассника, поэтому вы можете обратиться в школу, куда будет ходить ваш малыш и взять этот список у них. Затем идем в магазин, и ... вот тут начинаются проблемы. Как выбрать качественный и лучший товар из представленного разнообразия, чтобы вашему ребенку было удобно и комфортно.

Существует несколько видов школьной сумки - ранец, портфель и рюкзак. По медицинским показаниям из этого списка наилучшим выбором будет обыкновенный ранец. Вы ведь не хотите, чтобы у вашего ребенка возникли проблемы с позвоночником, почками и др. с раннего детства. А именно к этому может привести использование портфеля или симпатичного рюкзака. Специалисты считают, что школьные ранцы с ортопедической спинкой нужно использовать минимум всю начальную школу, т.е. до 5 класса.

При выборе ранца нужно учитывать, что ребенок будет носить его как минимум год. Можно использовать ранец и дольше, но в больших городах это может привести к психологическим проблемам, так как за год этот ранец надоедает ребенку. Кроме того, наверняка ваш малыш, как и все

здоровые дети, будет кататься на ранце с горки, устраивать небольшие драки и т.д., а потому он должен быть прочным, легким, удобным, хорошо держать свою форму и нравиться вашему малышу. Чистый вес ранца должен быть не более 0,9 кг, так как по гигиеническим требованиям общий вес ранца ученика 1-2 класса не должен быть тяжелее 1,5-3 кг.

Школьные ранцы для первоклассника должны быть изготовлены из непромокаемого и легко моющегося материала, устойчивого к механическим воздействиям и растрескиванию в мороз. Поэтому не стоит покупать ранец из кожзаменителя или пленки. Лучше всего будет ранец из плотной синтетической ткани или пропитанной джинсовки.

Габариты ранца должны быть по ширине не более ширины плеч, а по высоте порядка 30-34 см. У ранца обязательно должны быть внешние карманы и несколько отделений внутри, это позволит аккуратно раскладывать вещи в ранце и выделить отдельное место для "яблочка".

Так как спинка ранца должна защищать позвоночник ребенка от неровностей образовавшихся в результате вещей уложенных внутри, то она должна быть плотной, со специальной поролоновой или из гибкого пластика подкладкой. Также существуют модели с ортопедической спинкой, которая поможет ребенку держать правильную осанку.

Все швы должны быть обработаны очень качественно. Ручка ранца должна быть удобной и крепкой.

Носить ранец школьник будет в основном на плечах, а поэтому лямки у него должны быть широкие с возможностью регулировки по длине, небольшим изгибом и мягкие.

Застежки должны быть не сильно тугими, но надежными. Лучше не брать ранцы, в которых в качестве застежки используется молния, так как ребенок может повредить свои руки при застегивании.

Также желательно, чтобы ранец имел светоотражающие вставки. Это повысит безопасность ребенка возле дороги и при ее переходе.

Основные канцелярские принадлежности и их выбор

Дневник, если его наличие обусловлено администрацией школы, должен быть простым без лишней информации. Очень часто производители размещают в дневнике массу различной информации - от рисунков и формул до рекламы. Все это будет отвлекать вашего ребенка от основного процесса - получения знаний.

Для канцелярской мелочевки обязательно нужен пенал. Чтобы в нем ничего не сломалось, он должен быть прочным и жестким. Пеналы с множеством держалок не совсем удобны, так как на уроке у малыша не всегда хватает времени складывать обратно то, что он уже вынул. Ни в коем случае не берите пенал с музыкой. Это будет не только отвлекать вашего ребенка, но и мешать ведению урока.

Обязательные постояльцы ранца - тетради. Для безопасного действия на глаза тетрадь должна быть матово-белой или цвета слоновой кости. Тетрадь с шероховатыми страницами лучше не брать. На таких листах шариковая ручка быстро засоряется волокнами и начинает "мазать". Если зрение вашего малыша не очень хорошее, то лучше выбрать тетради с яркой разливкой, тогда ребенок будет ее хорошо видеть, а написанные буквы и циферки будут расположены горизонтально. Для детей с хорошим зрением берите тетради с бледной разливкой. Тетрадь, одетая в обложку, будет смотреться эстетично и сохранится дольше. Ни в коем случае не берите толстые тетради, это приведет к избыточному весу рюкзака и не рациональному ее использованию. Лучше купить тетради в 12 листов разного вида в количестве 10 штук каждой - в клеточку, в линейку (обыкновенную, тонкую и косую). В пенале обязательно должны быть шариковые ручки синего и зеленого цветов. Ручки должны быть удобными и не натирать мозоли. Поэтому не стоит покупать слишком толстые ручки, а для того, чтобы не было мозолей, купите ручки с резиновой накладкой в основании.

Карандаши в ранце у вашего первоклассника должны быть как простыми, так и цветными. Лучше брать карандаши средней твердости. Это связано с тем, что твердые карандаши требуют большого усилия для написания, а мягкие - пачкают бумагу и плохо стираются. Для рисования вполне подойдут наборы цветных карандашей на 12- 20 цветов. Простых карандашей желательно, чтобы было несколько штук.

Для стирания карандашей с бумаги обязательно наличие в пенале ластика. Чтобы ластик было удобно держать, он должен быть крупным. Выберите подходящие по плотности карандашей каучуковые ластик, может на вид они и не очень хороши, но со своей задачей справляются "на отлично". Кроме того, на случай облома графитового стержня вашему ребенку обязательно

понадобится точилка.

Что еще понадобится вашему ребенку в школе

Помимо перечисленных выше принадлежностей, вашему ребенку в зависимости от занятия (например, уроки труда или рисования) понадобятся дополнительные материалы:

- ножницы с пластиковыми ручками и скругленными концами;
- восковые и простые мелки;
- гуашь и набор акварели;
- кисточка из беличьего хвоста №4;
- папка для черчения А4 или альбом для рисования;
- клей канцелярский, лучше клей-карандаш;
- набор фломастеров;
- деревянные линейки треугольная и прямая;
- циркуль;
- пластилин, фартук и специальная доска;
- цветная бумага и картон;
- подставка для книг;
- блокнот;
- счетные палочки и счетный набор;
- цифробуквенная касса;
- закладки для книг;
- обложки для книг и тетрадей;
- возможно, понадобится нотная тетрадь.



Что должен знать и уметь первоклассник

Мнения о том, что должен знать и уметь будущий первоклассник, у разных преподавателей значительно разнятся. Но все же существует определенный минимум требований к знаниям будущего первоклассника.

Что должен знать первоклассник:

- четко знать основные цвета и оттенки;
- знать и называть геометрические формы: квадрат, прямоугольник, круг, овал, треугольник, ромб, трапеция, параллелограмм, шестиугольник;
- различать где “лево”, а где ”право”;
- делать задания по заданному образцу;
- считать от 1 до 20 и в обратном порядке;
- знать алфавит и различать гласные и согласные буквы;
- понимать, где на листе “центр”, “правый верхний угол”, “левый верхний угол”, “правый нижний угол” и “левый нижний угол”;
- знать дни недели, а так же “рабочие” и “выходные” дни, месяцы и времена года;
- четко знать фамилии и имена всех членов семьи, адрес места жительства.

Если будущий первоклассник чего-то не знает или возникли затруднения в каких-то моментах, то это лишь значит, что есть чему уделить особое внимание перед поступлением в школу.

Небольшой тест для проверки знаний, который позволит узнать готов ли ребенок к школе:

1. Назови свою фамилию, имя отчество.
2. Сколько тебе лет? Сколько было год назад? Сколько будет через год?
3. Какая фамилия, имя, отчество у твоих родителей?
4. Где ты живешь: страна, город, улица, номер дома и квартиры, этаж?
5. Днем обедаешь, а утром?
6. Сравни бабочку и самолет. Какие у них различия и что у них общее?

7. Хоккей, баскетбол, бокс, гимнастика – что это?
8. Сравни квадрат и прямоугольник. Что у них общего? Чем отличается от круга?
9. Клен, каштан, ель, сосна – что это и какие у них отличия?
10. Назови диких и домашних животных. Чем они отличаются?
11. У лошади – жеребенок, а кто у коровы, собаки, курицы?
12. Какие птицы зимой улетают, а какие нет? Как они называются?

За правильный ответ начисляется один балл, за неправильный – ноль. Если ребенок набрал пять и более баллов, то с уверенностью можно сказать, что он внутренне подготовлен к школе. Вопросам, с которыми были затруднения, стоит уделить больше внимания.

Еще один вариант требований педагогов к знаниям и умениям будущего первоклашки:

Что должен уметь первоклассник:

- называть числа в прямом и обратном порядке;
- правильно пользоваться количественными и порядковыми числительными;
- уравнивать неравное число предметов разными способами (добавить и убавить);
- выражать словами, какой предмет больше - меньше, длиннее - короче, выше - ниже, шире - уже;
- различать форму предметов, называть фигуры: круг, треугольник, прямоугольник, квадрат, овал;
- делить фигуры на 2 и 4 равные части.

Ваш малыш должен знать и уметь:

- выражать словами местонахождение предметов относительно других;
- различать и называть части суток, их последовательность;
- знать дни недели, порядок их следования;
- знать и называть месяцы года;
- понимать значение понятий «вчера», «сегодня», «завтра»;
- называть времена года;
- иметь представление о сезонных изменениях в природе;
- определять состояние погоды: солнечно, пасмурно, ветрено, дождливо...
- различать и называть деревья по листьям или плодами;
- держать карандаш, кисть и пользоваться ими;
- пользоваться глиной, пластилином;
- правильно держать ножницы и пользоваться ими;
- делить слова на слоги;
- составлять слова из слогов;
- согласовывать слова в роде, числе и падеже;
- пересказывать знакомые сказки и рассказы;
- составлять рассказы и сказки по картинкам.
- Необходимо, что бы ваш ребенок - имел представление о своей семье, профессиях своих родителей; правильно произносил все звуки родного языка; мог назвать: страну, в которой живет и ее столицу; флаг России; название родного города, села, свой адрес.

Физически подготовить ребенка к школьным занятиям тоже можно заранее - прыгать на мягкое покрытие высотой до 40 см; спрыгивать с высоты 40 см; прыгать в длину с места на расстояние не менее 100 см, с разбега – 180 см, в высоту с разбега – не менее 50 см; прыгать через скакалку; перебрасывать надувные мячи; метать предметы правой и левой рукой на расстояние 5-12 м.

Прививайте малышу элементарные правила поведения еще до школы!

Дети должны:

- первыми здороваться;
- вежливо прощаться;
- благодарить за оказанную помощь;
- говорить тихо, не привлекая к себе внимания, не мешать другим;
- вежливо обращаться с просьбой;
- не перебивать говорящего;
- не вмешиваться в разговор старших;
- соблюдать порядок, чистоту.

Необходимо передать ребенку начальные знания по поведению на дороге:

- различать проезжую часть дороги, тротуар;

- понимать значение сигналов светофора;
- знать правила дорожного движения;
- ходить только по тротуарам и пешеходным дорожкам, придерживаясь правой стороны;
- не играть на проезжей части дороги.

Уровень готовности ребенка к школе можно проверить так:

Тест для родителей

1. Хочет ребенок идти в школу?
2. Привлекает ли вашего ребенка в школе то, что он там о многом узнает и будет ему интересно учиться?
3. Может ли ваш ребенок самостоятельно заниматься каким-либо делом, требующим сосредоточенности в течение 30 минут (например, работать с конструктором)?
4. Ваш ребенок в присутствии незнакомых чувствует себя свободно, незакомплексованно?
5. Ваш ребенок умеет составлять по рисунку рассказ, не короче пяти предложений?
6. Может ли он рассказать наизусть несколько стихотворений?
7. Умеет изменять существительные по числам?
8. Ваш ребенок умеет читать по слогам или, что лучше, целыми словами?
9. Умеет ли он считать до десяти и в обратном порядке?
10. Может решать простые задачи на вычитание или добавление единицы?
11. Имеет твердую руку (уверенно держит карандаш и т.д.)?
12. Любит рисовать и раскрашивать картинки?
13. Может ли ваш ребенок пользоваться ножницами и клеем (например, делать аппликации)?
14. Может собрать разрезанную фотографию из пяти частей за одну минуту?
15. Знает названия диких и домашних животных?
16. Может обобщать понятия (например, назвать одним словом «овощи» — помидоры, морковь, лук)?
17. Может ли ваш ребенок работать самостоятельно — рисовать, собирать мозаику и т.д.?
18. Может понимать и точно выполнять словесные инструкции?

Результат тестирования зависит от количества положительных ответов («Да») на вопросы теста.

Если их: 15-18 баллов — ребенок вполне готов к школе;

10-14 баллов — ребенок многое уже умеет, и следует обратить внимание на содержание тех вопросов, на которые вы ответили «Нет». Именно они подскажут вам, над чем необходимо поработать.

9 и менее баллов — необходимо обратиться к специалистам, ребенок нуждается в значительном внимании и работе с ним.

Критерии готовности ребенка к школе из адаптированного для России теста, разработанного американскими психологами:

Оценка развития познания

- Владеет ли ребенок основными понятиями: правый-левый, большой-малый, и т.п.?
- Способен ли ребенок понимать простейшие принципы классификации, например: вещи, которые могут катиться, и которые не могут?
- Может ли малыш удержать в памяти и выполнить как минимум три указания?
- Может ли ребенок назвать большинство букв алфавита?

Оценка базового опыта ребенка

- Приходилось ли ребенку сопровождать вас в магазин, на почту, в сберкассау?
- Был ли он в библиотеке?
- Была ли у вас возможность регулярно читать малышу или рассказывать истории?
- Проявляет ли ребенок интерес к чему-либо, есть ли у него хобби?

Оценка языкового развития

- Может ли ребенок назвать и обозначить основные окружающие его предметы?
- Легко ли ребенку отвечать на вопросы взрослых?
- Может ли ребенок объяснить, для чего служат различные вещи: пылесос, холодильник, стол и т.п.?
- Может ли ребенок объяснить, где расположены какие-то предметы: на столе, на стуле, на полу, у стены и т.п.?

- Может ли малыш рассказать историю, описать произошедший с ним случай?
- Четко ли ребенок выговаривает слова?
- Правильна ли речь ребенка с точки зрения грамматики?
- Способен ли ребенок участвовать в общем разговоре, разыграть какую-либо ситуацию?

Оценка уровня эмоционального развития

- Выглядит ли ребенок веселым (дома и среди товарищей)?
- Сформировался ли у ребенка образ себя как человека, который многое может?
- Легко ли малышу "переключиться" при изменениях в привычном распорядке дня, перейти к решению новой задачи?
- Способен ли ребенок работать самостоятельно, соревноваться в выполнении заданий с другими детьми?

Оценка умения общаться

- Включается ли малыш в игру других детей, делится ли с ними?
- Соблюдает ли он очередность, когда этого требует ситуация?
- Способен ли ребенок слушать других не перебивая?

Оценка физического развития

- Хорошо ли ребенок слышит?
- Хорошо ли он видит?
- Способен ли он посидеть спокойно в течение некоторого времени?
- Развита ли у него координация моторных навыков, например, может ли он играть в мяч, прыгать, спускаться и подниматься по лестнице?
- Выглядит ли ребенок бодрым и увлеченным?
- Выглядит ли ребенок здоровым, сытым и отдохнувшим?

Зрительное различение

- Может ли ребенок идентифицировать схожие и несхожие формы? Например, найти картинку, непохожую на остальные?
- Может ли ребенок различать буквы и короткие слова, например б-п, кот-год?

Зрительная память

- Может ли ребенок заметить отсутствие картинки, если ему сначала показать серию из трех картинок, а потом одну убрать?
- Знает ли ребенок собственное имя и хотя бы шесть-восемь названий предметов, которые встречаются ему в повседневной жизни?

Зрительное восприятие

- Способен ли ребенок разложить по порядку (в заданной последовательности) серию картинок?
- Понимает ли ребенок, что читают слева направо?

Уровень слуховых способностей

- В состоянии ли ребенок различать слова, начинающиеся на разные звуки, например лес-вес?
- Может ли ребенок повторить за взрослым несколько слов или цифр?
- Способен ли ребенок пересказать историю, сохранив основную мысль и последовательность действий?

Оценка отношения к книгам

- Возникает ли у ребенка желание посмотреть книги самостоятельно?
- Внимательно ли и с удовольствием он слушает, когда вы читаете ему вслух?
- Задаёт ли ребенок вопросы о словах, что они значат и т.п.?

Общая и психологическая готовность

Может ли ваш ребенок:

- Объяснить с помощью слов, а не показывая пальцем, чего он хочет?
- Изъясняться связно, например, "покажи мне..."
- Понимать смысл того, о чем ему читают?
- Четко выговорить свое имя?
- Запомнить свой адрес и номер телефона?
- Писать карандашом или мелками на бумаге?
- Пользоваться красками, пластилином, цветными карандашами, фломастерами?
- Вырезать ножницами с тупыми концами, причем ровно и не поранившись?

- Слушать и следовать полученным указаниям?
- Быть внимательным, когда кто-то с ним разговаривает?
- Сосредоточиться хоть на десять минут, чтобы выполнить полученное задание?
- Радоваться, когда ему читают вслух или рассказывают истории?
- Положительно оценивать: я человек, который многое может?
- "Подстраиваться", когда взрослые меняют тему разговора?
- Проявлять интерес к окружающим его предметам?
- Ладить с другими детьми?

Ваши взаимоотношения с ребенком, ваша роль в подготовке его к учебе (тут важно отвечать честно хотя бы перед собой)

- Нравится ли вам ваш малыш?
- Слушаете ли вы то, что ребенок говорит?
- Смотрите ли вы на малыша, когда он говорит с вами?
- Стараетесь ли вы создать у ребенка ощущение значимости того, о чем он говорит?
- Поправляете ли вы речь малыша?
- Позволяете ли вы ребенку совершать ошибки?
- Хвалите ли вы малыша, обнимаете ли его?
- Смеетесь ли вы вместе с ним?
- Отводите ли вы каждый день время для чтения ребенку и для бесед с ним?
- Играете ли с малышом в какие-нибудь игры?
- Поощряете ли вы интересы и увлечения ребенка?
- Есть ли у малыша хотя бы одна-две собственные книги?
- Есть ли у ребенка дома место, которое отведено только ему?
- Стараетесь ли вы подать малышу пример, читая газеты, журналы, книги, вообще интересуясь окружающими событиями?
- Обсуждаете ли вы с малышом и со всей семьей что-то интересное из прочитанного или услышанного вами?
- Стараетесь ли вы сказать все за малыша, прежде чем он сам успеет открыть рот, в магазине или у зубного врача?
- Смотрите ли вы телевизор вместе с ребенком?
- Задаете ли вы малышу вопросы о смысле увиденного по телевизору?
- Ограничиваете ли вы возможность ребенка смотреть телевизор?
- Стараетесь ли вы ходить с малышом на прогулки?
- Собираетесь ли вы сводить ребенка в зоопарк, в театр, в музей?

Перед родителями школьников встает вопрос: что купить ребенку в школу?

Самая важная вещь, с которой стоит начинать покупки к школе - **ранец**.

Тетрадь. Сейчас большой выбор тетрадей с яркими, красивыми обложками, которые так привлекают детей. Нельзя делать выбор только, исходя из этих критериев. Учителя говорят, что дети отвлекаются от учебного процесса, когда увлечённо рассматривают обложки и хвастаются ими.

От ярких тетрадей нужно отказаться в первую очередь тем родителям, ребенку которых трудно сосредоточиться на занятиях. Достаточно будет яркого интересного дневника. Настолько любимого, что жалко будет вырывать из него страницы и выбрасывать в окно, чтобы родители не заметили плохую оценку.

Если вы покупаете тетрадь в магазине, то можете быть уверены, что она соответствует всем российским стандартам, клетки не размыты и у них правильные размеры. Они не будут напрягать зрение ребёнка, что немаловажно.

Важнее всего в тетрадке не цвет обложки, а размер (для каждого предмета свой) и качество бумаги. Клеточки и линейки должны быть достаточно яркими, но при этом желательно голубого, фиолетового или серого цвета, чтобы глаза не напрягались. Бывают тетради с разноцветными страницами. По словам производителей, это позволяет минимизировать зрительную нагрузку.

Особое внимание - толщине листа. Сквозь бумагу не должна просвечивать надпись на обратной стороне - вредно для глаз, да и выглядит неаккуратно.

Ослепительно белая, а также желтая или серая бумага тоже плохо влияют на зрение. Сейчас появилось много предметных тетрадей с полезной научной информацией на обложке. Особенным спросом пользуются математические, физические, химические формулы и таблица умножения. Ее регулярно освежают в памяти даже старшеклассники. Даты жизни

великих писателей или полководцев не так востребованы.

Значит, по литературе и истории можно выбрать просто красивую тетрадку.

Малыши четко знают: тетрадь по русскому - в линейчку, по математике - в клеточку. У старших не так однозначно. Если подростку приятнее писать на клетчатом листе, не спорьте: покупайте побольше тетрадей и блокнотов в клеточку. Возможно, таким образом ученик проявляет свою потребность в четких рамках.

Альбом для рисования. Альбомы бывают разные, самое главное отличие — это бумага. Она должна быть плотной и пригодной для рисования любыми средствами - и акварелью, и карандашами, и гуашью.

Ручка. Правильно подобранная ручка очень важна, особенно в первый год учёбы, когда идёт обучение письму и становление почерка. Как выбрать правильную ручку?

1. Ручка должна удобно лежать в руке.
2. Иметь прорезиненные вставки, или рифленую поверхность в месте прижатия пальцев.
3. Паста не должна пачкать лист бумаги, поэтому для письма в школе не стоит покупать гелевые ручки.

Карандаш. Малышам и детям, идущим в первый класс, лучше покупать простые карандаши. Стоимость простого карандаша может увеличиваться в зависимости от качества изготовления. Карандаш подороже при падении сохранит грифель, а при заточке не крошится.

Помимо перечисленных, к которым все уже привыкли, есть и другие виды карандашей. Сегментные - очень удобны, не требуют заточки. Но при работе с ними требуется аккуратность, поэтому их не советуют покупать первоклашкам, чьи функции мелкой моторики рук ещё недостаточно развиты. Старшеклассники и студенты предпочитают цанговые карандаши с очень тонким стержнем. Корпуса таких карандашей поражают своим многообразием. Любой может для себя что-то найти.

Цветные карандаши. При выборе таких карандашей нужно обращать внимание на мягкость. Чем мягче карандаш, тем лучше ребенку им рисовать. Хотелось бы уточнить, что существуют специальные пастельные карандаши, и требовать от них яркости невозможно, поэтому внимательно читайте название на упаковках, чтобы не попасть впросак.

Ластик лучше покупать импортного производства. Выбор огромен. Вы можете купить и мягкие и твёрдые.

Пеналы бывают разные: с наполнением и без него, мягкие и твёрдые, железные и пластмассовые, яркие и неприметные, с рисунками и без них. Выбирай на свой вкус. Но всё же лучше покупать твёрдые пеналы без наполнения. Тогда вы имеете возможность сами выбирать, чем их наполнить.

Клей. Выбор клея достаточно широк. Очень удобен клей ПВА с шариковым дозатором. Первоклашкам обычно покупают клей-карандаш. Во время приобретения обязательно смотрите, чтобы он не был подсохшим, попросите продавца проверить.

Корректор. До сих пор популярны корректоры-ручки. Наверное, уже ни один ученик не представляет, как можно без них обойтись. Существуют корректоры в виде ленты, но для работы с ними требуется определённая сноровка.

Линейки. Деревянные линейки ещё не вышли из употребления, они более пластичны и не смогут поранить ребёнка острыми осколками, если сломаются. Но у пластмассовых есть свои преимущества. Они очень яркие и красивые, да и точность делений у них лучше. Выбор всегда остаётся за вами.

Папки и обложки. Обложки для тетрадей и книг покупайте обязательно плотные, так вам не придётся их менять каждый месяц. Очень удобны пластиковые папки для тетрадей на кнопках. В них они не мнутся, ученик всегда знает, что все тетради в одном месте, не надо искать их по всему портфелю.

В данной статье рассмотрены самые популярные канцелярские принадлежности школьника. Для уточнения списка нужно обращаться в школу, в которую отправляется ваш ребенок.

Кризис 7 лет - это переломная точка на кривой детского развития, отделяющая один возраст от другого.

Один из главных симптомов кризиса семи лет - кривляние, манерность, непослушание. Ребенок становится неуправляем, он не реагирует на замечания родителей, делает вид, что не слышит их или идет на открытый конфликт. В целом, все кризисы похожи друг на друга. Как подростковый кризис, так и кризис трех или семи лет, все они выражаются в отрицании всего и могут быть проиллюстрированы простым и знакомым всем родителям диалогом:

- Сережа, одень шапку. На улице холодно. - Не холодно. - Одень шапку. - Не одену - Сережа! - Не Сережа!

Однако не смотря на внешнюю схожесть, подоплека у каждого возрастного кризиса своя. Если раньше ребенок "боролся" в основном за самостоятельность, возможность действовать автономно (я сам сяду на горшок!), то в семь лет проявление кризиса связано с утратой детской непосредственности, то есть с "вклиниваем" интеллектуального момента между переживанием и поступком. Обычные бытовые правила, установленные родителями становятся для ребенка воплощением "детского" мира, от которого он скорее хочет отойти. Ребенок чувствует острую потребность быть "взрослым", вести себя как взрослый, соответственно одеваться, принимать самостоятельные решения. Во многом этому способствует сама культурная среда, в которой воспитываются дети. С малолетства ребенку внушается, что когда он пойдет в первый класс, это будет свидетельствовать о том, что он вырос. Став школьником, ребенок рассчитывает с приобретением собственной социальной позиции стать "взрослым".

ВАЖНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ДЕТЕЙ 6-7 лет

- Малышей смущают потребности в том, чтобы занять новое, более "взрослое" положение в жизни и выполнять работу, важную не только для них самих, но и для окружающих. И, как ни странно, это не обязательно учеба в школе. Это могут быть и помощь родителям по дому, и в их работе, и занятия спортом, и самостоятельный уход за домашними животными.
- Появляется новый уровень самосознания - осознание себя не только как мальчика, сына, партнера по игре, но и как друга, ученика, одноклассника. У ребенка появляется осознание своего социального Я, то есть себя в обществе. Ему важно, как он общается с окружающими и как они общаются с ним.
- Формирующаяся личность 7-летнего малыша приобретает так называемую внутреннюю позицию, которая сохраняется на всю жизнь и определяет поведение человека, его деятельность, а также его отношение к окружению и самому себе. Внутренняя позиция формируется в зависимости от того, каков сам ребенок, какое место он занимает в окружении и какое это окружение.

В 7 - летнем возрасте уже нельзя в сложных ситуациях переключать внимание малыша и навязывать ему своё мнение. Помните, что семилетнему ребёнку необходимо идентифицировать себя с авторитетным взрослым. Для мальчика это - папа, дедушка, старший брат; для девочки - мама, бабушка, старшая сестра.

Для многих детей - это ещё и первая учительница: "Как Марья Ивановна скажет, так я и сделаю!" В таких ситуациях родителям обижаться не следует. Если поощрять и поддерживать стремление малыша к новому, более "взрослому" положению в жизни, возрастной кризис у ребёнка может не проявиться вообще в жизни, возрастной кризис у ребёнка может не проявиться вообще.

Многие дети не хотят идти в школу. Почему?

- Дети не хотят учиться, потому что боятся трудностей. А откуда они узнали, что в школе трудно? Из разговоров родителей: "Какую школу выбрать? Сколько там учат иностранных языков? Есть ли там программирование, логика? Нет?! Тогда мы в такую школу не пойдём."
- Дети не хотят учиться, так как уже знают, "что это такое". "Можно привести моего 4 - летнего сына к вам на консультацию?" - "А какая у вас проблема?" - "Он не хочет делать домашнее задание!" - "?"
- Многие дети уже в детском саду начинают достаточно серьёзно учиться. Таким образом, мотив "хочу научиться читать и писать" у них уже частично удовлетворяется. Но всему своё время. Потому, что учёба (а не игра) как ведущая деятельность характерна для семилетки только теоретически. На протяжении всего периода младшей школы учёба только пытается стать для ребёнка другом.

Чтобы период адаптации ребёнка к школе прошёл спокойнее:

- За месяц до школы измените режим для малыша. Пусть утром он встаёт рано, а вечером не задерживается допоздна.
- Познакомьте ребёнка со школой и учительницей. Если малыш будет знать, где в школе его класс, столовая, туалет, он будет чувствовать себя увереннее. Помогите ребёнку запомнить дорогу от школы домой. Ведь если он "уже взрослый", то непременно захочет возвращаться сам.
- В начальный период обучения не загружайте малыша различными "развивалками": кружками, репетиторами, музыкой. Пусть он привыкнет к чему-то одному - в данном случае к школе.
- Возьмите на несколько недель отпуск. Ребёнку просто необходима ваша поддержка: обстановка дома должна быть спокойной, а мама или папа при необходимости помогут.



Адаптация детей к школе. Рекомендации психолога.

Существует три переломных момента, которые ребенок проходит в процессе обучения в школе: это поступление в первый класс, переход из начальной школы в среднюю (5 кл) и переход из средней в старшую (10 кл).

На что нужно обратить внимание родителям первоклассников в этот период? Период адаптации ребенка к школе может длиться от 2-3 недель до полугода, это зависит от многих факторов: индивидуальные особенности ребенка, характер взаимоотношений с окружающими, тип учебного заведения (а значит, и уровень сложности образовательной программы) и степень подготовленности ребенка к школьной жизни.

Немаловажным фактором является и поддержка взрослых - мамы, папы, бабушек и дедушек. Чем больше взрослых окажут посильную помощь в этом процессе, тем успешнее ребенок адаптируется к новым условиям.

Нередко родители ругают ребенка за то, что он поздно возвращается из школы, что ему часто звонят друзья "не по делу", что слишком много времени у него уходит на прогулки. Однако хорошо бы помнить о том, что в этот период первоклассник активно устанавливает контакты, ищет свое место в детской среде, учится сотрудничать с другими детьми и принимать помощь в свой адрес. Помогите ему в этом непростом деле! От того, какую нишу займет ваше чадо при распределении социальных ролей, зависит весь период его обучения в школе. Вспомните, как тяжело избавиться от имиджа "жадины" или "всезнайки", как много проблем появляется в подростковом возрасте именно потому, что когда-то малышу не удалось проявить себя должным образом.

Влияют ли на адаптацию первоклассника отношения к нему учителя?

Первая учительница - это важный человек в жизни всей вашей семьи. Хорошо бы сразу установить с ней тесный контакт, прислушиваться к ее советам, предлагать помощь в организации праздников и общих дел - ведь любое ваше участие в школьной жизни пойдет на пользу вашему ребенку. Ваш сын или дочь будут иметь повод гордиться вами! Обязательно согласуйте требования, чтобы ребенок не пострадал от ваших разногласий с педагогом. Если вас не устраивает (или просто непонятна) методика обучения, попросите учителя разъяснить ее особенности и преимущества перед другими способами обучения. Думаем, что любой учитель сделает это охотно, ведь он заинтересован видеть в вас в первую очередь помощников, а не критиков.

От учителя зависит и то, какой сосед по парте "достанется" вашему ребенку. Это - немаловажный фактор успешной адаптации первоклассника. Обязательно поинтересуйтесь, какие отношения складываются у детей, сидящих вместе. А может быть, это ваше дитя мешает кому-то на уроках? Не пугайтесь, дети еще не освоили непривычных норм поведения, да и просидеть 30 минут, не отвлекаясь, в этом возрасте достаточно сложно. Постарайтесь побеседовать с вашим школьником о том, что умение уважать другого, когда тот работает - очень ценное умение. Обязательно хвалите его, если человек выдержал подобное испытание с честью. Стимулируйте помощь детей друг к другу, не поощряйте позицию "моя хата с краю", - кто знает, возможно, именно взаимовыручка и доброе отношение между одноклассниками поможет вашему ребенку в трудный момент.

Каковы признаки успешной адаптации?

1. Удовлетворенность ребенка процессом обучения. Ему нравится в школе, он не испытывает неуверенности и страхов.
2. Насколько легко ребенок справляется с программой. Если школа обычная и программа традиционная, а ребенок испытывает затруднения при обучении, необходимо поддержать его в трудный момент, не критиковать излишне за медлительность, а так же не сравнивать с другими детьми. Все дети разные.
3. Если программа сложная, да еще и предполагает изучение иностранного языка - внимательно следите, не является ли такая нагрузка для ребенка чрезмерной. Лучше вовремя откорректировать это, иначе начнутся проблемы со здоровьем. Может быть, в другом классе, с меньшей нагрузкой, ребенок почувствует себя комфортнее?
4. Очень важно на первых порах вселить в школьника уверенность в успех, не давать ему поддаваться унынию ("У меня ничего не получится!"), иначе бороться с апатией вы будете очень долго.
5. Признак успешной адаптации - это степень самостоятельности ребенка при выполнении им учебных заданий, готовность прибегнуть к помощи взрослого лишь ПОСЛЕ попыток выполнить задание самому. Частенько родители слишком усердно "помогают" ребенку, что вызывает порой противоположный эффект. Ученик привыкает к совместному приготовлению уроков и не хочет делать это в одиночку. Здесь лучше сразу обозначить границы вашей помощи и постепенно уменьшать их.
6. Самым важным признаком того, что ребенок полностью освоился в школьной среде, является его удовлетворенность межличностными отношениями - с одноклассниками и учителем.

Как подготовить ребенка к школе самостоятельно?

Мотивация.

Сочините ребенку сказку о зверушках, в которой каждый персонаж по-своему объясняет свое желание учиться. Например, зайчик-школьник говорит: "Я хожу в школу, потому что меня мама заставляет. А если бы не мама, я бы в школу и не ходил".

А лисенок отвечает: "Я хожу в школу потому, что мне нравится учиться, узнавать новое, нравится делать уроки. Даже если бы школы не было, я все равно бы учился".

Третий герой сказки: "Я хожу в школу потому, что там весело и много ребят, с которыми можно играть".

Четвертый: "Я хожу в школу потому, что хочу быть большим. Когда я в школе, чувствую себя взрослым, а до школы был маленьким".

Пятый: "Я хожу в школу потому, что нужно учиться. Без учения никакого дела не сделаешь, а выучишься - можешь стать кем захочешь".

А теперь спросите своего малыша: "Как ты считаешь, почему надо ходить в школу? Зачем ты хочешь туда пойти?" Если он настроен исключительно на игру и среди его соображений нет ни одного учебно-познавательного мотива, вряд ли ребенок психологически готов получать знания за школьной партой изо дня в день, да еще и работать над заданиями дома.

Родная речь

Развитие речи - один из важных критериев готовности к школе. Попросите малыша пересказать короткий (не больше 6-7 предложений) рассказ или содержание мультфильма. Если при рассказе ребенок с трудностью согласовывает слова, не может правильно строить предложения, логично выстроить сюжетную линию (начало, середина, конец), значит, ему нужно еще поработать над развитием речи.

Самый эффективный способ - чтение книг вслух. Читайте ребенку сказки и рассказы не менее получаса в день. Задавайте вопросы по прочитанному, тренируя его память и внимание. Кроме того, расспрашивайте детсадовца, как прошел его день, что он делал, что интересного видел.

Поиграйте в игру "Назови лишнее слово". Вы выбираете какое-то слово, например, "гора", и повторяете его несколько раз, а потом вместо него говорите другое, похожее. Например:

Гора, гора, гора, гора, нора, гора, гора.

Голос, голос, голос, голос, колос, голос, голос. Коса, коса, коса, коса, роса, коса, коса, коза.

Загадайте малышу загадку: "Что случится, если имя "Любочка" потеряет букву "Л"? А затем слог "ЛЮ"?"

Если ребенок слышит и называет "лишние" слова, без труда делит слово на части, значит, у него все

в порядке с фонематическим слухом, очень важным при обучении. Если же ошибается, ему обязательно нужно тренировать слух логопедическими упражнениями. Иначе у него могут возникнуть проблемы при обучении родному языку (в частности, с орфографией).

Детская логика

Попросите ребенка закончить предложения: "Если выйдешь на улицу зимой без одежды, то...", "Прошел дождь, поэтому...", "У меня сегодня отличное настроение, потому что..."

В игре "Четвертый лишний" предложите ребенку ряды из четырех слов. В каждом случае ему нужно убрать одно, на его взгляд, лишнее. Например, стол, стул, диван, окно. Или: брюки, рубашка, юбка, мальчик.

Игра "Аналогии" поможет определить, насколько у ребенка сформированы основы словесно-логического мышления. Ему называют три слова. Два первых - пара. Требуется подобрать аналогичную пару к третьему слову. Например: "день - ночь, лето -... (зима)", "часы - время, градусник -... (температура)", "глаз - зрение, ухо -... (слух)".

Словесно-логическое мышление начинает формироваться к 6-7 годам. И если при выполнении вышеперечисленных игр ребенок допускает 1-2 ошибки, значит, этот процесс протекает нормально. Если больше, то необходимо заняться тренировкой. Сборники упражнений можно найти в книжных магазинах. Недостаточное развитие словесно-логического мышления приводит к трудностям в обучении.

Сам себе контроль

Сыграйте с ребенком в игру "да" и "нет" не говорить, "черное" и "белое" не называть. Задавайте ему простые вопросы: "Ты любишь шоколад?", "Какого цвета мороженое?". Он должен отвечать, не говоря слов "да" и "нет", не называя черного и белого цветов. Вопросов не должно быть более 10.

Если малыш отвечает без ошибок, значит, уровень самоконтроля достаточно высок, а это одно из важнейших условий успешной учебы. "Неуспешные" школьники даже при знании и понимании правила, по которому нужно действовать, затрудняются в самостоятельном выполнении задания, где требуется в определенной последовательности выполнить ряд умственных операций, и им необходима постоянная помощь взрослого.

Тренировка способности к самоконтролю происходит естественнее и эффективнее всего в процессе разнообразных "игр по правилам". Например, предложите ребенку: "Я буду называть тебе разные слова, а ты будешь их за мной повторять. Но помни об одном условии: названия цветов - это наш секрет, их повторять нельзя. Вместо этого, встретившись с названием цветка, ты должен молча хлопнуть в ладоши". Примерный список слов: окно, стул, ромашка, ириска, плечо, василек, книга и т.д. Варианты: нельзя повторять названия животных, имена девочек и т.п.

Когда ребенок станет хорошо и постоянно удерживать правило, переходите к игре с одновременным использованием двух правил. Например: нельзя повторять названия птиц, их надо отмечать одним хлопком, а также нельзя повторять названия предметов, имеющих круглую форму (или зеленый цвет), их надо отмечать двумя хлопками.

Делай ручками

Теперь проверим мелкую моторику, то есть работу мелких мышц рук. Попросите ребенка вырезать фигурки для аппликации (лучше геометрической формы) и наклеить на лист бумаги. На тетрадном листке в клеточку нарисуйте узор, состоящий из геометрических фигур, и попросите малыша повторить его.

Обратите внимание, как ребенок владеет карандашом, ручкой, ножницами, насколько успешно перерисовывает узоры, вырезает геометрические фигуры. Если ему трудно справляться с этими заданиями, значит, мелкие мышцы его руки нуждаются в тренировке. Почему это так важно? Дело в том, что в головном мозгу человека центры, отвечающие за речь и движения пальцев рук, расположены очень близко. Стимулируя мелкую моторику с помощью пальчиковой гимнастики, массажа рук, лепки из пластилина, мы тем самым активизируем отделы мозга, отвечающие за развитие речи.

Если у вашего ребенка неразвиты вышеперечисленные навыки, то к школе он пока не готов. Учиться ему сейчас будет трудно. Кроме того, есть риск, что, столкнувшись с трудностями, он может вообще утратить интерес к учебе. Особенно это касается мальчишек. Ведь по всем психо-физиологическим законам они созревают гораздо позже, чем девочки, и хуже адаптируются в условиях дисциплинарной школьной среды. Поэтому, если есть возможность, запишите ребенка в группу развивающего обучения или подготовки к школе, чтобы на будущий год у него была возможность спокойно и радостно войти в новый для себя мир.