

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение «детский сад общеразвивающего вида № 9 «Жар-птица» муниципального образования городской округ Симферополь Республики Крым.

*Доклад на тему:
«Ваш ребёнок – будущий школьник»*

Подготовила:
старший воспитатель
Гончарук И. А.

г. Симферополь 2023

Ваш ребёнок – будущий школьник!

Больше говорите с ребенком для того, чтобы он, во-первых, чаще слышал правильную, четкую, неторопливую, выразительную речь взрослого, которая является для него образцом, а во-вторых - чтобы развивать активную речь будущего первоклассника. Необходимо добиваться полных ответов на Ваши вопросы, стараться дослушивать до



конца, иногда специально изображать непонимание, чтобы ребенок более четко и подробно Вам что-либо объяснил. Понимание с полуслова или даже с жеста не очень полезно для развития речи ребенка.

Обращайте внимание ребенка на огромное многообразие окружающих его предметов и явлений, таким образом, пополняя словарный запас ребенка. Увиденное на картинке ребенок может с первого раза и не запомнить, а вот увиденное "вживую" - запомнит почти наверняка. При этом можно задавать ребенку вопросы: "какой?", "какая?", "какое?", "что делает?" и т. д. Можно играть в такую игру. Ребенок загадывает какой-то предмет и начинает его описывать, при этом, не называя его. Вы должны отгадать, что это. В идеале ребенок должен описать предмет по следующим параметрам: цвет, форма, размер, материал, к какому классу предметов относится.

Составляйте короткие рассказы по сюжетным картинкам. Основная задача состоит в том, чтобы ребенок научился правильно устанавливать последовательность картинок и составлять минимум по два предложения по каждой из них. Для этой цели подойдут любые наборы сюжетных картинок.

Важной предпосылкой овладения письменной речью является хорошо развитый фонематический слух. Для того, чтобы успешно работать над ним, необходимо слуховое внимание, которое можно развивать, обращая внимание ребенка на звуки, окружающие его (шум дождя, рев мотора, шелест пакета и многие-многие другие). При этом обращайте внимание на то, откуда слышится звук (слева, справа, сверху, снизу, спереди, сзади). Советую поиграть в такую игру: возьмите колокольчик (погремушку, попросите ребенка закрыть глаза и звените колокольчиком с разных сторон, а ребенок должен называть, где звенит (справа, слева, спереди, сзади и т. д.). И еще одна игра на развитие слухового внимания. Наполните спичечные коробки разными крупами (горохом, рисом, фасолью и т. д.). Послушайте вместе с ребенком, как гремят коробочки, какая крупа дает тот или иной звук, После этого можно попробовать угадать с закрытыми глазами

Формируйте у ребенка умение общаться. Обратите внимание на то, умеет ли ваш ребенок вступать в контакт с новым взрослым. С другими детьми, умеет ли он взаимодействовать, сотрудничать.

Уделите особое внимание развитию произвольности. Учите ребенка управлять своими желаниями, эмоциями, поступками. Он должен уметь подчиняться правилам поведения, выполнять действия по образцу.

Ежедневно занимайтесь интеллектуальным развитием ребенка.

- Во время прогулок наблюдайте изменения в природе. Обращайте внимание на различные явления природы (дождь, снег, радуга, листопад, туман, ветер, тучи, буря, рассвет, закат)
- Выучите названия времен года. Тренируйте умения определять время года на улице и на картинках.
- Используя лото и книги, учите с ребенком названия: диких и домашних животных, птиц, полевых и садовых цветов, деревьев, предметов посуды, предметов мебели, одежды, головных уборов, видов обуви, игрушек, школьных принадлежностей, частей тела, названия городов, названия любимых сказок и их героев.

Десять советов родителям будущих первоклассников.

-  **Совет 1.** Помните, что вы выбираете школу не для себя, а для вашего ребенка, поэтому попробуйте учесть все факторы, которые могут осложнить его обучение.
-  **Совет 2.** Обязательно познакомьтесь со школой, условиями обучения, педагогами.
-  **Совет 3.** Выясните, по какой программе будет учиться ваш ребенок, какая будет у него нагрузка (сколько уроков в день, есть ли дополнительные занятия).
-  **Совет 4.** Узнайте, когда начинаются занятия, и рассчитайте, сколько времени необходимо на дорогу в школу. Добавьте еще час на утренние процедуры и завтрак.
-  **Совет 5.** Постарайтесь познакомиться и побеседовать с будущей учительницей вашего ребенка.
-  **Совет 6.** Уточните, в какое время ребенок будет возвращаться домой из школы. Это необходимо, если вы планируете какие-либо дополнительные занятия (секции, музыкальная школа, кружки).
-  **Совет 7.** Подготовьте место для занятий ребенка дома.
-  **Совет 8.** Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами.
-  **Совет 9.** Помните, что адаптация к школе не простой процесс и происходит совсем не быстро. Первые месяцы могут быть очень сложными.

- ✚ Хорошо, если в этот период привыкания к школе кто-то из взрослых будет рядом с ребенком.
- ✚ **Совет 10.** Не относитесь к первым неудачам ребенка как к краху всех ваших надежд. Помните: ему очень необходима ваша вера в него, умная помощь и поддержка.

Общие рекомендации для родителей, будущих первоклассников.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок, поскольку начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6-7-летних детей.

Если занятия музыкой и спортом кажутся Вам необходимой частью воспитания Вашего ребенка, начните водить его туда за год до начала учебы или со второго класса.

Через каждые 10–15 минут занятий ребенку необходимо прерываться и получить физическую разрядку.

Не ждите, что ваш ребенок будет таким, как вы, или таким, как вы хотите. Помогите ему стать не вами, а собой.

Не требуйте от ребенка платы за все, что вы для него делаете.

Не вымещаете на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и взойдет.

Не унижайте!

Умейте любить чужого ребенка, никогда не делайте чужому ребенку то, что не хотели бы, чтобы другие делали вашему.

Любите своего ребенка любым: талантливым и не очень, удачливым и невезучим. Спрашивайте ребенка каждый день о школе: «что понравилось, чему научился, с кем играл?» (вместо: «Что получил? Тебя ругали?»)

Хвалите ребенка, но за дело: «У тебя замечательно получилось, ты аккуратно написал, ты вовремя, замечательно, что...» Чтобы ребенок знал, как быть хорошим. (Вместо односложных: Молодец! Умница) Говорите чаще ребенку, что Вы его любите. И когда он хорошо себя ведет и когда плохо.



Значение режима дня для будущих школьников

"Приступая к учению ребенка, надобно иметь в виду, что дитя независимо от учения развивается с каждым днем и развивается сравнительно так быстро, что месяц или два в жизни шестилетнего дитяти принося более перемены в его душевном и телесном организме, чем потом целый год в возрасте от 10 до 15 лет. (К.Ушинский)

Ваш малыш идет в школу. И казалось, совсем недавно вы впервые переступили порог детского сада, пережили период адаптации, а ваш ребенок уже превратился во взрослого и самостоятельного человечка, и вскоре гордо будет называться – первоклассник!

Год за годом мы все больше убеждаемся в том, что многие дети вполне могли бы учиться хорошо, а некоторые - и очень хорошо, если бы...хотели. Одни дети прямо говорят о своем нежелании учиться, другие испытывают непонятные для взрослых, а тем более для них самих трудности. Не судить и карать нежелание, а понять его причины и помочь ребенку хотеть учиться - вот наиболее эффективный путь, хотя и требующий от взрослого немалого душевного участия и труда.

Итак, первое и основное: не исказите веру ребенка в себя как в будущего школьника ни страхом, ни "розовой" водичкой облегченных ожиданий. Пусть он войдет в школу как в новое, интересное дело-с верой в свои возможности и готовностью испытать себя.

Чтобы адаптация к школе прошла безболезненно, мы предлагаем ряд вот таких рекомендаций:

-  Испытывать уважение к ребенку как к личности.
-  Сохранять доброжелательную эмоциональную сферу в семье.
-  Развивать и поддерживать интерес ребенка к обучению.
-  Убеждать ребенка соблюдать правила поддержания здоровья, развивать необходимые для этого навыки.
-  Поощрять успехи ("Ты сможешь, ты способен"), не акцентировать внимание на неудачах при обучении.
-  Не требовать любой ценой только высоких результатов и оценок.
-  Объяснять, как важно получать новые знания и развивать свои способности.
-  Не наказывать ребенка ограничением его двигательной активности (не запрещать гулять вместе с другими детьми на свежем воздухе).
-  Строго придерживаться режима дня.
-  Перенести на субботу просмотр телевизионных передач, компьютерные игры (с целью ограничения времени пребывания в статичной позе).
-  Совершать в выходные дни семейные прогулки на свежем воздухе, выезды на природу.

- + Во время выполнения домашнего задания (не более 90 минут) проводить физкультминутки, следить за осанкой ребенка.
- + Для мобилизации внимания ребенка напоминать правило "Успеваек":
- + Делай все скорее сам, не смотри по сторонам,
- + Делом занимайся, а не отвлекайся!
- + Вместе с ребенком как можно чаще выполнять "пальчиковую" гимнастику, используя песенки для поддержания хорошего настроения.
- + Следить, чтобы после школы ребенок гулял на свежем воздухе 30-60 мин.
- + Обеспечить отход ребенка ко сну не позднее 21.00
- + Посидеть на кровати рядом с ребенком; мягко, плавно погладить его по спине вдоль позвоночника, поцеловать, сказать, что завтра все будет
- + После школы не торопитесь сажать ребенка за выполнение уроков, необходимы 2-3 часа отдыха, желательно сна. Лучшее время для подготовки домашнего задания - с 15 до 17 часов.
- + Не заставляйте делать уроки за один присест. После 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут "перемены" - желательно подвижной.
- + Во время приготовления уроков не сидите "над душой", дайте ребенку возможность работать самому, но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Обратитесь к нему спокойно: "Не волнуйся, все получится, давай разберемся вместе. Я помогу". Похвала, даже если что-то не получается, необходима.
- + Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания, одергивания, требования просто не нужны! хорошо, все у него получится, что он умный и добрый.
- + Продолжительность ежедневных домашних занятий по развитию познавательных способностей первоклассников (по индивидуальной рекомендации учителя) не должна превышать 30 минут. Помните, что для ребенка 6-7 лет игра является основным способом познания окружающего мира. Поэтому в занятия необходимо включать игровые элементы.
- + Не скупитесь на похвалу. Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить персонально, а критиковать как можно более безразлично.
- + Всякое повышение требований начинать с похвалы.
- + Ставьте перед ребенком достижимые цели.
- + Вместо приказаний - просить совета или помощи, как у равного.
- + Позволения учат детей гораздо лучше, чем запреты.
- + При необходимости наказания помните, что не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки. Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают.

Дорогие родители помните: Любой ребенок - отличник или двоечник, подвижный или медлительный, атлет или неженка - заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом.

Помните, что ребенок не состоит сплошь из недостатков, слабостей, неудач. Достоинства есть у ребенка сейчас, надо уметь их увидеть.

Помогайте своему ребенку, и он скажет вам СПАСИБО! Не ругайте его за неудачи, обязательно находите положительные стороны, вы его крепость и опора!

Значение режима дня для будущих школьников



Школа предъявляет первокласснику большие требования. Ребенок включается в систематический учебный труд, у него появляются новые обязанности и заботы, ему приходится подолгу находиться без движения.

Режим дня школьника представляет собой распорядок бодрствования и сна, чередования различных видов деятельности и отдыха в течение суток.

От того, насколько правильно организован режим дня школьника, зависит состояние здоровья, физическое развитие, работоспособность и успеваемость в школе.

Организуя режим для ребенка, родители могут успешно подготовить его к обучению в школе.

Как Вы можете помочь своему ребёнку?

Уже завтра организуйте правильный распорядок дня. Режим дня имеет большое оздоровительное и воспитательное значение. Он обеспечивает высокую работоспособность на протяжении учебного дня, предохраняет нервную систему от переутомления, создаёт благоприятные условия для физического и психического развития.

Почему это важно?

Во-первых, первоклассник не будет привыкать к новой обстановке, новому окружению и новому распорядку дня одновременно. Если привычка правильно распоряжаться своим временем у ребёнка будет выработана, то его силы будут направлены на решение одной из названных задач, а именно — на адаптацию к школе.

Во-вторых, распорядок дня - это один из шагов к воспитанию в ребёнке ответственности, организованности и самостоятельности, которая доступна ребёнку 7 лет. Ведь ему не придётся думать о том, чем заняться, ждать подсказок мамы.

К чему приводит отсутствие режима дня?

К быстрой истощаемости центральной нервной системы детей, снижению работоспособности, хроническому переутомлению, что часто оказывается причиной плохой успеваемости ребенка.

✚ Режим дня ребенка должен быть максимально приближен к школьному.

Особенность современных детей — быстрая утомляемость. Поэтому ребенок должен соблюдать тот режим дня, который у него будет в школе.

✚ Сбалансированное питание:

обязательно горячий завтрак, фрукты, овощи в течение дня. В состоянии стресса (а это неизбежно в период адаптации) организм в большей степени подвержен различным заболеваниям, поэтому правильное питание снизит риск заболеть.

Укрепление иммунитета.

Если у родителей будущего первоклассника есть опасения, что ребенок будет часто болеть, лучше заранее проконсультироваться с педиатром, который даст грамотные советы, возможно, порекомендует витамины. Все препараты для укрепления здоровья ребенка с хроническим заболеванием необходимо начинать принимать с первого учебного дня, рекомендуют врачи.

Для детей правильно организованный режим - условие не только сохранения и укрепления здоровья, но и успешной учебы. Режим - это рациональное и четкое чередование сна, еды, отдыха, различных видов деятельности в течение суток.

Рассмотрим подробнее составные части режима.

Каждый день школьника должен начинаться с утренней гимнастики, которая не даром называется зарядкой, так как прогоняет остатки сонливости и как бы дает заряд бодрости на весь предстоящий день.

Учитывая, что мышцы ребенка 6-7 лет недостаточно развиты, характер и количество упражнений должны быть строго дозированы. Детям этого возраста рекомендуется не более 5-7 упражнений. В гимнастику хорошо включать такие упражнения, которые исправляют нарушения осанки.



После гимнастики проводятся водные процедуры.



Соблюдение гигиенических навыков становится привычкой ребенка; но пока эта привычка не сложилась, следует ежедневно напоминать дошкольнику о необходимости соблюдать правила личной гигиены, постепенно предоставляя ему большую самостоятельность.

Основным видом деятельности школьников является их учебная работа в школе и дома.

Для школьников младшего, среднего и старшего возраста, исходя из возрастных особенностей их центральной нервной системы, устанавливается определенная продолжительность учебных занятий в школе. На приготовление домашних уроков в режиме дня школьников младших классов нужно отвести 1 1/2—2 часа, средних классов — 2—3 часа, старших классов 3—4 часа.



Готовить уроки тотчас по приходе из школы нецелесообразно. Чтобы хорошо усваивать учебный материал, учащиеся должны отдохнуть. Перерыв между учебными занятиями в школе и началом приготовления уроков дома должен быть не менее 2 1/2 часов. Большую часть этого перерыва школьникам необходимо гулять или играть на открытом воздухе.



При выполнении домашних заданий, так же как и в школе, через каждые 45 минут следует делать перерыв на 10 минут, во время которого нужно проветрить комнату, встать, пройтись, хорошо сделать несколько дыхательных гимнастических упражнений.

Успешность приготовления домашних заданий и успешность занятий в школе зависят также от своевременности выполнения других элементов режима.

Так, важным элементом режима дня школьника является отдых.

При длительной напряженной умственной работе утомляются, истощаются нервные клетки головного мозга, в работающих органах процессы распада веществ начинают преобладать над пополнением их, поэтому снижается работоспособность. Чтобы это не произошло, организму следует предоставлять своевременный отдых. Во время отдыха в тканях усиливаются процессы восстановления веществ, ликвидируются происшедшие сдвиги обмена и восстанавливается должная работоспособность. Особенно большое значение при умственном труде, в котором участвуют, прежде всего, клетки коры головного мозга, обладающие быстрой утомляемостью, имеет чередование умственного труда с другими видами деятельности.

Наилучшим активным отдыхом для школьника является подвижная деятельность, особенно на воздухе. Пребывание детей на открытом воздухе имеет большое оздоровительное значение.

Свежий, чистый воздух укрепляет организм школьника, улучшает процессы обмена веществ, деятельность сердечно - сосудистой системы и органов дыхания, повышает его сопротивляемость к инфекции.

В режиме дня школьника следует выделить время и для свободно избранной творческой деятельности, такой как конструирование, рисование, лепка, музыка, чтение художественной литературы. На это в течение дня для младших школьников надо 1 — 1 1/2 часа, а старшим — 1 1/2 — 2 1/2 часа.



Каждый школьник должен привлекаться к посильным работам по дому. Младшим можно поручать уборку комнаты, поливку цветов, мытье посуды; старшим — прогулку с малышами, покупку продуктов, работы в саду, на огороде и т. д.

Большое внимание нужно уделить режиму питания, регулярному приему пищи в строго установленное время — через 3—4 часа (4—5 раз в сутки). У тех, кто ест всегда в определенное время, вырабатывается условный рефлекс на время, т. е. при приближении определенного часа появляется аппетит, начинается выделение пищеварительных соков, что облегчает переваривание пищи.



Беспорядочный прием пищи ведет к тому, что не происходит необходимой подготовки желудочно-кишечного аппарата к этим приемам пищи, хуже усваиваются питательные вещества, теряется аппетит. Особенно портит аппетит беспорядочная еда сладостей и сахара.

Пища нужна ребенку не только для выработки энергии и восстановления разрушенных в процессе жизнедеятельности веществ и клеток, но и для построения новых клеток и тканей. В организме ребенка процессы роста происходят особенно интенсивно. В пище должны содержаться, в правильном соотношении, все вещества, которые входят в состав тканей человеческого организма: белки, жиры, углеводы, минеральные соли и витамины.

Регулярный прием полноценной пищи при соблюдении всех гигиенических правил является залогом здоровья.

Огромное значение в поддержании работоспособное первоклассника имеет сон. Для детей 6-7 лет нормальная продолжительность сна -10-12 ч. Недостаточная продолжительность сна вредно отражается на нервной системе ребенка: понижается деятельность коры головного мозга в ответ на раздражение.

Но для полноценного отдыха центральной нервной системы и всего организма важно обеспечить не только необходимую продолжительность, но и достаточную глубину сна. Для этого нужно следующее: приучить ребенка ложиться и вставать в одно и то же время.



Когда ребенок ложится спать в определенный час, его нервная система и весь организм заранее готовятся ко сну; время перед сном должно проходить в занятиях, успокаивающих нервную систему. Это могут быть спокойные игры, чтение; перед сном необходимо проветрить комнату. В момент засыпания

ребенка, а также во время его сна нужно создать спокойную обстановку

(устранить яркий свет, выключить телевизор или радиоприемник, перестать громко разговаривать); ребенок должен спать в просторной, чистой, не слишком мягкой постели.

Правильно организованный режим дня школьника **предусматривает:**

- ✚ Правильное чередование труда и отдыха.
- ✚ Регулярный прием пищи.
- ✚ Сон определенной продолжительности, с точным временем подъема и отхода ко сну.
- ✚ Определенное время для утренней гимнастики и гигиенических процедур.
- ✚ Определенное время для приготовления домашних заданий.
- ✚ Определенную продолжительность отдыха с максимальным пребыванием на открытом воздухе.

Режим дня школьника

7.00 - Подъем (позднее пробуждение не даст ребенку время хорошо проснуться - может долго сохраняться сонливость)

7.00-7.30 - Утренняя зарядка (поможет легче перейти от сна к бодрствованию и зарядит энергией), водные процедуры, уборка постели, туалет

7.30 -7.50 - Утренний завтрак

7.50 - 8.20 - Дорога в школу или утренняя прогулка до начала занятий в школе

8.30 - 12.30 - Занятия в школе

12.30 - 13.00 - Дорога из школы или прогулка после занятий в школе

13.00 -13.30 - Обед (если по каким-то причинам вы исключаете горячие завтраки в школе, то ребенок обязательно должен ходить на обед, если он посещает группу продленного дня)

13.30 - 14.30 - Послеобеденный отдых или сон (современного ребенка сложно уложить спать после обеда, но спокойный отдых необходим)

14.30 - 16.00 - Прогулка или игры и спортивные занятия на воздухе

16.00 - 16.15 - Полдник

16.15 - 17.30 - Приготовление домашних заданий

17.30 - 19.00 - Прогулки на свежем воздухе

19.00 - 20.00 - Ужин и свободные занятия (чтение, музыкальные занятия, спокойные игры, ручной труд, помощь семье, занятия иностранным языком и пр.)

20.30 - Приготовление ко сну (гигиенические мероприятия - чистка одежды; обуви, умывание)

Ребенок должен спать около 10 часов. Они должны вставать в 7 часов утра и ложиться в 20.30 — 21.00, а старшие — в 22.00, самое позднее — в 22.30.

Вы можете менять занятия местами, основываясь на предпочтениях и приоритетах вашего ребенка, главное сохранять чередование отдыха и труда.

В основе правильно организованного режима дня школьника лежит определенный ритм, строгое чередование отдельных элементов режима. При выполнении в определенной последовательности, в одно и то же время, отдельных элементов режима дня в центральной нервной системе создаются сложные связи, облегчающие переход от одного вида деятельности к другому и выполнение их с наименьшей затратой энергии. Поэтому необходимо строго придерживаться определенного времени подъема и отхода ко сну, приготовления домашних заданий, приемов пищи, т. е. следовать определенному, установленному режиму дня. Этому основному положению должны быть подчинены все элементы режима.

