

Консультация для родителей: «Как провести лето перед школой»?



С 1 сентября ваш ребёнок пойдёт в школу. Это огромное событие в вашей жизни и жизни вашего сына и дочери. На ребёнка падает большая нагрузка, резко меняется весь образ жизни. Поэтому следует постараться подготовить ребёнка к школе, облегчить ему трудный переход к новой деятельности.

А впереди у вас прекрасное солнечное лето. *Время отдыха, укрепления здоровья, закаливания, путешествий, интересных событий. Проведите это последнее «вольное» лето с удовольствием!*

Формируйте у ребёнка больше позитивных ожиданий от встречи со школой, положительный настрой — залог успешной адаптации ребёнка к школе. Используйте благоприятные природные факторы — солнце, воздух и воду — для укрепления организма будущего школьника.

Лето длится три месяца. Многие родители считают, что успеют за это время наверстать упущенное — научить ребёнка читать, считать и т.д. Не повторяйте этих ошибок.

Летом ребёнок должен отдыхать!

А закреплять полученные в детском саду навыки гораздо интереснее на примере окружающей природы. Например, пусть ребёнок попробует сосчитать муравьев в муравейнике,

понаблюдать за изменениями в природе, измерить глубину ручья.

Необходимо продумать, как ваш ребенок проведет летние месяцы. Отдых должен быть разнообразным, но не слишком утомительным. Примерно дней за 10 до начала занятий в школе ребенку следует быть уже дома, в привычной обстановке.

Постарайтесь за лето закалить ребенка, укрепить его здоровье. Помните о том, что малейшие недомогания, хронические простудные заболевания и даже незалеченные зубы могут стать причиной повышенной утомляемости ребенка с первых шагов в школе, причиной его отставания на занятиях и даже нежелания ходить в школу.

Постарайтесь все основное для школы приобрести заранее. Лучше, если при этом вы о чем-то посоветуетесь с ребенком, вызовете у него радостные эмоции в связи с предстоящим учением.

Примерно за 2 недели до начала учебного года следует изменить режим дня ребёнка, максимально приблизить его к тому, который будет у него, когда он начнёт учиться. Особое внимание при этом надо обратить на сон ребёнка. Укладывать спать не позже 9 часов вечера

Если вы летом хотите заняться со своим ребёнком, занятиям следует уделять не более 2-х часов, с обязательными перерывами в 10-15 минут. Не надо заставлять ребёнка много читать и писать. Следует больше уделять времени общеразвивающим занятиям: укреплять руку ребёнка с помощью рисования, несложных заданий в черчении: развивать речь ребёнка, обучая его давать полные ответы, составлять законченные предложения и рассказы; закреплять устный счёт «вперед» и «обратный» и т.д.

Самое главное, если вам удастся создать у ребёнка нужный настрой для учёбы: радостные эмоции без излишнего веселья, серьёзное отношение к предстоящему без нервозности, чувство долга и ответственности.

Приближается лето, и родители, главным образом, сосредоточены на вопросе организации летнего отдыха для

своего ребёнка. Независимо от того, идёт ваш ребёнок в школу или ещё нет, его необходимо оздоровить. Не стоит пытаться усадить будущего первоклассника за стол раньше времени, тем более, когда на улице отличная погода для того, чтобы гулять: бегать, прыгать, купаться в водоемах и строить песочные замки. Свежий воздух, двигательная активность и рациональное питание – важнейшие факторы здоровья – способствуют всестороннему развитию человека. Недаром две с половиной тысячи лет назад на громадной скале в Элладе были высечены слова «Если хочешь быть сильным – бегай, хочешь быть красивым – бегай, хочешь быть умным – бегай!».

Для более убедительной аргументации вспомним также, что по статистике более 90% школьников имеют одно или два хронических заболевания. Наиболее распространёнными являются:

- заболевания органов зрения. Чаще всего детские глаза страдают от близорукости. Согласно подсчётам, очки «для дали» носит каждый пятый ученик младших классов и почти половина старшеклассников;

- нарушения осанки наблюдаются у 8 из 10 школьников.

Стоит также учитывать и тот факт, что обучение в школе может быть сопряжено для ребёнка со всевозможными стрессами: необходимо усваивать и подчиняться школьным правилам поведения и распорядку дня, взаимодействовать с учителем и одноклассниками, выполнять задания и просто пребывать определённое время вне маминого (папиного, бабушкиного) присутствия.

Поэтому занимайтесь с ребёнком как можно больше в игровой форме на свежем воздухе, направив свои усилия на развитие у него познавательных психических процессов: памяти, внимания, воображения, мышления. Вместе с ребенком можно заучивать стихотворения, загадывать друг другу загадки, придумывать нетрадиционные варианты использования знакомых предметов, поиграть в игры: «Съедобное – несъедобное», «Крокодил» и пр. Уделите

также внимание психологической подготовке своего чада к школе.

Ниже приводятся в качестве примера несколько упражнений на развитие познавательных психических процессов, которые не требуют особой подготовки и специального рабочего места.

Упражнения на развитие внимания «Сосчитаете ли?»

Набираете такие предметы, которых много под руками. Это могут быть камешки, ракушки, палочки, шишки и т.д.

Раскладываете их беспорядочно один за другим. Пусть они легли так: камешек, ракушка, камешек, шишка, камешек, камешек, ракушка...

Нужно узнать, сколько всего камешков, ракушек и т.д., но считать можно только следующим образом: первый камешек, первая ракушка, второй камешек, первая шишка, третий камешек, четвёртый камешек, вторая ракушка...

Это упражнение развивает сосредоточенность, распределение и устойчивость внимания «Дрессированная муха»

Для этого упражнения используется лист бумаги, расчерченный на 16 клеток, изображение мухи или пуговка (игровая фишка), которая будет символизировать это насекомое. Но можно расчертить 16 клеток и на песке, и в качестве мухи использовать камешек или ракушку.

Поместите вашу «муху» на любую клетку игрового поля. Теперь вы будете ей приказывать, на сколько клеточек и в каком направлении нужно перемещаться. Ребёнок должен представить себе мысленно эти передвижения. После того, как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна клеточка вверх, две вправо, одна вниз), ребёнок должен показать то место, где теперь должна быть хорошо дрессированная муха. Если место указано, верно, то передвиньте муху на соответствующую клеточку.

«Зеркало»

Сядьте или станьте с ребёнком друг напротив друга. Один из вас совершает разные движения: поднимает руки,

двигает ими в разные стороны, чешет нос. Другой – «зеркало» первого.

Для начала можно ограничиться движениями рук, но постепенно усложнить игру: строить рожицы, поворачиваться и др. Время игры ограничивается 1-2 минутами. Если «зеркало» сумело продержаться нужное время, оно получает один балл. Выигрывает набравший большее количество баллов.

Упражнения на развитие памяти «Все помню»

Играть можно всей семьей или вдвоем с ребенком.

Оговаривайте тему, на которую будут говориться слова (города, растения, животные и т.п.). Затем первый игрок называет первое слово. Второй игрок должен назвать первое слово и добавить своё. Третий игрок должен повторить два предыдущих слова и назвать своё и т.д. Допустивший ошибку выбывает из игры.

«Художник»

Ребёнок играет роль художника. Он внимательно рассматривает того, кого будет рисовать. Потом отворачивается и даёт словесный портрет. Можно использовать игрушки.

«Что исчезло?»

Перед ребёнком раскладывают несколько предметов или картинок. Он рассматривает их, затем отворачивается. Взрослый убирает один предмет. Ребёнок смотрит на оставшиеся предметы и называет, что исчезло.

Упражнение на развитие воображения «Пять точек»

На листе бумаги без всякого порядка нарисуйте пять точек. Предложите ребёнку нарисовать человечка таким образом, чтобы на двух точках он стоял ногами, ещё две приходились на центр ладоней, а пятая – на центр головы.

Упражнение на развитие мышления «Найди лишнее слово»

Прочитайте ребёнку серию из четырёх слов. Предложите определить, какое слово по смыслу является лишним.

Примеры:

Старый, дряхлый, маленький, ветхий;

Храбрый, злой, смелый, отважный;
Яблоко, слива, огурец, груша;
Молоко, творог, сметана, хлеб;
Час, минута, лето, секунда;
Ложка, тарелка, кастрюля, сумка;
Платье, свитер, шапка, рубашка;
Мыло, метла, зубная паста, шампунь;
Береза, дуб, сосна, земляника;
Книга, телевизор, радио, магнитофон.

За летний период будущие ученики должны качественно отдохнуть, набраться здоровья и сил, чтобы не болеть во время школьных занятий. Мама и папа должны подумать о хорошем отдыхе ещё в самом начале лета, а в августе уже нужно начинать непосредственно подготовку к школе. От физического состояния ребёнка зависит и то, как он будет успевать в школе, и его эмоциональное состояние. Самое главное, это настроение ребёнка, а в этом ему помогут только любящие родители, необходимо всегда уделять внимание своим детям, даже если от этого страдают ваши домашние дела. Приучая ребёнка вести здоровый образ жизни, Вы поможете ему не только адаптироваться к школьной жизни, но и в дальнейшем взрослении.

Чем можно занять будущего первоклассника на отдыхе:

- делать аппликации, коллажи из природного материала;
- узнавать названия новых растений и животных, рассматривать их и запоминать;
- вместе сочинять стихи;
- побуждать ребёнка знакомиться с новыми друзьями, больше общаться с ними, играть в подвижные игры;
- вместе читать интересную познавательную детскую литературу;
- составлять короткие рассказы на заданную тему, придумывать сказки;
- больше бывать на природе, научиться плавать!

Такое лето запомнится всей семье, а полученные от общения с природой силы и знания послужат хорошей

стартовой площадкой в сентябре, пригодятся ребёнку в новом учебном году.