**Скоро в школу!**

Поступление в школу является, безусловно, значимым и радостным событием в жизни каждого ребенка. Перед ним открываются двери в новый, пока неизвестный мир, который несёт в себе радости и горести, взлёты и падения, открытия и разочарования. Первое испытание, которое ждёт первоклассника – это адаптация к новым условиям жизни. В детском саду он всегда находился под наблюдением и контролем взрослых, в кругу сверстников, проводя время за любимыми играми. Вместе со статусом школьника ребенок получает намного больше свободы и самостоятельности, он живет по новому распорядку дня, сталкивается в школе с детьми и подростками, которые гораздо старше его иногда ребенок не знает, как ему поступить в той или иной ситуации, как отреагировать на какое-то событие, произошедшие с ним. В этот период жизни ему как никогда нужна помощь и поддержка взрослых. Самыми близкими взрослыми для первоклассника являются любящие родители и опытные педагоги, которые в нужный момент всегда придут на помощь, поддержат, подскажут, научат всему необходимому.

       В ходе подготовки ребенка к школе важна преемственность в работе начальной школы и дошкольного образовательного учреждения.

Специалисты выделяют три направления подготовки детей дошкольного возраста к школе, обеспечивающих преемственности.

- всестороннее воспитание и развитие;

- формирование психологической готовности к обучению в I класс;

- формирование учебной мотивации.

         Именно всестороннее воспитание и развитие детей (физическое, сенсорное, умственное, нравственное, трудовое, эстетическое) обеспечивает во многом готовность детей к обучению в школе.

         Вторым направлением подготовки детей к школе является формирование психологической готовности к обучению. Осуществляя личностную подготовку к школе, необходимо развивать у детей  мотивационную сферу, в том числе формировать учебную мотивацию. В психологическую подготовку к школе включается и формирование начал учебной деятельности (формирование умения принимать и решать учебную задачу, овладевать способами решения учебной задачи, формирование действий контроля и оценки).

         Третье направление подготовки к школе – это предметная подготовка. К старшему дошкольному возрасту, дети овладевают разнообразными предметными знаниями, которые затем продолжают усваиваться в школе на уроках математики, русского языка, литературного чтения, в процессе изучения предметов эстетического цикла.

         Говоря о преемственности между школьной и дошкольной ступенями образования, следует остановиться на формах реализации этой работы.

На наш взгляд, в дошкольном учреждении целесообразно проводить с детьми беседы о школе, организовывать сюжетно-ролевые игры, в процессе которых дети смогут представить себя ученикам или оказаться на месте учителя, знакомить детей с художественными произведениями со школьной тематикой, приглашать в гости учителей, которые в свою очередь могут организовывать для дошкольников экскурсию по школе, в которой им предстоит учиться.

         Тесный союз взрослых: родителей, воспитателей ДОУ и педагогов должен организовать подготовку ребенка к «новой ступени» жизни так, чтобы переход в школу был менее болезненным, а сама подготовка к ней сопровождалась радостным ожиданием этого значительного события в жизни ребенка.

**Практические рекомендации психолога для учителей**

1 Не забывайте, что перед вами не бесполый ребенок, а мальчик или девочка с определенными особенностями мышления, восприятия, эмоций.  
2. Никогда не сравнивайте между собой детей, хвалите их за успехи и достижения.  
3. Обучая мальчиков, опирайтесь на их высокую поисковую активность, сообразительность.  
4. Обучая девочек, не только разбирайте с ними принцип выполнения задания, но и учите их действовать самостоятельно, а не по заранее разработанным схемам.  
5. Ругая мальчика, помните о его эмоциональной чувствительности и тревожности. Изложите ему кратко и точно свое недовольство. Мальчик не способен долго удерживать эмоциональное напряжение, очень скоро он перестает вас слушать и слышать.  
6. Ругая девочку, помните о ее эмоциональной бурной реакции, которая мешает ей понять, за что ее ругают. Спокойно разберите ее ошибки.  
7. Девочки могут капризничать из-за усталости (истощение правого "эмоционального" полушария). Мальчики в этом случае истощаются информационно (снижение активности левого "рационально-логического" полушария). Ругать их за это бесполезно и безнравственно.  
8. Ориентируйте программы и методики обучения на конкретного ребенка с определенным типом функциональной асимметрии полушарий, дайте ему возможность раскрыть свои способности, создайте ему ситуацию успеха.  
9. Обучая ребенка грамотному письму, не разрушайте основы "врожденной" грамотности. Ищите причины неграмотности ребенка, анализируйте его ошибки.  
10. Не забывайте, что ваша оценка, данная ребенку, всегда субъективна и зависит от вашего типа асимметрии полушарий. Возможно, вы относитесь к разным типам мозговой организации и по - разному мыслите.  
11. Вы должны не столько научить ребенка, сколько развить у него желание учиться.  
12. Помните, что любой ребенок может чего-то не знать, не уметь, в чем-то ошибаться.  
13. Лень ребенка — сигнал неблагополучия ваш педагогической деятельности.  
14. Для гармоничного развития ребенка необходимо научить его по-разному осмысливать учебный материал (логически, образно, интуитивно).  
15. Для успешного обучения мы должны свои требования превратить в желания ребенка.  
16. Сделайте своей главной заповедью — «Не навреди!»

**Повышенная тревожность**

Первая и важнейшая рекомендация при повышенной тревожности состоит в том, что ребенку необходимо обеспечить ощущение своей успешности. Нельзя допускать, чтобы он был замкнут на своих неудачах. Ему нужно найти такую деятельность, в которой он способен самоутверждаться. Ощущение успеха - лучшее лекарство от повышенной тревожности. Кроме того, ребенок должен чувствовать себя защищенным, знать, что при необходимости взрослые (прежде всего, родители) обязательно придут ему на помощь. Если родители сами не уверены в себе, полны опасений и беспокойства, то надо, чтобы они, по крайней мере, не демонстрировали свою неуверенность ребенку, не делились с ним своими страхами.

Для того, чтобы чувствовать себя спокойнее в различных ситуациях, представляющихся тревожному ребенку небезопасными, можно воспользоваться такой классической культурной техникой как *талисман*. Лучше всего, если консультант расскажет об использовании талисмана ребенку и родителям вместе. Полезно напомнить о том, что люди во все времена пользовались талисманами. Их брали с собой на охоту в древние времена, их носили солдаты, уходящие на войну, да и сегодня люди, особенно нуждающиеся в успехе (летчики, спортсмены, солдаты, каскадеры) ими не пренебрегают.

Объясните, что талисман всегда дарит какой-нибудь очень близкий, любящий и любимый человек - и поэтому талисман напоминает об этом человеке, придает ощущение того, что этот человек рядом с тобой, что он помнит о тебе и поддерживает тебя. Если ребенок достаточно взрослый, то ему можно рассказать о принципе ассоциации (или условного рефлекса): талисман вызывает воспоминание о близком и/или особо значимом человеке по ассоциации. А это воспоминание успокаивает, снимает волнение. В свою очередь, спокойное состояние сильно повышает шансы на успех. Поэтому, независимо от своих магических свойств, талисман приносит удачу (а если у него есть еще и магические свойства - тем лучше).

Талисман должен быть приятен и сам по себе. Для девочки подходящим талисманом будет красивый медальон или маленькая мягкая игрушка, удобно помещающаяся в кармане. Такая игрушка хороша и для маленького мальчика. Для мальчика постарше это может быть гладкий, красивый и приятный наощупь камешек. Если ребенок религиозен, то очень хорош освященный образок или крестик. В любом случае он должен быть подарен очень близким или особо значимым человеком - обычно это кто-либо из родителей.

Первое время талисман надо брать с собой в тех случаях, когда успех практически гарантирован: тогда в добавок к ассоциациям с близким человеком он "обрастет" также успокаивающими ассоциациями с удачей, успехом. Если же несколько раз подряд он окажется связан с неудачей (например, с плохо написанной контрольной в школе), то от него надо отказаться, по крайней мере на некоторое время, пока не забудутся ассоциации с неудачами.

Если в какой-либо очередной ответственной ситуации талисман окажется забыт дома, ничего страшного. Он вполне может выполнять свою защитную успокаивающую функцию и лежа дома - надо только почаще о нем вспоминать. Отнюдь не является трагедией и потеря талисмана. Она означает лишь, что его охранительная сила оказалась исчерпана - это тоже мотив, широко распространенный в культуре; быть может, ценой своего ухода талисман спасал вас от какой-то неведомой вам опасности (подобные игры с самим собой - обычная составляющая психологических техник саморегуляции).

Все эти объяснения - важный элемент техники работы с талисманом. Они должны быть даны ребенку и родителям убедительно, в понятных им словах.

Уровень тревоги тесно связан с состоянием центральной нервной системы. Для его снижения большое значение имеют различные водные процедуры. Это ванны со специальными добавками - морской солью или травами (сборы трав, оказывающие успокоительное действие на нервную систему, продаются в аптеках без рецепта). Очень хорошее действие оказывает теплый душ перед сном - но не горячий и не холодный (и тот, и другой возбуждают), а примерно температуры тела, приятный для кожи и ощущаемый как "нейтральный".

Очень полезны занятия спортом, особенно - плаванием.

При особо высоком уровне тревоги можно рекомендовать родителям обратиться к врачу (психиатру или невропатологу); медицина располагает широким арсеналом медикаментозных средств, снижающих тревогу. Это различные транквилизаторы. Назначать их может только врач, а ни в коем случае не психолог и не сами родители. Еще раз повторим, что этим путем следует идти только при *очень сильном* повышении тревоги. Злоупотреблять транквилизаторами нельзя. Во-первых, к ним со временем наступает привыкание, проявляющееся в повышении толерантности (снижении чувствительности) к ним; для достижения прежнего эффекта приходится повышать дозу, а при этом растут побочные действия, имеющиеся у всех без исключения транквилизаторов. Во-вторых, их использование препятствует выработке механизмов психологической защиты, которые формируются, если тревога преодолевается чисто психологическими средствами.