



### Как психологически подготовить ребенка к школе за лето.

Первый класс может стать серьёзным испытанием не только для родителей, но и для ребёнка. Новый режим дня и много незнакомых людей, зачем-то нужно сидеть 40 минут смирно, а бегать — только на перемене. Даже если ваш ребенок обладает познавательной базой для школы, многое знает и умеет, но психологически сменить свою жизнь и режим дня очень сложно.

*Как же психологически подготовить ребенка к школе.*      **Необходимо познакомить и рассказать о новой жизни!**

1. Устройте экскурсию по школе. Покажите, где находятся кабинеты начальных классов, туалеты, столовая. Если можно, пусть он зайдёт в класс и посидит за партой. Это можно сделать не только в день открытых дверей, но и позже — даже летом, если заранее договориться об этом с администрацией.

И тревога снизится, и информация лучше усвоится — тактильное и визуальное восприятие помогают в этом.

2. Пройдитесь вместе по маршруту до школы.

Даже если вы пока не собираетесь отпускать ребёнка одного, он должен знать, как долго туда добираться. Прогуляйтесь вместе, расскажите о районе, где находится территория школы, обсудите ключевые точки маршрута. Если ваш сын или дочь вдруг потеряется (без паники!) или через какое-то время по плану будет ходить самостоятельно, то сможет найти дорогу. Так он быстро привыкнет к дороге и будет меньше нервничать.

3. Расскажите, как будет устроен режим дня.

Ещё один способ заранее минимизировать стресс и поводы для беспокойства.

Объясните, что сон-час отменяется, завтракать вы будете вместе дома, а не в детском саду, а ещё в школе не будет привычных прогулок и игр. Возможно, придётся не только рассказать, но и потренироваться дома. Например, реагировать на звонок и провести игру в формате «урок — перемена».

4. Объясните, зачем нужна школа. Будущему первокласснику важно понимать, что школа не ограничивается партами, портфелем и звонками на урок и перемену. Расскажите, зачем нужны все эти предметы и знания, зачем слушаться учителя и общаться с другими детьми. Тут главное поддержать его детское любопытство и заинтересовать чем-то

новым.

5. Поддерживать положительный настрой на учебу. Верить в ребенка и его успех!

Удачи нашим выпускникам!

Педагог- психолог МБДОУ «Радуга» Борисова Н.Г.