

Консультация для родителей «Как провести лето перед школой?»



С 1 сентября ваш ребенок пойдет в **школу**. Это огромное событие в вашей жизни и жизни вашего сына и дочери. На ребенка падает большая нагрузка, резко меняется весь образ жизни. Поэтому следует постараться подготовить ребенка 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 ребенка больше позитивных ожиданий от встречи со **школой**, положительный настрой — залог успешной адаптации ребенка 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 ребенка читать, считать и т. д. Не повторяйте этих ошибок. **Летом** ребенок должен отдыхать!

А закреплять полученные в детском саду навыки гораздо интереснее на примере окружающей природы. Например, пусть ребенок 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 ребенка, максимально приблизить его к тому, который будет у него, когда он начнет учиться. Особое внимание при этом надо обратить на сон ребенка. Укладывать спать не позже 9 часов вечера

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

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

Приближается **лето**, и **родители**, главным образом, сосредоточены на вопросе организации летнего отдыха для своего ребенка. Независимо от того, идет ваш ребенок в **школу или еще 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 распространенными являются:

- заболевания органов зрения. Чаще всего детские глаза страдают от близорукости. Согласно подсчетам, 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 ребенка со всевозможными стрессами**: необходимо

усваивать и подчиняться **школьным** правилам поведения и распорядку дня, взаимодействовать с учителем и одноклассниками, выполнять задания и просто пребывать определенное время вне маминого (*папиного, бабушкиного*) присутствия.

Поэтому занимайтесь с ребенком 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, четвертый 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**. Ребенок должен представить себе мысленно эти **передвижения**. После того, как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна **клеточка вверх**, две вправо, одна вниз, ребенок 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 ребенком 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 свое. Третий игрок должен повторить два предыдущих слова и назвать свое и т. д. Допустивший ошибку выбывает из игры.

«*Художник*»

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

«*Что исчезло?*»

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

Упражнение на развитие воображения «*Пять точек*»

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

Упражнение на развитие мышления «*Найди лишнее слово*»

Прочитайте ребенку серию из четырех 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 еще в самом начале лета, а в августе уже нужно начинать непосредственно подготовку к **школе**. От физического состояния ребенка зависит и то, как он будет успевать в **школе**, и его эмоциональное состояние. Самое главное, это настроение ребенка, а в этом ему помогут только любящие **родители**, необходимо всегда уделять внимание своим детям, даже если от этого страдают ваши домашние дела. Приучая ребенка 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 ребенка 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 ребенку в новом учебном году.

-

С 1 сентября ваш ребенок пойдет в **школу**. Это огромное событие в вашей жизни и жизни вашего сына и дочери. На ребенка падает большая нагрузка, резко меняется весь образ жизни. Поэтому следует постараться подготовить ребенка 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 ребенка больше позитивных ожиданий от встречи со **школой**, положительный настрой — залог успешной адаптации ребенка 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 ребенка читать, считать и т. д. Не повторяйте этих ошибок. **Летом** ребенок должен отдыхать!

А закреплять полученные в детском саду навыки гораздо интереснее на примере окружающей природы. Например, пусть ребенок 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 ребенка, максимально приблизить его к тому, который будет у него, когда он начнет учиться. Особое внимание при этом надо обратить на сон ребенка. Укладывать спать не позже 9 часов вечера

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

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

Приближается **лето**, и **родители**, главным образом, сосредоточены на вопросе организации летнего отдыха для своего ребенка. Независимо от того, идет ваш ребенок в **школу или еще 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 распространенными являются:

- заболевания органов зрения. Чаще всего детские глаза страдают от близорукости. Согласно подсчетам, 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 ребенка со всевозможными стрессами**: необходимо усваивать и подчиняться **школьным** правилам поведения и распорядку дня, взаимодействовать с учителем и одноклассниками, выполнять задания и просто пребывать определенное время вне маминого (*папиного*, *бабушкиного*) присутствия.

Поэтому занимайтесь с ребенком 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, четвертый 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**. Ребенок должен представить себе мысленно эти **передвижения**. После того, как вы отдали мухе несколько приказаний (например, одна **клеточка вверх**, две вправо, одна вниз, ребенок 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 ребенком 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 свое. Третий игрок должен повторить два предыдущих слова и назвать свое и т. д. Допустивший ошибку выбывает из игры.

«*Художник*»

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

«*Что исчезло?*»

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

Упражнение на развитие воображения «*Пять точек*»

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

Упражнение на развитие мышления «*Найди лишнее слово*»

Прочитайте ребенку серию из четырех 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 еще в самом начале лета, а в августе уже нужно начинать непосредственно подготовку к **школе**. От физического состояния ребенка зависит и то, как он будет успевать в **школе**, и его эмоциональное состояние. Самое главное, это настроение ребенка, а в этом ему помогут только любящие **родители**, необходимо всегда уделять внимание своим детям, даже

если от этого страдают ваши домашние дела. Приучая ребенка 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 ребенка 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 ребенку в новом учебном году.

-