

**Консультация педагога-психолога:  
«Психологическая поддержка выпускников  
детского сада. Рекомендации родителям».**



**Составитель: Шихабидова А.Г.  
Педагог-психолог**

При переходе из детского сада в школу ребенок переживает стресс: взрослые оценивают его способности, когда распределяют роли на выпускной и проверяют готовность к школе. Дети беспокоятся, капризничают, плохо едят и спят. У них портится настроение, формируются негативные ожидания.



### **Рекомендация 1. Не требуйте многого**

#### **Важно!!!**

К ребенку, который посещает подготовительную группу, взрослые относятся как к будущему ученику и предъявляют повышенные требования. Они контролируют его работу на занятиях, оценивают способности и достижения, сравнивают с другими детьми.

Воспитатели дают родителям рекомендации, на что обратить

внимание: больше читать, тренироваться письму или заниматься счетом. Родители усиливают давление на ребенка, потому что беспокоятся за его будущие успехи в учебе. Они начинают водить дошкольника на дополнительные занятия, а дома заставляют его читать и писать, «чтобы было легче учиться в первом классе».

Ребенок чувствует неуверенность в себе, своих возможностях и способностях. Он начинает бояться школы: «В школе ничего хорошего не будет, в детском саду лучше». У дошкольников могут сформироваться типичные школьные страхи: опоздать на занятия, получить плохую отметку, не соответствовать требованиям или быть хуже других.

**Слова для родителей.** Чтобы избежать негативных переживаний и страхов, не предъявляйте к успехам и достижениям ребенка повышенных требований. Не говорите о том, что он не оправдывает ваших ожиданий, не сравнивайте с другими детьми. Для профилактики тревоги и страхов насыщайте жизнь будущего первоклассника позитивными впечатлениями. Проводите с ребенком больше времени, играйте, беседуйте на интересующие его темы, организуйте прогулки и занятия спортом. Проявляйте больше внимания к его переживаниям и настроению. Обсудите тревоги и опасения дошкольника. Чтобы повысить уверенность в себе, напомните о прошлых успехах, например: «Ты прекрасно справился с тренировочным тестированием». Убедите ребенка в его хорошей подготовке: «Ты много занимался, многое умеешь». Дайте позитивную установку: «Ты готов к школе, у тебя все получится».

### **Рекомендация 2. Говорите о школе положительно**

#### **Совет!!!**

Не проявляйте в присутствии ребенка озабоченности и беспокойства по поводу прохождения медосмотра, тестирования, поступления в школу.

Если родители не радуются тому, что их ребенок идет в школу, то они усиливают опасения дошкольника. Он представляет, что в школе будет трудно, не интересно или «могут поставить двойку, потом мама будет ругать».

**Слова для родителей.** Чтобы избежать негативных представлений о школе у ребенка, избегайте фраз: «Все, кончилась твоя свободная жизнь, в школе тебе покажут...», «Гуляй, пока в школу не пошел» или «Ты такой несамостоятельный, как ты будешь в школе учиться?». Постарайтесь сформировать у ребенка положительное отношение к школе. В разговорах с ним подчеркивайте значимость того, что он скоро станет учеником, узнает много нового и интересного, подружится с одноклассниками. Расскажите о своей школе и о друзьях, которых вы там встретили.

### **Рекомендация 3. Не показывайте свое беспокойство**

Родители иногда тревожатся о том, что ребенок сделает ошибки и окажется хуже других при тестировании. Или что на медосмотре врач может обнаружить, что с ребенком что-то не так. Они беспокоятся, что на выпускном празднике в детском саду их ребенку дадут второстепенную роль или он плохо выступит. Опасения взрослых негативно влияют на ребенка. Он эмоционально напряжен, начинает бояться тестирования и выпускного.

**Слова для родителей.** Не проявляйте в присутствии ребенка озабоченности и беспокойства по поводу прохождения медосмотра, тестирования, поступления в школу. Выражайте положительное отношение к тому, что ребенок участвует в празднике выпуска из детского сада. Помогите ему разучить роль, подготовить костюм. Приходите на праздник в качестве зрителя или поучаствуйте в нем сами.

### **Уважаемые родители!**

**Воспитывайте уверенность и трудолюбие в своих детях, давайте им как можно больше положительных эмоций! Будьте им поддержкой и опорой на данном этапе их жизненного пути!**

### **Рекомендации родителям будущих первоклассников**

Кризис 7 года жизни может пройти совершенно незаметно, безболезненно, а еще, при условии правильного отношения, сформировать в ребенке замечательные человеческие качества. Для этого достаточно придерживаться нескольких основных правил:

**1. Объяснять.** Перед тем, как что-то запретить, необходимо детально объяснить причины нового табу. А сам «запрет» скорее должен звучать как совет или предостережение. Так потомок поймет, что в семье все равны. Не стоит бояться, что родители потеряют при этом свои привилегии безусловного авторитета. Дети прислушиваются к старшим на инстинктивном уровне.

**2. Слушать.** Слушать интересные, возможно фантазийные истории, вместе просматривать любимые мультфильмы – это должно быть

ежедневным ритуалом. При этом всем, что любят дети, нужно восхищаться. Общее мнение и совместное времяпрепровождение – это и есть дружба. Тем более, маленький человек, которого родные, внимательно и без насмешек выслушивали, в дальнейшем не будет бояться публичных выступлений.

**3. Советоваться.** Семилетки только что почувствовали себя новой частью социума, а вот дома они должны осознавать себя важным членом семьи. С ребенком просто необходимо обсуждать возможность новых покупок, рассказывать ему о финансовом состоянии семьи, совместно планировать бюджет. Как результат – в подростковом возрасте и не подумает требовать невозможных подарков или брать деньги без согласия родителей. Конечно, советоваться нужно только поверхностно и не каждый день, чтобы не заикливать ребенка на экономической стороне жизни. Если в семье есть финансовые трудности, переносить их на ребенка не нужно. В этот период дети очень переживают за все вопросы, касающиеся будущего.

**4. Никакого насилия.** Моральное унижение ребенка в будущем формирует его низкую самооценку, строгое наказание сделает невозможным сказать «нет» просьбам чужих людей, а физическое насилие в подсознании оставит обиду на родителей на всю жизнь.

**5. Собственное время.** Очень важно оставлять ребенка иногда в одиночку. Первый год в школе, где много новых персонажей и общения, требует массу энергии. Если ребенок ежедневно на некоторое время закрывается в комнате, значит ему нужно немножко индивидуального времени, чтобы пофантазировать, потанцевать, отдохнуть ото всех.

**Желаю успехов!**

**Готовы ли мы отдать своего ребёнка в школу?**

(Тест для родителей)

1. Мне кажется, что мой ребёнок будет учиться хуже других.
2. Я опасаясь, что мой ребёнок часто будет обижать других.
3. На мой взгляд, четыре урока – непомерная нагрузка для маленького ребёнка.
4. Трудно быть уверенным, что учителя младших классов хорошо понимают детей.
5. Ребёнок может спокойно учиться только в том случае, если учительница – его собственная мама.
6. Трудно представить, что первоклассник может быстро научиться читать, считать и писать.
7. Мне кажется, что дети в этом возрасте ещё не способны дружить.

8. Боюсь даже думать о том, как мой ребёнок будет обходиться без дневного сна.
9. Мой ребёнок часто плачет, когда к нему обращается незнакомый взрослый человек.
10. Мой ребёнок не ходит в детский сад и никогда не расстается с матерью.
11. Начальная школа, по-моему, редко способна чему-либо научить ребёнка.
12. Я опасюсь, что дети будут дразнить моего ребёнка.
13. Мой малыш, по-моему, значительно слабее своих сверстников.
14. Боюсь, что учительница не имеет возможности точно оценить успехи каждого ребёнка.
15. Мой ребёнок часто говорит: «Мама, мы пойдём в школу вместе!»

Занесите свои ответы в таблицу: если вы согласны с утверждением, поставьте +, если не согласны, оставьте пустую клеточку.

1	2	3	4	5
6	7	8	9	10
11	12	13	14	15

Всего:

А теперь посчитайте, сколько крестиков оказалось в каждом столбце и какова общая сумма. Если общий показатель принимает значение **до 4 баллов** – у вас есть все основания оптимистично ждать первого сентября. Вы сами готовы к школьной жизни вашего ребёнка;  
**5-10 баллов** – лучше подготовиться к возможным трудностям;  
**10 баллов и больше** – было бы неплохо посоветоваться с детским психологом.

А теперь обратим внимание на то, в каких столбцах получено 2 или 3 крестика.

**1** – необходимо больше заниматься играми и заданиями, развивающими память, внимание, тонкую моторику;

**2** – нужно обратить внимание на то, умеет ли ваш ребёнок общаться с другими детьми;

**3** – предвидятся сложности, связанные со здоровьем ребёнка, но ещё есть время заняться закаливанием и общеукрепляющими упражнениями;

**4** – есть опасения, что ребёнок не найдёт контакта с учителем, надо обратить внимание

**5** – ребёнок слишком привязан к матери, может быть, стоит отдать его в малочисленный класс или вообще отложить школу на год. В любом случае с ребёнком полезно поиграть в школу.

Этот краткий тест даёт представление о тех типичных психологических сложностях, которые возникают у первоклассников. Внимательные родители умеют предвидеть и избегать проблем школьной адаптации, но для этого надо быть уверенным, что ваш ребёнок обладает достаточной психологической зрелостью для того, чтобы учиться в школе.