**Готовимся к школе**

***Когда ребенок готовится пойти в школу, родителям всегда страшно – справится ли? Ведь школьная программа не рассчитана на слабых: марафон, в который пускается семилетка, потребует от него напряжения всех сил.***

 В *каких случаях к школе необходимо готовиться особенно внимательно?*

1. Если беременность и роды протекали с осложнениями.
2. Если ребенок перенес родовую травму или родился недоношенным.
3. Если ребенок страдает желудочно-кишечными заболеваниями, энурезом, подвержен частым простудам, есть нарушения сна.
4. Если ребенок с трудом находит контакт со сверстниками, эмоционально неустойчив. Если вы замечаете двигательную расторможенность.

К сожалению, количество таких детей резко возросло. Согласно медицинской статистике, сейчас в нашей стране абсолютно здоровыми рождается только треть детей. А отправляются в школу, не имея «багажа» хронических заболеваний, еще меньше. Все это не может не отразиться на учебе, потому что, естественно, ребенку с ослабленным здоровьем она дается намного труднее.Тем не менее в первый класс эти дети поступают без особых проблем. Очень важно вовремя обратить внимание на детей, если активность носит не вполне здоровый характер. Но часто в школе учеба непросто дается не только детям с теми или иными отклонениями, а совершенно обычным, на которых вся семья возлагает большие надежды. Именно поэтому так важно задуматься заранее – готов ли ваш ребенок к учебе? Сможет ли высидеть все уроки? Как построить отношения со сверстниками?

 **Как помочь дошкольнику?**

***СПОРТ*** Регулярные физические нагрузки – это лучшее и «дисциплинирующее», и укрепляющее организм средство. Причем лучше всего, если это будут такие виды спорта, которые требуют терпения и монотонных упражнений – бег, плавание. Прыжки в воду. Старайтесь чаще гулять с ребенком на свежем воздухе. Занимайтесь с ребенком закаливанием и ежедневной гимнастикой. Научившись справляться со спортивными нагрузками, ребенку легче будет привыкнуть к учебе.

***ВЫБОР ШКОЛЫ*** Если ребенок в детстве часто болел, если ему трудно долгое время удерживать внимание на чем-то одном, если Вы видите, что он морально не готов стать первоклассником – посоветуйтесь с психологом. Возможно, ему было бы полезно еще один год посидеть дома и походить на подготовительные занятия. Или же Вам нужно серьезно подойти к выбору школы и программы обучения: нагрузка в первый год учебы должна быть посильной для ребенка.

***САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ*** Чтобы ребенок быстрее мог адаптироваться к школе, он должен быть достаточно самостоятельным. Постарайтесь меньше опекать его, дайте ему возможность принимать самостоятельные решения и отвечать за них. Поручите ему какие-нибудь домашние дела, чтобы он научился выполнять свою работу без помощи взрослых.

***КОЛЛЕКТИВ*** Если ребенок никогда не ходил в детский сад, постарайтесь, чтобы оставшееся время перед школой он мог пообщаться со сверстниками. Иначе одновременно привыкать и к урокам и к большому коллективу ему будет очень тяжело.

***ПОДГОТОВКА*** Не надейтесь на то, что в школе всему научат. Занимайтесь с ребенком до школы. Если он немного будет уметь читать, считать, рисовать, пересказывать, первые месяцы в школе не покажутся ему такими сложными. Увлеките его развивающими играми. Собирая конструктор, разрисовывая карандашами книжки-раскраски, ребенок тренирует руку для письма. Научите ребенка подробно отвечать на вопросы, рассказывать о своих впечатлениях, сравнивать предметы и явления, делать самостоятельные выводы.