**Готовьте ребенка к школе**

Чтобы ребенок мог успешно учиться, к моменту поступления в школу у него должны быть достаточно хорошо развиты те системы и функции организма, которые начинают испытывать повышенную нагрузку с самого начала обучения (врачи и педагоги называют их школьно необходимыми). Прежде всего, это относится к центральной нервной системе. Ребенок должен уметь тормозить свою двигательную активность, иначе ему будет трудно высидеть школьный урок, внимательно воспринимать то, что говорит учитель, осваивать чтение и письмо.

Для того чтобы ребенок овладел письмом, рисованием, необходимо, чтобы у него мелкие мышцы кисти достигли определенного развития и сформировались моторные (двигательные) навыки.

И наконец, необходимо, чтобы у ребенка хорошо была развита речь, чтобы он умел четко выражать свою мысль и правильно произносить звуки. Без этого он не сможет научиться грамотно писать.

Большинство детей, поступающих в первый класс, функционально готовы к выполнению школьных требований и без труда справляются с учебой.

Однако, как показали многолетние наблюдения педагогов, психологов, врачей, среди первоклассников есть и такие дети, которым учеба дается с трудом, хотя умственно они развиты совершенно нормально. Одни уже с самого начала становятся неуспевающими учениками, другие выполняют школьные требования, получают хорошие и даже отличные отметки, но достигают этого ценой большого напряжения. А оно быстро приводит к переутомлению и ухудшению состояния здоровья ребенка: снижается темп физиологической прибавки массы тела, появляются раздражительность, плаксивость, нарушения сна.

Такие дети не готовы к обучению из-за того, что у них запаздывает развитие школьно необходимых функций. Все это вызывает задержку развития нервной и мышечной систем. Но в процессе обучения отстающие функции совершенствуются, и ребенок постепенно догоняет в развитии своих сверстников. Но на это уходят месяцы, а иногда весь первый год обучения, и то, что упущено за это время, придется наверстывать в будущем. А это может сказаться на успеваемости ребенка, вызвать нежелание учиться и даже неблагоприятно отразиться на состоянии его здоровья.

Поэтому еще до поступления ребенка в школу можно и нужно с помощью специальных упражнений стараться ускорить развитие школьно необходимых функций. Готовить к школе следует всех детей и прежде всего тех, которые не посещают детский сад.

К ежедневным занятиям с ребенком специалисты советуют приступить, как только ему исполнится 5 лет. Пусть он систематически занимается рисованием: раскрашивает картинки, перерисовывает, рисует с натуры – не сдерживайте его фантазию, но следите, чтобы он правильно держал карандаш, фломастер, кисточку. Очень полезно лепить из пластилина и вырезать из бумаги, ткани или картона различные фигуры (ножницы должны быть достаточно острыми, но с закругленными, тупыми концами). Если есть конструктор с мелкими деталями, собирайте его вместе с ребенком. Учите детей пришивать пуговицы, а девочек вязать крючком, вышивать, но только под вашим наблюдением! Все это будет стимулировать развитие мышц кисти.

Если у ребенка имеются дефекты произношения, следует заблаговременно обратиться к логопеду. Наблюдения педагогов и психологов показывают, что дети, неправильно произносящие отдельные звуки, и пишут неправильно.

Для того, чтобы у ребенка сформировалась правильная речь, чаще обсуждайте с ним прочитанные книги, предлагайте рассказывать об увиденном или составлять рассказы по картинкам.

Начиная с января того года, когда ребенок должен будет пойти в школу, один-два раза в неделю занимайтесь специальной подготовкой руки к письму. В НИИ дошкольного воспитания разработана методика обучения дошкольников некоторым элементам письма с помощью специального пособия. Оно так и называется «Тетрадь для подготовки дошкольников к письму». Заменить эту тетрадь можно обычной тетрадью в линейку.

Занятия по тетради призваны научить не письму (педагоги настойчиво советует не делать этого до школы), а лишь тем приемам и движениям пальцев и кисти, с помощью которых выполняются различные прописи. Кроме того, эти занятия будут способствовать и воспитанию усидчивости, внимания, сосредоточенности, привычки заниматься регулярно и сохранять при этом относительную неподвижность – словом, всего того, что потребуется в школе.

В начале каждого занятия следует показать ребёнку на маленькой доске или листе бумаги, как должны двигаться пальцы и кисть при выполнении очередного элемента. Затем отработайте это движение вместе с ребёнком в воздухе. Потом предложите ему воспроизвести отработанное движение: обвести по пунктирной копии образец элемента. После это нужна физкультпауза пусть ребенок несколько раз сожмет пальцы в кулачок и энергично разожмет. Теперь он должен самостоятельно изобразить заданный элемент письма на бумаге.

Помните: 5-6-летний ребенок не может писать непрерывно более трех минут: появляются ошибки. Через 2-3 минуты работы – за это время ребенок успеет заполнить 1-2 строки – сделайте перерыв, чтобы повторить упражнения для рук, дать им отдохнуть. Вместе с ребёнком обсудите его работу, за хорошее изображение элемента похвалите, на ошибки обратите внимание. Затем предложите заполнить еще 1 – 2 строки. Когда ребенок работает, следите, чтобы он не торопился, аккуратно выводил линии.

Второе занятие (через 2 – 3 дня) посвятите воспроизведению этого же элемента еще на 3 – 4 строчках. Осваивать более одного элемента в неделю не следует, иначе навык движения не закрепится.

Специалисты считают, что дети, занимающиеся по этой методике, испытывают гораздо меньше затруднений при обучении письму в школе.

Каждое занятие должно длиться 20 -25 минут, не дольше. После этого у 5 – 6-летних детей наступает утомление, внимание становится неустойчивым. Не могут они и неподвижно высидеть более 20 25 минут, да еще и сохранять при этом правильную позу, что совершенно необходимо. Стол, за которым работает ребенок, и стул, на котором сидит, должны соответствовать его росту, а согнутые в коленях под прямым углом ноги – твердо стоять на полу или подставке. Расстояние от тетради до глаз устанавливается так: рука, согнутая в локте, опирается о стол, кончики пальцев касаются угла глаза. Свет должен падать на тетрадь слева.

Развитие двигательных навыков, особенно тонких движений пальцев рук, оказывает существенное влияние на развитие и мозга и речи, что очень важно при подготовке к школе.