



Светлана Дмитриева

Мама, мне ПОРА В ШКОЛУ!

Идем в первый класс
без стресса и слез

10 самых
важных
навыков



Светлана Викторовна Дмитриева
Мама, мне пора в школу!
Идем в первый класс
без стресса и слез

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=67703475

Мама, мне пора в школу! : Идем в первый класс без стресса и слез:

ISBN 978-5-00108-939-1

Аннотация

Как подготовить ребенка к школе? Научить его читать и считать? А может быть, начать с прописей? Если вы задаетесь такими вопросами – эта книга для вас, дорогие родители будущих первоклассников!

Подготовка к школе – дело серьезное. Если ваш ребенок владеет определенными знаниями, это не значит, что он готов идти на уроки. Помогите ему справиться с неизбежными трудностями первых дней. Радостно ли ваш малыш побежит в школу или вам придется отправлять его туда с боем – во многом зависит от вас.

В этой книге собраны 10 важных навыков для будущего первоклассника. Освоив их, ребенок легко пройдет период адаптации. Узнайте, какие качества помогут первокласснику добиться успехов в учебе и как помочь ребенку заранее их

развить. У вас обязательно все получится, ведь книга основана на наблюдениях за более чем 2000 первоклассников!

В формате PDF A4 сохранен издательский макет книги.

Содержание

От автора	6
Глава 1	11
Школьные потеряшки	12
Зачем первокласснику пространственная ориентация	15
Как помочь ребенку овладеть пространством	20
Конец ознакомительного фрагмента.	26

**Светлана Викторовна
Дмитриева
Мама, мне пора в школу!
Идем в первый класс
без стресса и слез**

© С. В. Дмитриева, текст, 2022

ISBN 978-5-00108-939-1

© А. В. Нецветаева, иллюстрации, 2022

© АО «Издательский Дом Мещерякова», 2022

От автора

Дорогие читатели, давайте знакомиться, я – педагог-психолог. Да, именно в таком порядке. Так называлась моя должность в школе. И образование у меня первое – педагогическое, а второе – психологическое.

В разных московских школах я провела тридцать лет и три года, прямо как в сказке! Сначала была ученицей, ну а потом учителем физики, мамой школьницы, психологом, наставником молодых специалистов, руководителем психологической службы. Даже моя научная деятельность – я кандидат психологических наук – была связана с вопросами педагогики.

За время работы в школе я написала немало текстов, но почти все они были адресованы коллегам: статьи в профессиональных журналах, лекции для курсов повышения квалификации. Приходилось писать и различные материалы с рекомендациями для школьников. Однако я всегда чувствовала, что важно уделять больше внимания и третьей стороне образовательного процесса – родителям, ведь они влияют на его результат не меньше, чем остальные. Я уверена, что заботливые и вдумчивые мамы и папы, бабушки и дедушки могут многое сделать для того, чтобы школьная жизнь приносила их ребенку удовольствие и пользу. Надо только дать им верные ориентиры и помочь расставить приоритеты!

Несмотря на то, что книг о воспитании и развитии детей сейчас довольно много, среди них редко можно встретить те, авторы которых находились непосредственно в гуще школьных событий. А ведь именно опыт «из первых рук» может принести большую пользу семьям учеников.

Надеюсь, что моя книга немного восполнит этот пробел. Я хорошо знаю школу и все ее болевые точки изнутри. Поэтому хочу рассказать о том, как «подстелить соломку», чтобы «грабли», на которые раз за разом наступают дети и родители на рубеже первого класса, не нанесли вашей семье серьезный урон.

Так о чем же эта книга, спросите вы?

О... гвоздях.

О каких еще гвоздях?

О тех самых, без которых подкова пропала, потом лошадь захромала, и вот уже командир убит, конница разбита, и дальше – помните?

Враг вступает в город,
Пленных не щадя,
Оттого, что в кузнице
Не было гвоздя.¹

Однажды я ради интереса подсчитала число первокласс-

¹ Цитата из стихотворения С. Я. Маршак «Гвоздь и подкова».

ников, адаптация которых прошла на моих глазах за время работы в школе. Получилось больше двух тысяч.

Наблюдая за ними, общаясь с учителями и родителями, я заметила одну особенность. Взрослые стараются перед школой дать детям много знаний: учат их читать, усаживают за прописи, объясняют состав числа и прочие серьезные вещи. И это естественно, ведь родители беспокоятся о том, как ребенок будет справляться с учебой. Но если проанализировать трудности, которые возникают у первоклассников в период адаптации, то можно сделать интересный и неожиданный вывод: они редко связаны с тем, что волнует родителей. Прежде всего детям не хватает других, довольно простых навыков, которые у многих еще недостаточно хорошо сформировались.

Базовые навыки – как «гвоздики», которые держат «подковы» более сложных умений. Они не дают 100 %-ной гарантии, что первоклассник легко впишется в школьную жизнь, однако их недостаток с большой вероятностью приведет к усилению адаптационного стресса и может вызвать у ребенка немало отрицательных эмоций. А ведь из первых впечатлений начинает складываться отношение и к учебе, и к себе как ученику. Будет ли ваш ребенок каждое утро радостно бежать на уроки или вам придется с боем пытаться отправить его в школу? Наверное, никого не нужно убеждать, что это очень-очень важно.

Почему «гвоздики», о которых пойдет речь в книге, нередко остаются за кадром? Иногда родители не придают им большого значения или считают, что со временем они возникнут сами собой. А иногда не задумываются о них вообще, потому что не догадываются, насколько они важны для школы.

Порой мы игнорируем очевидные вещи только потому, что они слишком очевидны. Такой вот парадокс.

В результате каждый год первого сентября в школу приходят десятки, даже сотни тысяч новых учеников, которые много знают и умеют, но не имеют некоторых крайне необходимых навыков. Все первоклассники хотят учиться на пятерки, но многие так и не станут отличниками, так как «подковам» их умений просто не на чем держаться.

В этой книге вы не найдете волшебных секретов идеальной подготовки к школе. Но она поможет вам посмотреть свежим взглядом на некоторые детали будущей школьной жизни ребенка, связь которых с адаптацией не всегда очевидна. Мы сменим фокус внимания, по-новому расставим акценты и приоритеты, прорисуем перспективы и увидим, как можно помочь детям сформировать навыки, важные для начала обучения.

Скажу откровенно, если бы много лет назад кто-нибудь рассказал мне об этих «гвоздиках», я бы по-другому отнеслась к подготовке моей дочери к школе. И думаю, что ей бы это пошло на пользу. Однако ее школьные годы уже проле-

тели, но у ваших детей все еще впереди!

Книга написана, чтобы в вашей «кузнице» всегда были «гвозди». Чтобы вы могли подковать чудесного скакуна по имени «Готовность к школе». И чтобы этот скакун легким галопом пронес вашего любимого первоклашку по извилистой тропе адаптации и вынес на ровную дорогу увлекательного обучения.

Глава 1
«А где Миша?»
Помогаем ориентироваться
в пространстве



Школьные потеряшки

Ваня был классический «потеряшка». Он постоянно пропадал на школьных просторах: терялся по дороге в столовую, в спортзал, в раздевалку... Но мальчик не унывал, если отставал от класса. Он даже не всегда успевал понять, что заблудился. В коридорах школы жизнь всегда кипела, и Ваня с интересом проводил время. Даже когда звенел звонок и коридоры пустели, Ваня не переживал. Он уже по опыту знал, что его найдет кто-нибудь из взрослых, и рано или поздно он попадет на урок. Ничего, что половина заданий будет пропущена и придется доделывать их дома с мамой, – Ваня вообще был прирожденным оптимистом. Зато унывала Елена Николаевна, его учительница. Когда Ваня в очередной раз исчезал из ее поля зрения, она начинала сильно нервничать. Оставить класс без присмотра и отправиться на поиски вечно потеряшки она не могла, а вариант бросить его на произвол судьбы тоже исключался по понятным причинам. Приходилось объявлять Ваню в розыск и звать на помощь старшеклассников или свободных от уроков коллег. Мальчик постепенно становился школьной знаменитостью, но его слава совсем не радовала Ванину маму, милую и немного застенчивую женщину. Ей было неприятно каждый день выслушивать от учительницы замечания и

нелестные высказывания о ее, маминых, педагогических способностях. Ситуация обострялась с каждым днем...



Соня не блуждала в лабиринтах школьных коридоров, зато часто «терялась» в тетрадях, «сворачивала» не в ту сторону, путалась в направлениях. То перепрыгнет через строчку, то начнет писать справа налево, то не в ту сторону клеточки отступит. Соня сама выбирала в магазине тетрадки с яркими обложками и предвкушала, что внутри они будут такими же красивыми. Но результатами своих усилий она часто бывала огорчена. Ей никак не удавалось абсолютно все сделать как надо – хоть немного, да ошибется. Соня была склонна к перфекционизму и привыкла, что ее всегда хвалят. Она знала, что во втором классе дети начнут получать отметки и, конечно, собиралась стать отличницей. Но ее уверенность в себе падала с каждой ошибкой. Мама и папа старались поддерживать дочь, как могли. Поначалу они объясняли ее неудачи адаптацией к школе. Конечно, они знали, что Соня до сих пор немного путает право и лево, но не придавали этому

большого значения, поскольку девочка была очень способной. Но даже к новому году положение почти не изменилось. То, что родители видели в тетрадях, растреивало их все больше, ведь они были уверены, что их сообразительная дочка легко справится с учебой. Сохранять спокойствие становилось все трудней. Учительница Сони, Анна Васильевна, была довольно требовательной, ее классы всегда занимали первые места в школьном рейтинге. Она стремилась добиться от учеников высоких результатов и не обладала большим терпением. Постепенно за Соней закрепилась репутация невнимательной, рассеянной ученицы, которая «не хочет» сосредоточиться. К концу первого класса у девочки обнаружили первые симптомы невроза: она стала плохо засыпать, часто плакала, постоянно терла глаза, жаловалась на головную боль. Первые летние каникулы прошли в поисках хорошего психоневролога...

Зачем первокласснику пространственная ориентация

Первый «гвоздик», о котором важно вспомнить перед школой, – ориентация в пространстве. Почему именно она? Давайте разбираться.

Это один из базовых навыков любого человека, ведь мы существуем в пространстве и во времени. Но часто ли вы вспоминаете об этом? Вряд ли. Разве что заблудитесь в лесу или запутаетесь в часовых поясах при перелете в другой регион. Да и заблудиться сейчас сложно, даже если захотите, гаджеты не дадут.

Ориентация в пространстве у нас доведена до автоматизма, но так было не всегда. Дети не рождаются с готовыми навыками, они вырабатываются постепенно, с опытом. Когда-то давно нам требовалось усилие, чтобы сообразить, какая из рук правая. Теперь эту премудрость осваивают наши дети. И не у всех это получается легко и быстро.

За последние шесть лет моей работы в школе проблемы с ориентацией в пространстве в той или иной степени испытывали от 40 % до 70 % первоклашек.

Почему сейчас, перед школой, так важно «подтянуть» этот навык? Ведь раньше ребенок как-то справлялся, и постепенно будет справляться все лучше и лучше. Разве этого недостаточно? Дело в том, что до школы ребенку в его

повседневных делах не требуется очень хорошо ориентироваться в пространстве и во времени. Взрослые всегда направят его, куда нужно. Ошибки ребенка не ведут к серьезным последствиям.

С первого дня обучения в школе ситуация резко меняется. Требования к навыку ориентации стремительно возрастают.

Ребенок попадает в новое пространство с большим количеством помещений, в котором нужно освоиться. В отличие от детского сада, он может в одиночестве свободно перемещаться по всей школе. Представьте, вы привели утром ребенка в школу и закрыли за ним дверь. Дальше он должен сам через школьную толпу дойти до раздевалки и найти учителя, который встречает детей. Потом уже вместе с классом ребенок пойдет в кабинет. А если вы опоздали? Тогда до кабинета ему придется добираться самостоятельно, а планировка в современных школах бывает весьма замысловатая.

Другая ежедневная, даже ежечасная, ситуация – переменная. Одни дети остаются в классе, другие выходят в коридор. Учитель не может находиться в двух местах одновременно, если только он не умеет самоклонироваться. Когда учитель задерживается в классе, дети в коридоре находятся без присмотра и могут отправиться на поиски приключений. Например, пойти в столовую купить себе пирожок. Можно вспомнить много ситуаций, в которых ребенок должен один добраться по школе из пункта А в пункт Б.

Учителя считают сложности в освоении школьного про-

странства одним из наиболее острых моментов адаптации первоклассников. Некоторые дети даже испытывают страх расставания с родителями из-за того, что чувствуют неуверенность в больших шумных помещениях. А школьная раздевалка с утра – это очень шумное помещение! Отрицательные эмоции прямо с порога – согласитесь, это не лучший настрой на учебный день. А если ситуация повторяется часто? Стоит ли потом удивляться, что у ребенка пропадает желание ходить в школу?

Предположим, ваша школа маленькая, и в ней легко найти любое место, тогда эти трудности ребенка не коснутся. Но это не значит, что ориентация в пространстве совсем ему не понадобится. Есть еще одна, даже более веская причина обратить на этот навык внимание.

С первых же уроков в речи учителя зазвучит множество инструкций, связанных с пространством:

- «Посмотрите на правую картинку»,
- «Откройте учебник и найдите верхнюю строчку»,
- «Возьмите карандаш в правую руку»,
- «Посмотрите на левую сторону доски»,
- «Пропустите три клетки сверху»,
- «Отступаем две клеточки вправо»,
- «Отсчитайте вторую строчку сверху»,
- «Напишите свое имя в правом верхнем углу».

Практически любое задание на уроке будет начинаться с

какого-нибудь пространственного указания. И если ребенок будет медленно реагировать или ошибаться, то он не сможет выполнять все правильно и в одном темпе с классом. Замешкавшись на старте, он пропустит часть основной инструкции к заданию.

Как показывает практика, учитель в этом случае может поступить двумя способами. Он может ждать, пока все наконец отступят эти самые три клетки вправо, и тогда очень много времени на уроке уйдет на выполнение простейших действий. А может не ждать, и тогда часть детей «выпадет» из процесса, не успеет понять и сделать задание. Вам какой вариант больше нравится?

Даже те дети, которые до школы легко ориентировались в пространстве, в период адаптации могут временно подзабыть свои навыки. А если эти навыки и не были достаточно хорошо сформированы, то неизбежно возникнут проблемы.

Существует и еще одна сложность, о которой мы, взрослые, особо не задумываемся. Для ребенка ориентация в трехмерном пространстве и на плоскости – это разные вещи. Он может уверенно владеть понятиями «верх», «низ», «право», «лево» в быту, но не понимать, что это такое на листе бумаги. Ведь лист лежит на столе горизонтально, где же у него верх? А где верх у страницы учебника или тетради? Вы думаете, это так очевидно? Увы, нет, важнейший в школе навык ориентации на плоскости ребенку нужно осваивать отдельно.

Надеюсь, я убедила вас, что первый «гвоздик» для вашего любимого будущего школьника принципиально важен. Как его развивать? Поговорим о способах, которые помогут вам его ковать. И у меня для вас хорошая новость – большинство упражнений не потребуют от вас большого количества времени и дополнительных усилий, разве что совсем немного.

Как помочь ребенку овладеть пространством

Начнем с самых простых приемов, для начала их будет достаточно. Но каждый прием можно усложнять, помогая ребенку достичь более высокого уровня пространственной ориентации.

Используйте пространственные обозначения в речи

Первый шаг, который нужно сделать обязательно, – проанализируйте свою речь. Попросите об этом же всех членов семьи. Послушайте друг друга. Насколько часто вы употребляете пространственные обозначения (наречия места)?

Начинайте включать их в речь, используйте всякий раз, когда это возможно.

Не говорите: «Дай мне вон ту книжку». Скажите: «Дай, пожалуйста, книжку, которая лежит справа от телевизора, на третьей полке сверху».

Не говорите: «Посмотри вон туда». Скажите: «Посмотри правее».

Не показывайте руками, ограничьтесь словами. Если вы несколько дней проконтролируете себя, то постепенно ста-

нете это делать «на автомате».

Начинайте с простых инструкций с одним пространственным обозначением: «Поверни налево». Потом переходите к более сложным, которые содержат несколько обозначений сразу: «Пойди на кухню, там в шкафчике справа от холодильника в первом ящике снизу в левом ближнем углу лежит шоколадка». Не забывайте о мотивации, ребенку гораздо интереснее искать шоколадку, чем бабушкины очки!

Убедились, что ребенок уверенно владеет базовыми понятиями – справа, слева, вверху, внизу, впереди, сзади? Переходите к более сложным – внутри, вблизи, наискосок и так далее. Помимо наречий, важно правильное понимание предлогов – из-под, из-за и других.

Используйте те же приемы, когда ребенок имеет дело с плоскостью – страницей книги, альбомным листом, пазлом.

Помогайте ребенку осваивать новые пространства

Любые общественные места – торговые центры, кинотеатры, музеи, парки – могут стать площадкой для тренировок. Покажите, как в них ориентироваться с помощью указателей. Вместе разбирайтесь с планами этажей и залов. Дайте ребенку самому найти на схеме место, где продают любимое мороженое или находится панда-парк, куда он так мечтает попасть, а потом помогите проложить путь к этой точке. По-

дойдите к делу творчески! Организуйте операцию по спасению заблудившегося Лунтика или ищите место встречи тайных агентов. Больше фантазии!

Играйте с пространством

Игра – это лучший способ сформировать любой навык ненавязчиво и с удовольствием. Она должна соответствовать возможностям ребенка в данный момент и постепенно усложняться, чтобы сохранить мотивацию и закрепить достигнутые успехи.

Вот несколько примеров игр для развития пространственной ориентации:

«Справа – слева». Договоритесь с ребенком, что каждый из вас в любой момент может сказать «справа» или «слева». Услышав это слово, игрокам нужно как можно скорее назвать любой предмет, который находится с соответствующей стороны в данный момент. В усложненном варианте можно ввести штраф за не услышанное слово или за неверный ответ. Не бойтесь, если игра кажется вам слишком примитивной. Детям нравится играть, а наши взрослые критерии им не интересны. В моем советском детстве была популярна довольно странная, с точки зрения взрослых, игра «Воздух». Каждый участник мог в любой момент времени (даже на уроке!) крикнуть «Воздух!», и все должны были быстро присесть и сложить руки домиком над головой. Глупо? Да. Но весело!

К тому же подобные игры отлично развивают и внимание.

«Сюрприз». Беспроигрышный вариант, чтобы заинтересовать ребенка. Кто не любит сюрпризы? Прячьте маленькие подарки друг для друга и описывайте, как их искать. Сначала вы готовите сюрприз для ребенка, а потом пусть и он для вас что-нибудь спрячет. Можно также использовать различные «шпионские» игры, прятать секреты, делать тайники – все зависит только от вашей фантазии.

«Поиски клада» – праздничный вариант предыдущей игры. Здесь уже можно сделать что-то более сложное и загадочное, с увлекательным сюжетом, письмами-подсказками и прочими атрибутами классической игры в клад, которая неизменно будоражит воображение детей всех времен и народов.

«Помоги найти дорогу». В шутку притворитесь, что вы не знаете или забыли, куда идти. Пусть ребенок ведет вас в детский сад, в магазин, к бабушке или куда-нибудь еще. И не забывает при этом проговаривать свой путь, ведь вам надо его запомнить! На следующем уровне игры можно просить ребенка просто рассказать, как дойти куда-то.

«Отгадай, куда я иду», или лениво-диванная игра. Выходить никуда не нужно. Играть с ребенком можно на любимом диване, особенно хорошо дождливым вечерком. По очереди описывайте свой воображаемый поход в какое-то место, но не говорите, куда именно вы направляетесь. Например, «Я выхожу из подъезда и поворачиваю направо, иду до конца

дома и поворачиваю налево, потом иду прямо до первого киоска, который будет у меня по левую руку, встаю к нему спиной и иду прямо...» Главная задача – догадаться, куда придет водящий. Можно так же «ходить» по квартире. В более сложном варианте игры начинайте «идти» не от дома, а от выхода из метро, от детского сада или от магазина.

Все описанные варианты можно перенести на плоскость, но только если вы точно уверены, что ребенок освоился в трехмерном пространстве. Схемы, карты, планы – подойдет что угодно. Начинайте с самых-самых простых и только потом переходите к сложным. Ориентация на карте для дошкольника – это уже высший пилотаж!

Вот еще пара примеров игровых упражнений, которые входят в арсенал многих психологов и нейропсихологов, работающих со старшими дошкольниками и младшими школьниками, чтобы развивать у них ориентацию на плоскости.

«Муха». На листе бумаги рисуют квадрат, каждую его сторону делят на пять равных отрезков и прочерчивают сетку, чтобы получилось игровое поле из 25 ячеек. В центре рисуют муху, которая может двигаться по клеткам, но не наискосок. Каждый шаг – одна клетка. Вы «двигаете» муху, при этом проговариваете все ее передвижения, но не показываете их – вправо, вниз и так далее. Ребенок должен мысленно следить за мухой, и как только она «вылетит» за пределы поля – «поймать» ее (хлопнуть в ладоши). На первых порах можно поиграть, показывая рукой, и только убедившись, что ребе-

нок правильно все понимает, продолжать уже без подсказок. Когда ребенок освоится, он тоже может быть водящим, а вам уже остается только «ловить» муху. Не нравится муха? Бейте комара! Хочется что-то более приятное? Нарисуйте бабочку! Более сложный уровень этой игры предполагает, что и поле вы не рисуете, а представляете квадрат и следите за перемещениями мухи в уме.

Спортсменам может больше понравиться аналог «Му-хи» – «Футбол». В игре также используется поле из клеток, на его противоположных сторонах отмечают ворота. «Мяч» движется из центра. Каждый шаг – одна клетка, наискосок ходить нельзя. Каждый игрок по очереди «двигает мяч». Если мяч влетает в ваши ворота, надо хлопнуть в ладоши, и тогда считается, что он отбит. Если не хлопнули – вам гол! Записывайте счет и снова начинайте с середины поля. В футбол можно играть командами.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.