

Консультация для родителей «Как помочь ребенку подготовительной группы преодолеть страх перед школой и неуверенность в себе»



Пока Ваш ребенок в детском саду, в подготовительной группе. Но очень скоро он пойдет в школу.

Разумеется, большинство детей, посещающих детский сад уверены в себе, активны, любознательны. Они самостоятельно могут справляться с трудностями обучения, находить выход из определенных ситуаций, умеют дружить и могут с легкостью наладить взаимоотношения в коллективе.

Однако, многие дети испытывают страх перед школой. Они уже слышали от воспитателей и родителей, что их ждет новая обстановка (помещение школы, классного кабинета), новый коллектив (ученики класса, учителя), новые для них требования к занятиям, домашние задания, оценки и многое другое. Зачастую, многие страхи передаются детям от их родителей.

Некоторые дети чувствуют себя скованно даже во время занятий в детском саду, теряются, если не знают ответа на вопрос, стесняются детей группы и воспитателя. Им не хватает смелости, уверенности в своих силах, даже если они знают ответы на вопросы. Большую роль играют свойства характера – нерешительность, стеснительность, замкнутость. Боязнь принять решение, страх перед ошибкой, страх быть осмеянным. Таким детям придется сложнее в адаптации к школе. И как следствие - могут сформироваться "школьные страхи": страх выйти к доске, страх не понять, что объясняет учитель, страх доказывать и отстаивать своё мнение, страх перед вопросом учителя по теме, страх получить плохую отметку, страх, что учитель сделает запись в дневник, страх наказания, страх родительского гнева за плохую

отметку, страх перед контрольной, страх присутствия завуча или другого учителя, страх, что родители пойдут на собрание и будут ругать...

Только родители могут помочь преодолеть страх перед школой, сделать школьную жизнь ребёнка насыщенной положительными эмоциями и радостью.

Рекомендации

1. Прежде всего, станьте другом Вашему ребёнку. Расспрашивайте у ребёнка, как прошёл день, какие события за день произошли, участвуйте в его жизни, общайтесь с ним по-дружески, давайте разумные советы, поддерживайте, хвалите даже за маленькие успехи и победы.

2. По возможности не пропускайте посещение детского сада, посещайте занятия по подготовке к школе.

3. Поощряйте желание ребёнка участвовать в конкурсах и выступлениях. Оказывайте посильную помощь в организации мероприятий в детском саду. Ребёнок будет видеть, что Вы небезразличны к его жизни в детском саду, возможно, ребёнку передастся Ваша активность, он будет следовать Вашему примеру.

4. Сводите ребёнка в школу на экскурсию. Расскажите, как можно подробнее о школе и школьной жизни, поделитесь своими положительными воспоминаниями.

5. Ведите беседы, читайте книги, расширяйте кругозор ребёнка, тренируйте внимание, память, развивайте логическое мышление.

6. Не делайте акцент на том, чтобы напичкать ребёнка знаниями перед школой. Гораздо важнее научить ребёнка обращаться с знаниями: уметь ставить цели, формулировать задачи и решать их, научиться исправлять ошибки, не бояться неизвестности, получать удовольствие от того, что делаешь, не страшиться неудач.

7. Убеждайте ребёнка в том, что у него существует достаточно способностей и возможностей, чтобы успешно справиться с трудностями (поговорите о том, что ребёнок умеет делать сам, затем, вместе разбирайте трудные ситуации).

8. Убеждайте ребёнка в том, что ребёнок ценен для других (просто потому, что он такой, какой он есть с его положительными качествами, уникальностью).

9. Поговорите с ребёнком о том, что в детстве с вами тоже такое случалось. При этом проявите сочувствие.

10. Объясните ребёнку, что бояться и переживать по какому-либо поводу важно в меру, чтобы быть собранным, а не парализованным в действиях.

11. Проявляйте терпение при объяснении ребёнку непонятного, причин страха, способов поведения и т.д., независимо от того, сколько раз это потребуется сделать. Отвечайте на все вопросы ребёнка.

12. Старайтесь не напоминать ребёнку о ситуациях, вызывающих страх, его переживаниях этих ситуаций, но всегда беседовать с ребёнком на данные темы, если он сам чувствует необходимость этого и проявляет инициативу.

13. Гуляйте на спортивных площадках, во дворе — там, где много детей; посещайте театры, парки. Не запрещайте общаться с детьми и приводить их к себе домой.

14. Научите ребёнка верить в себя, в свои силы и способности. Дайте ребёнку «право на ошибку», научите признавать и принимать неудачи, не драматизируйте ситуацию в присутствии ребёнка.

15. Составьте с ребёнком распорядок дня, обращайтесь к его вниманию на режим. Ребёнок должен отдыхать, играть и гулять на свежем воздухе.

16. Будьте всегда начеку. Будьте в курсе событий в жизни Вашего ребёнка. С кем он дружит, чем занимается в свободное время и на прогулке.

17. Всегда говорите, что успех – это, прежде всего, радость познания наук, это победа, это стремление стать умнее, мудрее. Говорите о важности учебы и дружбы в школе. Рассказывайте о правилах поведения и обязанностях школьника, помогите ему, чтобы учение было весёлым, интересным, радостным и необычным.

18. Не забывайте, что ребёнку в этом возрасте нужно играть. Играйте в развивающие, логические и ролевые игры. Поиграйте, например, в школу или детский сад, предложите ребенку самому быть в роли воспитателя или учителя.

Правила, которые помогут Вашему ребенку адаптироваться в детском коллективе (школе).

Не отнимай чужого, но и свое не отдавай.

Попросили – дай, пытаются отнять – старайся защититься.

Не дерись без причины.

Зовут играть – иди, не зовут – спроси разрешения играть вместе, это не стыдно.

Играй честно, не подводи своих товарищей.

Не дразни никого и не выпрашивай ничего у одноклассников. Два раза ни у кого ничего не проси.

Не расстраивайся и не плачь из-за отметок. Никогда не спорь по поводу отметок с учителем и не обижайся на него. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обязательно у тебя будут.

Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.

Старайся быть аккуратным.

Говори чаще: «Давай дружить», «Давай играть», «Давай вместе пойдем домой».

Всегда помни: ты не лучше всех, но и не хуже всех! Ты – неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

Напечатайте и вывесите эти правила где-нибудь на видном месте в квартире или в комнате ребёнка. Обязательно обращайтесь внимания на них, хотя бы один раз в неделю. Договоритесь с ребёнком о времени, когда вы будете обсуждать, какие правила выполнил ребёнок, а какие – ему не удалось выполнить. Выявите причину невыполнения. Правила можно дополнить своими, важными именно для Вас пунктами.

Что не нужно делать.

Не надейтесь, что ребёнок всему научится в школе сам, самостоятельно справится с адаптационным периодом.

Не отмахивайтесь от его страха.

Не говорите, что он ведет себя глупо.

Не обвиняйте ребенка в трусости и не стыдите его.

Не стоит сравнивать ребёнка со сверстниками, высказывая негативные суждения по отношению к своему ребёнку.

Никогда не ищите виноватых.

Не нужно ругать ребёнка за страх.

Не твердите ему, что ничего тут страшного нет, бояться нечего (для ребенка его страх вовсе не кажется пустяком).

Не пугайте ребенка школой, занятиями и учителями.

Может так получиться, что справиться с неуверенностью и страхами до поступления в школу не удастся. В этом случае нужно поговорить с учителем и школьным психологом, вместе разработать выход из сложившейся ситуации.\