

Памятка для родителей дошкольников
«Как помочь ребенку подготовиться к школе?»

СФЕРЫ	Рекомендации
физиологическая	<ol style="list-style-type: none"> 1. Соблюдение режима дня; 2. Сбалансированное питание; 3. Прогулки на свежем воздухе; 4. Одежда не должна стеснять движения ребенка; 5. Закаливание (после консультации с педиатром); 6. Утренняя зарядка; 7. Физкультминутки и подвижные игры.
умственная	<ol style="list-style-type: none"> 1. Беседуйте с ребенком, используя продвинутый словарный запас. Вовлекайте его в разговоры взрослых. Читайте ему вслух. 2. Поощряйте исследовать окружающий мир. 3. Избегайте стрессов: стресс может отрицательно влиять на способности к обучению, поскольку наносит ущерб проводящим путям между лимбической системой и префронтальной корой. Наиболее тяжелые стрессы могут отражаться на памяти. 4. Учите ребенка классифицировать предметы и явления, сравнивать их между собой. Поощряйте его попытки анализировать и оценивать разные стороны окружающего мира.
мотивационная	<p>➤ ЦЕЛЬ: воодушевить и объяснить, зачем учиться, донести, что школа и уроки – дело хорошее. Ваша задача посеять учебную мотивацию, а вызревать она будет дальше с годами</p> <p><u>Способы развития интереса к новому:</u> ИГРА (в профессии, в школу); Разговор: Побуждать мечтать и представлять его будущее, задавать вопросы, чем ты хочешь заниматься, кем стать. Так, вы подводите его к мысли о захватывающем, интересном мире знаний и умений, который его ожидает; Наблюдение и подражание (как, например, трудитесь усидчиво вы, как в фильме, книге или мультике герои учатся в школе)</p>
социально-психологическая	<p>Обратите внимание на мир взрослых людей: показать, как с кем общаться, к кому можно обратиться за помощью и в каких ситуациях; Дать необходимые номера телефонов; Обучите, расскажите, как действовать в той или иной ситуации (повседневной или чрезвычайной). Делайте это мягко, не заставляйте (есть очень чувствительные и стеснительные дети, для которых сложно выполнить такие задачи)</p>
эмоционально-волевая	<p>Понимать эгоцентризм ребенка (когда ему в силу возраста сложно оценить и понять настроение, потребности других людей). Учить ребенка распознавать его эмоции и рассказывать о них: не просто плакать, а говорить: «мне обидно, я возмущен, мне грустно». И детей периодически необходимо ставить в такие условия, когда они будут понимать, как себя чувствуют другие (чтобы получилось, как в стихотворении: «Мама спит, она устала... Ну и я играть не стала»)</p>