

# Модуль 1. Возрастные и психологические особенности детей раннего и дошкольного возраста

## Лекция 3.

### *Психологическая готовность ребенка к школьному обучению. Кризис 7 лет.*

Целенаправленное формирование общекультурной и гражданской идентичности личности выступает как *актуальная задача* воспитания ребенка на первых ступенях его включения в социализацию. Необходимо ускоренное совершенствование образовательного пространства с целью оптимизации общекультурного, личностного и познавательного развития детей, создание условий для достижения успешности всеми учащимися.

Сегодня все большее признание получает положение о том, что в основе успешности обучения лежат общие учебные действия, имеющие приоритетное значение над узкопредметными знаниями и навыками.

Целью образования становится общекультурное, личностное и познавательное развитие учащихся, обеспечивающее такую ключевую компетенцию, как умение учиться. Достижение этой цели лежит через решение учебных задач, через овладение научными понятиями, умение получать информацию самостоятельно, через поиск и развитие своей индивидуальности, образа «Я». Нужны методы и приемы, которые обеспечивают становление самостоятельной творческой учебной деятельности учащегося, направленной на решение реальных жизненных задач. Признанными подходами здесь выступают деятельностно ориентированное обучение; учение, направленное на решение проблем (задач); проектные формы организации обучения.

В рамках деятельностного подхода в качестве общеучебных действий рассматриваются основные структурные компоненты учебной деятельности (теория РО Д.Б.Эльконина-В.В.Давыдова). Их сформированность является одной из составляющих успешности обучения в школе. Модель оценки уровня сформированности включает оценку всех ее компонентов: мотивов, особенностей целеполагания, учебных действий, контроля и оценки.

Одной из форм деятельностного обучения является организация совместной деятельности на уроках, основная цель которой – научить детей умению учиться.

Анализ психолого-педагогической литературы позволяет отметить, что большинство исследователей (В.В. Давыдов, В.В. Агеев, В.В. Рубцов, Г.А. Цукерман и др.) считают общую цель объединяющим фактором деятельности и полагают, что структура совместной деятельности подобна индивидуальной.

Основным условием включения субъективного опыта в коллективно-распределенную деятельность мы считаем организацию диалогического взаимодействия. Вследствие того, что в процессе рефлексии индивид не просто присваивает определенную сумму знаний, а

сам становится создателем оригинального продукта, необходима социальная апробация полученных результатов, психологически принимающих форму обращения к другому человеку, к самому себе, к тексту.

Продуктом речевого взаимодействия собеседников при любом типе общения будет текст. Рефлексивное освоение текста проходит в двух направлениях: а) слушатель – текст – автор; б) читатель – текст – автор.

Читатель своими вопросами, выражениями включает текст в диалог не только с самим собой, но и в культурную среду, окружающую героя. «Присваивая» художественное произведение, читатель преобразует его для себя, раскрывает скрытые возможности текста.

Таким образом, коллективно-распределенная деятельность включает субъективный опыт ученика в форме диалога «с собой», диалога с другим, диалога с текстом.

Достижение умения учиться предполагает полноценное освоение школьниками всех компонентов учебной деятельности, включая: 1) познавательные и учебные мотивы; 2) учебную цель; 3) учебную задачу; 4) учебные действия и операции (ориентировка, преобразование материала, контроль и оценка). Умение учиться – существенный фактор повышения эффективности освоения учащимися предметных знаний, формирования умений и компетенций, образа мира и ценностно-смысловых оснований личностного морального выбора.

Универсальный характер учебных действий проявляется в том, что они носят надпредметный,

метапредметный характер; обеспечивают целостность общекультурного, личностного, и познавательного развития и саморазвития личности. Универсальные учебные действия обеспечивают этапы усвоения учебного содержания и формирования психологических способностей учащегося.

В составе основных видов универсальных учебных действий, соответствующих ключевым целям общего образования выделяют 4 блока: 1) личностный; 2) регулятивный (саморегуляция); 3) познавательный; 4) коммуникативный.

Личностные действия обеспечивают ценностно-смысловую ориентацию учащихся (знание моральных норм, умение соотносить поступки и события с принятыми этическими принципами, умение выделить нравственный аспект поведения) и ориентацию в социальных ролях и межличностных отношениях. Применительно к учебной деятельности отмечают три вида личностных действий:

- личностное, профессиональное, жизненное самоопределение;
- смыслообразование, т.е. установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом, другими словами, между результатом учения и тем, что побуждает деятельность, ради чего она осуществляется. Ученик должен задаваться вопросом: какое значение и какой смысл имеет для меня учение? – и уметь на него отвечать.
- нравственно-этическая ориентация, в том числе и оценивание усваиваемого содержания, обеспечивающее личностный моральный выбор.

Регулятивные действия обеспечивают учащимся организацию их учебной деятельности. К ним относятся:

- \* Целеполагание как постановка учебной задачи на основе соотнесения того, что уже известно и усвоено учащимися, и того, что еще неизвестно;
- \* планирование – определение последовательности промежуточных целей с учетом конечного результата; составление плана и последовательности действий;
- \* прогнозирование – предвосхищение результата и уровня усвоения знаний, его временных характеристик;
- \* контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона;
- \* коррекция – внесение необходимых дополнений и корректив в план и способ действия в случае расхождения эталона, реального действия и его результата;
- \* оценка – выделение и осознание качества и уровня усвоения;
- \* саморегуляция как способность к мобилизации сил и энергии, к волевому усилию и к преодолению препятствий.

Познавательные универсальные действия включают: общеучебные, логические, а также постановку и решение проблемы.

Общеучебные универсальные действия:

- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств;
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности.

Постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.

Особую группу общеучебных универсальных действий составляют знаково- символические действия:

- моделирование – преобразование объекта из чувственной формы в модель, где выделены существенные характеристики объекта (пространственно-графическая или знаково-символическая);
- преобразование модели с целью выявления общих законов, определяющих данную

предметную область.

**Коммуникативные действия** обеспечивают социальную компетентность и учет позиции других людей, партнеров по общению или деятельности; умение слушать и вступать в диалог; участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие и сотрудничество со сверстниками и взрослыми. К коммуникативным действиям относятся:

- планирование учебного сотрудничества с учителем и сверстниками – определение цели, функций участников, способов взаимодействия;
- постановка вопросов – инициативное сотрудничество в поиске и сборе информации;
- разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
- управление поведением партнера – контроль, коррекция, оценка его действий;
- умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.

В начале школьного обучения **личностные универсальные учебные действия** самоопределения, смыслообразования и нравственно-этической ориентации определяют личностную готовность ребенка к обучению в школе. Личностная готовность включает мотивационную и коммуникативную готовность, сформированность Я-концепции и самооценки, эмоциональную зрелость ребенка. Сформированность Я-концепции и самосознания характеризуется осознанием ребенком своих физических возможностей, умений, нравственных качеств, переживаний (личное сознание), характера отношения к нему взрослых, определенным уровнем развития способности адекватно и критично оценивать свои достижения и личностные качества.

Для успешного обучения в начальной школе должны быть сформированы следующие познавательные универсальные учебные действия: общеучебные, логические, действия постановки и решения проблем.

Одно из важнейших познавательных универсальных действий – умение решать проблемы или задачи.

Усвоение общего приема решения задач в начальной школе базируется на сформированности логических операций – умении анализировать объект, осуществлять сравнение, выделять общее и различное, осуществлять классификацию, сериацию, логическую мультипликацию (логическое умножение), устанавливать аналогии. Решение задачи выступает и как цель, и как средство обучения. Умение ставить и решать задачи является одним из основных показателей уровня развития учащихся, открывает им пути овладения новыми знаниями.

При обучении различным предметам используются задачи, которые принято называть учебными. С их помощью формируются предметные знания, умения, навыки. Особенно на уроках математики, где в основном используются математические способы решения.

Общий прием решения задач включает: знания этапов решения, способов решения, типов задач, оснований выбора способа решения, а также владение предметными знаниями.

Общий прием решения задач должен быть предметом специального усвоения с последовательной отработкой каждого из составляющих его компонентов. Овладение этим приемом позволит учащимся самостоятельно анализировать и решать различные типы задач.

Описанный обобщенный прием решения задач применительно к математике в своей общей структуре может быть перенесен на любой учебный предмет.

Влияние специфики учебного предмета на освоение рассматриваемого универсального учебного действия проявляется прежде всего в различиях смысловой работы над текстом задачи. Так, при решении математических задач необходимо абстрагироваться от конкретной ситуации, описанной в тексте, и выделить структуру отношений, которые связывают элементы текста. При решении задач предметов гуманитарного цикла конкретная ситуация, как правило, анализируется не с целью абстрагирования от ее особенностей, а наоборот, с целью последующего обобщения полученной предметной информации.

Работа по формированию универсальных учебных действий у младших школьников ведется по его четырем основным видам:

- Личностный
- Регулятивный

- Познавательный
- Коммуникативный

### **Психологическая готовность к школьному обучению.**

Перед родителями встает вопрос: готов ли мой ребенок к школе? Как это узнать?

К сожалению, нередко родители понимают под готовностью ребенка к школе только умения ребенка читать, писать, считать – то есть то, чему его должны научить именно в школе. Однако раннее овладение учебными умениями, определенная сумма знаний не гарантируют вашему ребенку успешной школьной жизни.

Готовность ребенка к обучению в школе зависит от того, насколько он **развит физически, психически, умственно и лично, а также каково состояние его здоровья**. Комплекс всех этих факторов определяет уровень такого развития ребенка, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут впоследствии к нарушению его здоровья. У детей, не подготовленных к систематическому обучению, труднее и дольше проходит период адаптации (приспособления) к школе, у них гораздо чаще проявляются различные трудности обучения, приводящие нередко к неуспеваемости.

Следует говорить о целом комплексе готовности ребенка к обучению в школе:

- 1. Психологическая** готовность проявляется в том, что школа привлекает ребенка не только внешней стороной (желание иметь портфель, тетради и т.д.), но возможностью получить новые знания. При этом ребенок владеет необходимыми средствами познавательной деятельности: у него развиты речь, память, мышление, воображение, пространственные представления.
- 2. Интеллектуальная (умственная, когнитивная)** готовность означает наличие кругозора, запаса конкретных знаний, интереса к ним, понимание связи между явлениями.
- 3. Социально-личностная** готовность проявляется в умении и потребности ребенка общаться со взрослыми, сверстниками, в умении действовать вместе с другими, подчиняться интересам группы, умении слушать и выполнять инструкции учителя, навыках коммуникативной инициативы. Кроме того, ребенок должен уметь преодолевать трудности и относиться к ошибкам как к определенному результату своего труда.
- 4. Физиологическая** готовность – уровень физиологического развития, уровень биологического развития, состояние здоровья.

К школьному возрасту дети приходят с разным багажом опыта — знаниями, умениями, навыками, привычками. Впоследствии каждый из них научится читать и считать и, может быть, даже станет грамотным, но к моменту поступления в школу важнее иметь не конкретные сформированные навыки, а способность воспринимать и усваивать новый материал, т. е. способность ребенка к обучению.

Наблюдая за ребенком, общаясь с ним каждый день, родитель может сам определить готовность своего ребенка к школе. **Тест прилагается.**

Если результаты вас разочаровали, то помните, что ребенок не рождается первоклассником. Готовность к школе — это комплекс способностей, поддающихся упражнению. Упражнения, задания, игры, выбранные вами для развития ребенка, легко и весело можно выполнять с мамой, папой, бабушкой, старшим братом — со всеми, кто располагает свободным временем и желанием заниматься. При подборе заданий обратите внимание на слабые места своего ребенка. Полезно, чтобы он все-таки умел читать и немного писать, считать — если ребенок опережает требования программы, он будет лучше себя чувствовать в школе.

Вы можете дать волю своей фантазии и видоизменять задания, а можете точно придерживаться инструкции, — в любом случае ваш ребенок растет и приближается к школе. Но помните, пожалуйста, несколько простых правил:

1. Занятия с ребенком должны быть обоюдно добровольными;
2. Их длительность не должна превышать 35 минут;
3. Не пытайтесь предлагать ребенку задания, если он утомлен;
4. Постарайтесь, чтобы занятия имели регулярный характер — «мозговой штурм» при подготовке к школе не слишком эффективен;
5. Искренне хвалите ребенка за успехи.

Если вы опасаетесь за успехи своего ребенка, советуем вам не сосредоточиваться на выработке конкретных навыков — не стоит «дрессировать» его на сложение и вычитание, чтение по слогам.

Методические приемы обучения в начальной школе постоянно меняются, существует множество авторских программ, и ваши усилия могут пойти вразрез с ними, что только затруднит в дальнейшем обучение ребенка.

Куда полезнее будет использовать общеразвивающие упражнения, полезные для укрепления восприятия, памяти, внимания, тонкой моторики рук. Учите ребенка обращать внимание на то, как звучат слова — предлагайте ему внятно повторять слова, как русские, так и иностранные, знакомые и незнакомые («электрификация», «магистратура» и т. д.).

Разучивайте с ним стихи, скороговорки и сочиняйте сказки. Просите повторять наизусть услышанный текст и пересказывать его своими словами. Вспомните коллективные игры типа «Барыня прислала сто рублей», «Я садовником родился...» — они развивают произвольность действий, сосредоточенность, обогащают речевой запас детей.

Очень полезно запоминать различные предметы, их количество и взаиморасположение; обращайтесь внимание ребенка на детали пейзажа и окружающей обстановки. Не забывайте почаще просить его сравнивать различные предметы и явления — что в них общего и чем они отличаются.

Предложите ребенку запомнить последовательность цифр (например, номера телефонов).

Хорошо стимулируют развитие концентрации внимания игры-лабиринты, в которых нужно «проследить» дорожку персонажа, а также задание на сравнение двух почти одинаковых рисунков.

Не пренебрегайте занятиями, развивающими и укрепляющими мелкие движения рук: лепка, рисование, аппликации, игры с конструкторами типа LEGO — все это создает предпосылки для формирования хорошего почерка и способствует развитию мышления ребенка. Используйте подручные средства — можно отделить горох от кукурузы или бобов, рассортировать пуговицы, разложить спички.

**Родителям следует обратить внимание и на некоторые другие показатели развития ребенка:**

#### **Развитие речи и готовность к овладению грамотой**

- Умение интонационно выделять заданный звук в начале слова;
- Умение различать гласные и согласные звуки.
- Умение членить слова на слоги.
- Умение строить простые предложения из 4 и более слов.
- Умение использовать обобщающие понятия, подбирать определения к существительному.
- Умение составлять маленькие рассказы о предметах, событиях.
- Умение самостоятельно, последовательно передавать содержание небольших литературных текстов.

#### **Развитие элементарных математических представлений**

- Уметь назвать домашний адрес, телефон, полные имена родителей, перечислить состав семьи.
- Умение ориентироваться на листке клетчатой бумаги.

#### **Кругозор ребенка**

- Умение делить круг, квадрат на две и четыре части.
- Умение считать и отсчитывать предметы заданного количества.
- Умение называть предыдущее и последующее число от заданного.
- Знание цифр: 0, 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9.
- Умение соотносить цифру и число предметов.
- Умение измерять длину предметов с помощью условной меры.
- Умение различать и называть геометрические фигуры: круг, квадрат, треугольник.
- Иметь общие понятия о профессиях, занятиях взрослых.
- Знать правила поведения в общественных местах.
- Знать правила безопасного поведения на улице.
- Иметь общие представления о временах года, сезонных явлениях.
- Знать названия месяцев, дней недели и их последовательность.
- Знать названия частей суток и их последовательность.

И, как бы ни продвигались объективные успехи вашего ребенка, старайтесь создавать здоровый настрой перед школой, при котором он бы стремился к знаниям, не боялся плохих отметок и был уверен в том, что, отличник или двоечник, он все равно для вас самый любимый!

#### **Кризис семи лет**

Возраст семи лет является переломным во всех смыслах этого слова. Меняются окружение, требования старших, стиль общения и способы преподнесения себя миру, а главное – самооценка и самоотношение.

В психологии кризис обозначает завершение одного этапа и переход на другой, качественно новый. И всегда что-то с этим этапом заканчивается, уступая место новому, обычно более сложному. Это период, который длится около года и знаменуется психическими изменениями, часто достаточно резкими. Возраст семи лет – это этап смены ведущей деятельности (с игровой на учебную), который совпадает со сменой социального института – с детского сада на школу, где совсем другие правила, что часто вызывает растерянность. В первые полгода адаптации многие дети, как кажется на первый взгляд, начинают отставать, но на самом деле они просто адаптируются. Семь лет – обозначение относительное, кризис может начаться и в шесть, и в восемь. Это зависит от индивидуальных физических и личностных особенностей ребенка, социальной среды, окружения, семейной ситуации и т. д.

### **Рождение социального «я»**

Кризис семи лет обозначает период рождения социального «я» ребенка. Он начинает воспринимать себя больше через призму окружающих, их мнение и поведение, а также, расширяя социальные связи, сам влияет на все большее количество людей вокруг. Он начинает отражать и отражаться в других, формируя свою личность, меняя структуру поведения. Начинается этап формирования уверенности в себе.

Переживания носят уже более осознанный характер, формируя устойчивые реакции на повторяющиеся ситуации. Ребенок начинает понимать и различать свои чувства и неизбежно встречается с противоречиями между ними: интерес и страх одновременно к новому человеку, невозможность выбрать между одной игрушкой и другой. Появляется конфликт желания и необходимости, когда уже есть ряд правил, которым он следует, и есть непреодолимые личные желания и интересы. С такими разными состояниями одному справиться пока сложно.

**Взрослому здесь важно быть поддержкой, делиться своим опытом и своими чувствами. Рассказать о том, что сам иногда не может принять решение, и описать, что помогает все же это сделать. Озвучить свои настроения, связать их с событиями, описать ощущения.**

Ребенку необходимо учиться встречаться со своей злостью, обидой, разочарованием и смущением, знать, что это нормально, уметь их выражать и проявлять безопасно для себя и окружающих. Дети тонко чувствуют настроения близких, не всегда умея дать им название. Родителям нужно быть честными по отношению к своим чадам, искренне говоря о том, что с ними происходит внутри. Иначе доверие к собственным чувствам у ребенка может пропасть. Взрослый для них – неоспоримый авторитет, и если мама и папа демонстрируют радость и счастье, а ребенок в этот момент чувствует грусть от них, то он скорее поверит родителям, чем себе. Тогда чувства, способность к эмпатии, только начинающие развиваться и осознаваться, серьезно блокируются, появляется недоверие к себе, неуверенность.

### **Усложнение эмоционально-мотивационной сферы**

Мы можем наблюдать, как меняются приоритеты, – то, что было значимо раньше, становится второстепенным. Внутренняя и внешняя жизнь дифференцируются, разделяются за счет усложнения эмоционально-мотивационной сферы. Появляется процесс оценки будущего поступка с точки зрения его результатов и последствий, установления причинно-следственных связей между событиями, действиями, словами. Получая наказания или чувствуя недовольство взрослого, ребенок может начать скрывать свои поступки, чувства и мысли. В его поведении появляются большая демонстративность и наигранность. Кривляния и манерность в период кризиса семи лет, так часто раздражающие взрослых, на самом деле говорят о естественном, нормальном и эффективном процессе прохождения этого возрастного этапа. Ребенок социализируется, делает попытки предъяснить себя миру в разных ролях и образах, наблюдая за реакцией окружающих и формируя оптимальное на свой взгляд поведение. Детская непосредственность, характерная дошкольному возрасту, может на время уступить место адаптивному дитя.

**Кривляния можно поддерживать, давая этому место и ограниченное время. Например, в игре, где нужно как можно больше подучиться, сыграть роль кого-то**

**другого, героя сказки или мультфильма. После таких игр хорошо бы выполнить упражнения, возвращающие в себя, успокаивающие и уравнивающие.**

## **Начало учебной деятельности**

Возраст семи лет знаменуется и появлением учебной деятельности в жизни ребенка. Хорошо, если до поступления в школу у малыша была возможность посещать детский сад, развивающие занятия или любые другие кружки и секции, где он мог получить опыт общения с другими детьми, взаимодействия в группе, а также деятельности в рамках правил, с поставленными педагогами перед детьми задачами. Еще лучше, если этот опыт был разнообразным. Имеется в виду количество детей в группе, условия пребывания и виды деятельности. Важно, чтобы занятия в дошкольном возрасте были дозированы, большая часть дня должна быть выделена на свободную игру.

Несмотря на общительность ребенка и адаптированность к группам сверстников и образовательному процессу, сложности в привыкании к классу, школе, учителям и учебе в целом могут все равно возникнуть. И этого не нужно бояться, нормальный процесс адаптации к школе может продлиться порядка полугода. Во-первых, ребенок уже не получает стольких похвал за любое достижение, как было в дошкольном возрасте. Теперь, для того чтобы заслужить одобрение или похвалу, нужно действительно сильно потрудиться.

Часто бывает, что родители ждут мгновенных успехов и проявления лидерских способностей. Не наблюдая этого, они могут демонстрировать разочарование в своем чаде, делать попытки мотивировать на высокий результат и рейтинг среди одноклассников. Можно часто наблюдать появление соревновательного момента среди родителей, «толкающих» своих детей к цели. Их стремления создать ребенку установки быть лучшим, быть успешным, быть первым приводят к ограничению свободы выбора ребенка, исключению права на ошибку, множеству страхов не оправдать надежды мамы или папы и быть ими отвергнутым. Результат может быть разным. Родители либо получают отличника, впадающего в панику от любой четверки, а впоследствии и от любой

«неудачи», либо ребенка, решившего никогда не быть первым и лучшим, не доводить что-либо до результата – наперекор родителям или из страха разочаровать.

Многие современные родители и педагоги придерживаются другой крайности – абсолютной свободы выбора и самопредъявления. С одной стороны, такая позиция (не ставить оценок в школе, не заставлять соревноваться, учить не давать сдачи) приводит к сильному снижению общей тревоги у всего поколения, базальной тревоги, личностной. Но с другой, это подрывает веками складывавшуюся в мире систему ценностей и волю (мотивацию) к развитию и стремлению быть лучше, чем вчера. Но мы раньше никогда не жили в таких социально-исторических условиях – поэтому, на наш взгляд, вообще нельзя сказать, какой подход правильный. Несомненно одно – следует избегать крайностей, позволять предъявлять себя миру открыто, заботиться о себе и своей безопасности и учиться эмпатии и бережности к окружающим. «Свобода махать руками заканчивается там, где начинается чужой нос» – в семь лет настает время это осознать и применять на практике.

**Поднимая вопрос мотивации к учебному процессу, нельзя забывать об эмоциональном аспекте. Положительные эмоции, получаемые в процессе обучения и возникающие в результате удовлетворения актуальных потребностей ребенка, формируют мотивы посещать школу, выполнять домашние задания, учиться.**

## **Конфликт лояльности**

При разногласиях взрослых в вопросах воспитания и помощи в обучении у ребенка может возникнуть конфликт лояльности, приводящий к игнорированию школы, индифферентному к ней отношению. Например, мама не довольна, как бабушка делает

уроки с сыном, а бабушка доказывает свою правоту. Ребенок встает перед выбором – выбрать маму и учиться плохо или выбрать бабушку и учиться хорошо, доказав ее положительное влияние на процесс подготовки. Чтобы не выбирать, сын может заболеть и не ходить в школу совсем. Или же в семье возникнут обстоятельства, мешающие ему ходить в школу. Важно не вмешивать детей в разногласия между взрослыми и прояснять их при появлении. Вытесненный и неразобранный вовремя семейный конфликт неизбежно проявится через младших членов семьи.

## **Освоение азов тайм-менеджмента**

Важным фактором успешной адаптации к учебному процессу служит распорядок дня. Режим нужно менять для того, чтобы ребенок успевал набираться сил и отдыхать перед следующим напряженным учебным днем. Нагрузка в первом классе уже достаточно серьезная для неокрепшего организма, не говоря о том, что в настоящее время к поступлению в школу ребенок

уже должен быть хорошо подготовлен и развит. Навыки тайм-менеджмента необходимо осваивать, начиная с семи лет.

Вместе с родителями и педагогами важно учиться выделять главное и второстепенное в домашних заданиях, сложное и легкое. Если ребенку сначала дать легкое задание, в котором он преуспеет и увидит результат, он с большим энтузиазмом примет за более сложное. Большие задания можно делить на этапы и выполнять их чередуя с отдыхом или другими по виду и типу упражнениями. Например, нужно написать несколько строчек значков, крючков или букв, а ребенку это дается сложно, он делает это долго, явно утомляясь от сидения на одном месте. Можно предложить ему после каждой строчки вставать и разминаться или попросить руками и телом изобразить этот крючок, найти предметы в окне, на него похожие, и т. д. Главное, чтобы произошла смена позы, фокуса внимания и каналов восприятия окружающего мира (вместо зрительного, например, можно предложить слуховой или обонятельный).

При увеличении нагрузки на умственную деятельность важно уделять внимание и физической активности. Хорошо, если в расписании появится спортивная секция, если, конечно, она еще не появилась в дошкольном возрасте.

### **Владение информацией, как вести себя в сложной школьной ситуации**

Важно давать информацию ребенку о том, как ему стоит повести себя в сложной ситуации в школе. Зная о его физиологических или личностных особенностях, постарайтесь озвучить возможные действия в моменты, которые могут вызвать страх, стыд, дискомфорт. Например, если у ребенка энкопрез (неспособность контролировать акт дефекации), он должен знать, как осуществить гигиенические процедуры, куда убрать грязное белье и где взять чистое. Как ни странно, родители часто упускают такие моменты из виду.

В школе (и детском саду) могут возникнуть сложности с установлением контакта и, как следствие, конфликты со сверстниками. Наблюдая за поведением ребенка, задавая открытые вопросы о том, что его обрадовало или огорчило за день (и другие подобные), можно прояснить с какими проблемами он сталкивается. Проигрывание сюжетов с различными вариантами реакции даст ребенку большую устойчивость при повторении конфликта. В этой ситуации важно иметь возможность освоить разные позиции участников истории, меняясь ролями.

В семь лет дети еще воспринимают сказки. История о сказочном персонаже, который преодолел ту же проблему, что и ребенок, поможет получить новый опыт, которого в реальной жизни еще не было. Для этого можно придумать героя с некоторыми похожими на ребенка чертами или со схожей ситуацией, описать его чувства и переживания и то, как он справился с опасностью и получил приз в виде радости, друга, долгожданной встречи и т. п.

### **Совпадение кризисов членов семьи**

Нужно заметить, что кризис семи лет может совпасть с родительским кризисом 30 лет, связанным также с пересмотром своих ценностей и целей, самоопределением. Семье в этот период приходится не просто: меняется мировоззрение сразу у двух поколений, происходят функциональные изменения. Иногда добавляется и кризис пожилого возраста у бабушки и дедушки. Тогда родителям приходится брать на себя заботу и о старшем поколении – уход и материальное обеспечение. Взрослому не просто встречаться со своими нахлынувшими мыслями и чувствами, поэтому поддерживать ребенка в такой ситуации может оказаться трудно.

Даже, если кризисы не совпали, детский семилетний рубеж знаменует смену стадии семейного развития. У каждого члена семьи появляются новые обязанности, реформируется распорядок дня, взрослым тоже приходится расширять сферу общения, находить общий язык с учителями и другими родителями.

Со стороны педагогов необходимо информирование родителей о процессах, происходящих с ребенком и его семьей в кризисный период, для предотвращения осложнений на этом этапе возрастного развития.

До скорой встречи!