

САМАЕ БЯСПЕЧНАЕ МЕСЦА

ЗНАЙДЗІЦЕ ПЛЮСЫ Ў ШКОЛЬНЫМ ЖЫЦЦІ

— Некаторыя з бацькоў разважаюць прыкладна так: калі дзіцяці споўнілася шэсць гадоў, яно ўмее чытаць і пісаць, значыць, яго трэба аддаваць у школу. Але ўменне гэта рабіць зусім не азначае гатоўнасць да школы, — папярэджвае спецыяліст. — Для першакласніка куды больш важна ўмець грамадна пераказваць тэкст, абагульняць, параўноўваць і лагічна разважаць. На маю думку, шасцігодкі належаць больш усё ж такі дашкольнаму свету, чым школе: сапраўды, яны здольныя засвойваць вучэбны матэрыял, але толькі ў выглядзе гульні.

Трэба ведаць, што **гатоўнасць да школы — гэта складаны комплекс пэўных псіхафізіялагічных станаў, уменняў і навыкаў**. Здароўе будучага першакласніка — адзін з галоўных фактараў, які ўплывае не толькі на працягласць і паспяховасць адаптацыі да школы, але і на ўсё далейшае навучанне. Калі дзіця часта і доўга хварэе, то лепш адкласці знаёмства са школай.

«Ёсць маленькія «прафесары», якія ўсё ведаюць і ўсё ўмеюць, вось толькі не ўмеюць узаемадзейнічаць ні з дарослымі (акрамя членаў сваёй сям'і), ні з іншымі дзецьмі».

У вялікай ступені здольнасць да навучання залежыць ад генетычнай спадчыннасці, але не менш могуць паўплываць і характар працякання цяжарнасці, заўчасныя роды. За шэсць гадоў усё быццам бы забылася, але насамрэч гэтыя фактары сур'ёзна ўздзейнічаюць на далейшае развіццё немаўляці, у такіх дзяцей зніжаны адаптацыйны рэсурс. А навучанне ў школе — гэта сур'ёзная нагрузка. Таму фізіялагічную сталасць ні ў якім разе нельга скідаваць з рахунку.

Абавязкова трэба звяртаць увагу на сацыяльную гатоўнасць дзіцяці да навучання — пад ёй трэба разумець патрэбу малага ў зносінах з іншымі, настрой на працу і супрацоўніцтва і пэўную самастойнасць (эмацыянальнае і псіхалагічнае сталасць). Ёсць маленькія «прафесары», якія ўсё ведаюць і ўсё ўмеюць, вось толькі не ўмеюць узаемадзейнічаць ні з дарослымі (акрамя членаў сваёй сям'і), ні з іншымі дзецьмі.

Гатоўнасць да школы — гэта яшчэ і наяўнасць матывацыйнай гатоўнасці, прычым малага павінен вабіць не проста вонкавы бок школьнага жыцця (новенькія ранец, падручнікі, сшыткі), а магчымасць атрымліваць новыя веды.

— Важна, што мы як бацькі транслюем сваім дзецям, калі яны ідуць у першы клас, — падкрэслівае Вольга Бык. — Калі ў нас быў негатывны вопыт і мы самі баімся школы, то несвядома будзем перадаваць сваю трывогу дзіцяці. Хаваць хваляванне — пазіцыя памылковая. Колькі б матуля ні

ўсміхалася, ні падбздэравала сябе, дзіця гэта адчуе. Таму раю пакапацца ў мінулым, разабрацца са сваімі страхамі і знайсці плюсы ў школьным жыцці. Можна паказаць школьныя фатаграфіі, прыгадаць цікавыя гісторыі, раскажаць пра настаўнікаў, якія адыгралі для вас важную ролю.

Трэба патлумачыць дзіцяці сэнс школы. Ты вучышся не для бацькоў, а для сябе, каб даведвацца штосьці новае, знайсці сваю любімую справу. Першы год навучання — пераломны перыяд у жыцці дзіцяці. Змяняецца яго сацыяльны статус, узрастае псіхаэмацыянальная нагрузка, яно спасцігае сябе ў новай сістэме грамадскіх адносін. Дзіця ідзе ў школу, дзе яму давядзецца наладжваць узаемаадносіны з аднакласнікамі і настаўнікам, таму ўменне прыслухоўвацца да іншых, саступаць і абараняцца будзе для яго зусім не лішнім, як і ўменне прытрымлівацца пэўных правілаў — гэтаму можна навучыць праз гульню. Таксама трэба прывучыць дзіця любую распачатую ім справу даводзіць да канца.

НЕ АДЫРАЙЦЕ ЦАЦКІ!

— Адаптацыя да школы — гэта працяглы працэс. Малым даводзіцца прыстасоўвацца да новай абстаноўкі, працоўнага рэжыму, калектыву і новых сяброў. Школа літаральна з першых дзён ставіць перад вучнем цэлы шэраг задач, не звязаных з яго папярэднім вопытам, патрабуе максімальнай мабілізацыі інтэлектуальных, эмацыянальных і фізічных рэсурсаў, — раскажае Вольга Бык. — Адаптацыя можа займаць ад некалькіх тыдняў да паўгода: усё залежыць ад індывідуальных асаблівасцяў дзіцяці, яго таварыскасці, адукацыйных нагрузкаў і ступені падрыхтаванасці дзіцяці да школьнага жыцця. Дзяўчаты, як правіла, адаптуюцца хутчэй за хлопчыкаў, бо яны больш камунікабельныя.

Найбольш складаныя — першыя чвэрты тыдзень з пачатку заняткаў. Менавіта ў гэты перыяд у найбольшай ступені праяўляецца напружанне ўсіх функцыянальных сістэм арганізма дзіцяці, звязанае са змяненнем звычайнага ладу жыцця. На што бацькам трэба звяртаць увагу? На змяненні ў паводзінах, зніжэнне моўнай актыўнасці, страту апетыту, парушэнні сну, няўстойлівы эмацыянальны стан. Калі на працягу двух-трох тыдняў стан дзіцяці ўваходзіць у норму — значыць, адаптацыя праходзіць без праблем, а калі парушэнні сталі больш працяглымі і рознымі, дзіця пачало скардзіцца на боль у жываце, у яго павысілася тэмпература цела — арганізм падае сігнал трывогі. Вельмі інфарматыўныя для бацькоў могуць быць малюнкi, з іх можна даведацца, як дзіця ўспрымае школу, новых сяброў і сваё месца ў школьным свеце.

Першакласніку давядзецца самому сябе абслугоўваць, таму вельмі важна, каб дзіця да моманту паступлення ў школу мела пэўную долю самастойнасці: умела завязваць шнуркі, зашпільваць гузікі, трымаць у парадку свой



Фота Марыны БЕГУНОВАЙ.

пакой, месца для заняткаў, цацкі, адзенне, абутак. Не варта рабіць за дзяцей тое, што яны ў стане зрабіць самі. Той жа партфель па першым часе можна збіраць разам з сынамі ці дачкой, але паступова перадаваць гэту функцыю малому. Вялікая памылка — адбіраць у дзіцяці цацкі і казаць: «Ты ўжо дарослы...» Гульнявая дзейнасць будзе прысутнічаць усю пачатковую школу.

Для таго каб малы прасцей прывыкаў да новых умоў жыцця і вучоба не здавалася яму цяжкім абавязкам, неабходна прывучыць яго выконваць распарадак дня. Гэта будзе спрыяць развіццю арганізаванасці, што дапаможа прасцей спраўляцца з вучэбнымі нагрузкамі. «А вось рэзка змяняць распарадак дня катэгарычна нельга — мы рызыкуем выклікаць у дзіцяці супраціўленне», — папярэджвае спецыяліст.

НЕ КРЫТЫКУЙЦЕ І НЕ АЦЭНЬВАЙЦЕ

— Школа — не камера захоўвання, куды бацькі здаюць сваіх дзяцей. Больш за ўсё на свеце ў першы год вучобы малым патрабуецца бацькоўская падтрымка, — падкрэслівае Вольга Бык. — Задача дарослых — актыўнае слуханне, бо першакласніку патрэбныя эмацыянальная разрадка і спачуванне. У зносінах з дзецьмі важныя павага і ўвага. Калі дзіця трапляе ў новае асяроддзе, дзе ўстаноўлены свае правілы і абмежаванні, абвастраецца страх памылкі, страх быць дрэнным у вачах дарослых. Трэба патлумачыць, што памылкі робяць усе, можна прывесці прыклады з уласнага мінулага...

А вось калі бацькі выходзяць «чэмпіёна», прад'яўляюць да дзіцяці вельмі строгія патрабаванні — гэта сапраўдная бяда, — заўважае псіхолаг.

— Калі яны кажуць пастаянна: «Ты павінен добра вучыцца, добра сябе паводзіць...» — у малага ўзнікае страх. А калі я не буду добра вучыцца, мяне не будуць любіць? У такім выпадку школа можа разглядацца ім ужо як вораг, які можа пазбавіць бацькоўскай любові. У дзіцяці можа нават развіцца нейроз. Ні ў якім разе нельга дапусціць у доме культу адзнак. Мы павінны любіць дзіця такім, якое яно ёсць, не крытыкаваць, не параўноўваць яго з іншымі, а звяртаць увагу толькі на яго асабісты прагрэс: што ў яго атрымалася лепш, чым учора ці пазаўчора.

Сям'я — гэта безумоўная любоў. Ацэньвае знешні свет, а бацькі не павінны ацэньваць. У першым класе дзеці любую крытыку ўспрымаюць не як крытыку свайго ўчынку, а як крытыку сваёй асобы, таму трэба быць вельмі асцярожнымі са словамі.

Забудзьцеся пра фразы кшталту «Што ты сёння атрымаў?» ці «Якія поспехі ў школе?» Лепш запытайцеся ў малага, што было на ўроках цікавага, чаму ён навучыўся, з кім пазнаёміўся, чым займаўся з новымі сябрамі, як прайшоў яго дзень. Самае галоўнае заахвочванне — гэта словы. Трэба ямага часцей казаць дзецям: «Ты мой герой!», «Я ў цябе веру», «Ты справіўся», «Я табой ганаруся», «Ты мяне радуеш...»

Яшчэ адна важная ўмова паспяховай адаптацыі — узаемадзеян-

не бацькоў з педагогам. Трэба абавязкова знайсці з ім агульную мову, а для гэтага варта часцей заходзіць у школу. Увогуле ролю першага настаўніка ў жыцці дзіцяці складана пераацаніць. Менавіта ён стварае ў класе атмасферу, у якой дзеці будуць адчуваць сябе камфортна ці наадварот. Добра, калі на першым плане знаходзіцца гульнявая дзейнасць, якая дазваляе прасцей уліцца ў навучальны працэс. Калі першакласніку падабаецца педагог, яму будзе цікава ўсё, што той транслюе, а ў процілеглым выпадку дзіця закрыецца і не возьме ад настаўніка інфармацыю, якую той спрабуе данесці. Таму да выбару першага настаўніка бацькам трэба падыходзіць вельмі адказна.

Для дзяцей у малодшых класах надзвычай важны тактыльны кантакт: калі першакласнік можа свабодна падыходзіць да педагога, абняць яго, падзяліцца чымсьці для сябе вельмі важным, значыць, адаптацыя праходзіць паспяхова.

НЕ ПАДМЯНЯЙЦЕ КНІГУ ТЭЛЕВІЗАРАМ

Чым яшчэ могуць дапамагчы бацькі свайму першакласніку?

Вялікае значэнне мае мікраклімат у сям'і. У выпадку ўзнікнення складанай ці канфліктнай сітуацыі ў школе дарослыя могуць выказваць свой погляд на праблему, але дзіця павінна адчуваць іх падтрымку. Яму трэба быць упэўненым у тым, што сям'я — гэта зона бяспекі, дзе яго заўсёды пачуюць і дапамогуць. Дарослым трэба стрымліваць свае эмоцыі, калі празмерна ўзбуджаны першакласнік скардзіцца, што яго пакрыўдзілі, штосьці ў яго аднялі, не далі і гэтак далей. Трэба спакойна высветліць, што здарылася, а не агучваць усплышлыя высновы...

Уласны прыклад — таксама добры матыватар для дзіцяці. Калі бацькі самі любяць вучыцца, чытаць, даведвацца пра штосьці новае, гэта будзе перадавацца і дзецям. І навучанне ў школе стане ўспрымацца як цалкам натуральны працэс. Можна закласці сямейныя традыцыі, звязаныя з 1 верасня. Акрамя ўрачыстай лінейкі ў жыцці малага абавязкова павінна быць штосьці яшчэ.

Чытайце дзецям кнігі. Ні ў якім разе нельга падмяняць чытанне тэлевізарам. Пра гэта бацькам трэба памятаць заўсёды. Заахвочвайце ўсе заняткі, якія развіваюць фантазію і кемлівасць: маляванне, лепку, канструяванне.

Падтрымайце ў дзіцяці яго імкненне стаць школьнікам. Ваша шчырая зацікаўленасць у яго школьных справах і клопатах, сур'ёзнае стаўленне да першых дасягненняў і цяжкасцяў дапамогуць першакласніку пацвердзіць значнасць яго новага статусу. Падзяляйце з ім усе маленькія радасці, пастаўце работы, зробленыя яго рукамі, на прыметнае месца. Пахваліцеся поспехамі малага перад бабуйай і дзядулем. Дайце яму адчуць сябе паспяховым і шчаслівым чалавекам! Верце ў сваё дзіця! Для яго гэта галоўнае благаслаўненне.

Надзея НІКАЛАЕВА.

**(Заканчэнне.
Пачатак на 1-й стар. «СГ».)**

ЗВЯЗДА