

## Основные характеристики психологической готовности к школе



Психологическая готовность к школе — это важный аспект формирования успешной учебной деятельности у детей. Эта готовность представляет собой комплекс психических, когнитивных и эмоциональных качеств, которые необходимы для эффективного учебного процесса.

**Основными характеристиками психологической готовности к школе являются:**

**1. Эмоциональная стабильность.** Для успешной адаптации к школе необходимо, чтобы ребенок был способен контролировать свои эмоции, управлять стрессом и адекватно реагировать на различные ситуации. Как помочь сформировать эмоциональную стабильность в условиях семьи?

- Одной из основных задач семьи является создание атмосферы взаимопонимания, уважения и поддержки. Открытость в общении, умение выслушать друг друга, давать конструктивную обратную связь помогают создать эмоционально здоровое окружение, в котором каждый член семьи чувствует себя уверенно и защищено.
- Членам семьи важно распознавать свои эмоции, выражать их адекватно и находить способы их регулирования. Это может включать в себя упражнения по саморегуляции, медитации, дыхательные практики, которые помогают успокоиться и справиться с негативными эмоциями.
- Эмоциональная стабильность также включает в себя умение принимать различия, проявлять терпимость и понимание к чувствам и эмоциям других. Необходимо учить ребенка поставить себя на место другого,

понять и принять его чувства и эмоции - это помогает развивать эмпатию - необходимый навык для эмоциональной стабильности и здоровых отношений.

- Важно создать условия, в которых каждый член семьи чувствует себя защищенно и уважаемо. Это включает уважение личного пространства, установление границ и четких правил взаимодействия, а также стремление поддерживать положительное эмоциональное состояние других.

**2. Социальная компетентность.** Развитие навыков общения, умение находить общий язык с одноклассниками и учителями, умение решать конфликты — все это важные аспекты психологической готовности к школе. Вот несколько способов, которые могут помочь сформировать социальную компетентность у ребенка в условиях семьи:

- Родители могут моделировать положительное социальное поведение, обучая детей реагировать на чувства других, проявлять понимание и уважение к различиям.
- Семья может поощрять открытое общение, умение слушать друг друга, задавать вопросы и выражать свои мысли и чувства. Родители могут помогать детям развивать умение выражать свои мысли четко и убедительно.
- Конфликты неизбежны в любых взаимодействиях, и важно научить членов семьи конструктивно решать разногласия. Показывать пример уважения, поощрять диалог и поиск взаимовыгодных решений поможет создать атмосферу понимания.
- Родители могут показать пример участия в общественной жизни, ведь волонтерская деятельность и групповые занятия способствуют развитию социальных навыков.

**3. Мотивация к обучению.** Заинтересованность в учебе, стремление к достижению учебных целей, настрой на успех и готовность к усилиям. В условиях семьи есть множество способов стимулировать интерес и мотивацию ребенка к обучению.

- Одно из важнейших средств мотивации - это поддержка и поощрение со стороны родителей. Родители могут выражать радость и гордость за усилия и достижения ребенка, подчеркивать важность обучения и помогать ему увидеть смысл и ценность знаний.
- Родители могут помочь ребенку сформулировать свои цели и планы для обучения, а также разработать стратегии достижения поставленных задач. Это помогает ребенку осознать смысл учебы и увидеть свои достижения.

- Важно создать атмосферу в доме, которая будет поощрять интерес к обучению: разнообразные образовательные игры, книги, интересные обучающие материалы, поездки на музеи и выставки - все это может быть источником вдохновения и мотивации для ребенка.
- Похвала и награды - это мощные средства мотивации. Поощряйте ребенка за его усилия и результаты, выражайте благодарность и уважение за его старания. Это поможет укрепить уверенность и мотивацию к обучению.

**4. Умение сосредотачиваться.** Важным аспектом психологической готовности к школе является способность ребенка концентрировать внимание на образовательном процессе, игнорируя внешние раздражители. Однако, в наше время, когда окружающий мир полон различных внешних раздражителей, поддержать ребенка в развитии этих навыков становится сложнее. Тем не менее, семья может быть опорой и помощником в этом процессе.

- Важно, чтобы дома была тихая и спокойная обстановка, где ребенок сможет сосредоточиться на задаче. Создайте специальное рабочее место для занятий, где нет лишних шумов и отвлекающих факторов.
- Расскажите ребенку о том, как правильное дыхание и расслабление мышц помогают сосредоточиться. Проводите с ним упражнения по релаксации и медитации.
- Объясните ребенку важность концентрации и помогайте ему определить, что является для него наиболее важной задачей в данный момент.
- Ограничивайте время, проведенное за гаджетами. Смартфоны, планшеты и компьютеры могут быть серьезными раздражителями, отвлекающими от процесса обучения. Соблюдайте определенные правила использования гаджетов и ограничивайте время, проведенное в интернете.
- Важно находить время и ресурсы для физической активности - это помогает улучшить концентрацию и сосредоточить внимание. Проводите время с ребенком на улице или занимайтесь спортом вместе.

**5. Развитие когнитивных навыков.** Для успешной учебы необходимо, чтобы ребенок уже имел определенный уровень интеллектуальной готовности, когнитивных навыков, таких как внимание, память, мышление, речь и др. Роль семьи в формировании интеллектуальной готовности к школе неопределима, так как именно в семейной обстановке ребенок приобретает первоначальные знания, умения и навыки, которые будут полезны ему в дальнейшем обучении. Основные методы и принципы формирования

интеллектуальной готовности к школе в условиях семьи включают следующие:

- Родители могут проводить различные игры, упражнения и беседы с ребенком, чтобы развивать его коммуникационные навыки.
- Необходимо чаще предлагать ребенку решать логические задачи, предлагать игры на развитие внимания и памяти, игры на развитие абстрактного мышления — все это способы, с помощью которых родители могут помочь ребенку развить свое интеллектуальное мышление.
- Чтение сказок, рассказов, книг для детей помогает не только расширить словарный запас ребенка, но и развить его воображение, логическое мышление и эмоциональную сферу. После прочтения книги родители могут обсудить с ребенком ее содержание, задать вопросы и поощрять его критическое мышление.
- Рисование, лепка, музыка, театральные постановки — все это способы, с помощью которых родители могут помочь ребенку развить его креативные способности и воображение.
- Родители могут поощрять ребенка к самостоятельным действиям, давать ему возможность самостоятельно исследовать окружающий мир и делать выводы, таким образом научиться самостоятельно мыслить, принимать решения, инициировать действия

Учитывая все эти характеристики, педагоги и родители должны сделать все возможное для того, чтобы создать условия для развития и поддержки ребенка на предшкольном этапе, чтобы он смог успешно адаптироваться к новой среде и получить максимальное удовольствие от учебы.