

Батькам першокласників

Як навчити дитину керувати собою?

Всі знають, що дитина краще та швидше вчиться на прикладах. Можна довго розповідати як важливо корисно харчуватися, але якщо при цьому ви регулярно вживаєте шкідливу їжу, то ваша дитина, швидше за все, також буде їсти шкідливі продукти. Те саме стосується і поведінки та проявів емоцій. Тобто дитина опановує ті способи саморегуляції, які демонструють дорослі. Тому батькам, в першу чергу, важливо піклуватися про себе. Варіанти дій, коли хочеться зірватися на дитині представлені в інфографіці.

Інформацію підготувала практичний психолог Радіонова Оксана.

ДІАГНОСТИКА ГОТОВНОСТІ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ В ДОМАШНІХ УМОВАХ.

Вступ дитини до школи – важлива подія у її житті. Діти по-різному переживають її залежно від психологічної готовності. Більшість дітей охоче йде до школи. Діти включаються в навчальну діяльність, яка стає провідною в її житті. Перехід дітей на позицію школярів зобов'язує їх вчасно вставати, приходити в школу, дотримуватись правил шкільного життя незалежно від того, хочеться чи не хочеться це робити, виконувати обов'язкові завдання, переборювати труднощі в роботі тощо. Успіхи та невдачі дітей у навчанні перебувають під постійним контролем учителя, батьків, вихователя групи продовженого дня та ін.. На перший план в організації поведінки молодших школярів виступають вимоги школи, вчителя. Вони поширюються значною мірою і на позашкільний час (виконанням дітьми домашніх завдань). Учні по-різному реагують на вимоги вчителя залежно від особливостей індивідуальної їх готовності до навчання в школі. Одні поводяться цілком адекватно цим вимогам, інших вимоги гальмують і викликають надмірну стриманість, деякі не приймають вимог і навіть намагаються діяти всупереч їм. Діти, які не були в дитячих садках, нерідко губляться в нових умовах, не відразу вступають в контакт з учителем та однокласниками. Звідси стає зрозумілою важливість індивідуального підходу до дітей у керуванні

процесом їх входження в шкільне життя, з його новим для них змістом, формами і об'єктивними вимогами, які повинні стати суб'єктивними вимогами учнів до себе самих, внутрішніми регуляторами їх поведінки. Особливою є проблема шестирічних дітей. Залишаючись за рівнем психічного розвитку дошкільниками, багато хто з цих дітей вступає до школи і включається у навчальну діяльність. У шестирічних дітей зберігаються притаманні дошкільному віку особливості мислення: домінує мимовільна пам'ять, внаслідок чого запам'ятовується не те, що потрібно, а те, що цікаве, специфіка уваги дозволяє продуктивно виконувати певну роботу лише протягом 10-15 хвилин, переважає прагнення вивчати нове передусім у наочно-образному та наочно-дійовому аспектах тощо.

Усе це необхідно враховувати під час прийняття рішення щодо вступу дитини до навчального закладу.

Критерії готовності до школи

Соціально-психологічні:

- *Наявність мотивації до навчання.* Як дитина уявляє собі навчання? Як розуміє зміни, які її очікують? Чи проявляє інтерес до здобуття знань? Наявність мотивації – це бажання йти до школи за новими знаннями, а не заради яскравого рюкзака.
- *Наявність можливостей для соціальної адаптації.* Дитина вміє взаємодіяти із своїми однолітками, виконувати завдання вчителя та контролювати свою поведінку.
- *Вміння взаємодіяти у групі дітей,* приймати участь в іграх, домовлятися.
- *Емоційна готовність* проявляється у вмінні керувати своєю поведінкою, розумінні своїх емоцій. Вмінні постояти за себе, якщо потрібно. Сюди ж відносяться імпульсивні прояви, коли дитина не може висидіти та починає ходити, гратися, говорити.

Інтелектуальні:

- *Розвиток образного та словесно-логічного мислення.* Вміння знаходити відмінності чи схожість у групі предметів. Вміння знаходити логічний зв'язок між предметами та явищами.
- *Розвиток уваги.* Вміння утримувати увагу та займатися однією справою протягом 15-20 хвилин.

- *Вміння розуміти інструкцію та слідувати їй виконанню.*

Інтелектуальна готовність відображає функціональну зрілість структур головного мозку. І це дуже важлива та необхідна складова готовності до школи, та не єдина. Часто бувають діти дуже здібні, але, на жаль, мають труднощі в спілкуванні із іншими дітьми.

Психофізіологічні:

- *Розвиток дрібної моторики* говорить про готовність м'язів кисті до письма. Вміння користуватися ножицями, застібати – розстібати гудзики демонструє готовність руки.
- *Просторова орієнтація та координація.* Розуміння що таке «вище – нижче», «більше – менше», «вперед – назад» та ін.
- Здатність дістати правою рукою до лівого вуха (через голову) – філіппінський тест.
- Вміння кидати – ловити м'яч.
- Зміна молочних зубів.
- Вміння координувати зв'язок «очі-руки», переносити у зошит побачене, наприклад, на дошці.

Дитина вважається готовою до шкільного навчання, якщо за фізичним і біологічним розвитком вона відповідає формальному віку чи випереджає його і не має медичних протипоказань.

Критерії фізіологічної готовності дітей до навчання в школі

1. Рівень фізичного розвитку.
2. Рівень біологічного розвитку.
3. Стан здоров'я.

При визначенні рівня фізичного розвитку оцінюють три основні показники: довжину тіла (зріст стоячи і сидячи), масу тіла і окружність грудної клітки. Старші дошкільники дуже швидко ростуть, збільшуючись в рості на 7-10 см на рік. Не випадково цей вік називають періодом «витягування в довжину». Збільшення маси тіла складає щорічно 2,2-2,5 кг, окружність грудної клітини збільшується на 2,0-2,5см. Стрибок фізичного розвитку в 6-7-річному віці зумовлений нейроендокринними перебудовами в дитячому організмі.

Щоб дізнатися, чи пройшла дитина цей важливий етап (ростовий стрибок), використовують **філіппінський тест**. Попросіть дитину дістати правою рукою ліве вухо, провівши руку над головою. Успішність виконання цього завдання дитиною показує ступінь розвитку кістяка, рівень дозрівання нервової системи, здатність головного мозку сприймати і переробляти інформацію. Фізіологами і гігієністами встановлено, що коли дитина починає відвідувати школу до того, як у неї пройшов ростовий стрибок, це негативно позначається на її здоров'ї, особливо на психічному, і рідко приносить успіхи в навчанні. В якості критеріїв біологічного віку до уваги береться кількість постійних зубів (що прорізались), досягнення окремих пропорцій – відношення окружності голови до довжини тіла.

Таблиця 1

Вік дитини	Кількість постійних зубів	
	Хлопчики	Дівчатка
5	0-1	0-2
5,5	0-3	0-4
6	1-4	1-5
6,5	2-8	3-9
7	6-10	6-11

Визначення рівня розвитку дрібної моторики рук (тести)

Тест 1

Обладнання: аркуш паперу й олівець або ручка.

Інструкція. Посадіть дитину за стіл, покладіть перед нею аркуш паперу й попросіть покласти руки так, щоб на аркуші вільно розмістилися обидві долоні з розведеними пальцями. Після цього обведіть кисті рук дитини олівцем або ручкою. Дитина, звичайно ж, захоче подивитися, що з цього вийшло. Дозвольте це їй зробити, але потім попросіть знову покласти руки на аркуш паперу так, щоб вони співпали з контуром.

Після цього *поясніть завдання:* «Зараз ми з тобою пограємось. Я буду показувати тобі пальчики на твоїй руці, а ти будеш піднімати тільки той пальчик, на який я вказую. Інші пальчики піднімати не треба». Переконавшись, що дитина правильно зрозуміла завдання, починайте тестування.

В довільному порядку вказуйте дитині палець, який вона має підняти, торкаючись до пальця олівцем: «Цей пальчик. Тепер цей..». Починати треба з правої руки. Для того щоб виключити вгадування, вказувати пальці необхідно у такій послідовності: 5 – 1 – 2 – 4 – 3 (1 – великий палець, 5 – мізинець). Потім дослідження проводиться на лівій руці, потім знову на правій і на лівій. Таким чином, проба проводиться для кожної руки двічі. Під час виконання «потрібного» руху певного пальця можуть проявлятися «непотрібні» рухи інших пальців. Це відбувається мимовільно. Сама дитина намагається підняти тільки один палець. Ці «зайві» рухи називають синкенезіями. Синкенезії є результатом недостатньої диференційованості рухів, коли під час виконання певної дії включаються додаткові м'язи, які не потрібно для її виконання. Зайві рухи інших пальців помічають стрілками (від «потрібного» до «непотрібного» пальця).

Оцінювання результатів:

1) підраховують середню з двох проб кількість синкенезій на кожній руці. Для цього рахують кількість стрілочок для кожної руки й ділять отримане число на 2; у нашому прикладі права рука: $6/2=3$; ліве рука: $8/2=4$;

2) отримані результати для кожної руки додають: $3+4=7$. Що можна сказати про дитину за результатами цього тесту? При виконанні завдання кількість синкенезій на лівій руці більша, ніж на правій, отже, для правої руки диференціація рухової системи розвинена краще. Під час письма права рука буде ведучою.

Загальна кількість синкенезій на обох руках дорівнює 7, для шестирічної дитини вищий за норму, а для семирічної – нижчий за норму. У цілому можна сказати: чим молодша дитина, тим важче їй виконувати дії, що потребують координації й точності рухів пальців та кистей рук.

Вік дитини	Середня кількість синкенезій за двома пробами
6 років	9
7 років	6
8 років	5
9 років	3

Тест 2

Дитині пропонують намалювати за зразком одним рухом руки коло діаметром 3-3,5 см. Якщо кисть розвинена слабо, дитина схильна її фіксувати на площині й не може впоратися із завданням: малює замість кола овал, або ж коло значно меншого розміру, або ж робить це за кілька прийомів, періодично пересовуючи руку. Показником скутості, фіксовані кисті є переважне малювання дитиною дуже дрібних предметів.

Тест 3

Про розвиненість дрібних рухів пальців можна судити, спостерігаючи за тим, як дитина малює або зафарбовує. Якщо вона постійно повертає аркуш, не може змінювати напрямок ліній за допомогою тонких рухів пальців і кисті, це означає, рівень розвитку дрібної моторики недостатній і потрібне відповідне тренування, інакше відставання в оволодінні графічною навичкою письма у школі може бути значним.

Методики для визначення соціальної готовності дитини

Тест «Ставлення дитини до чужого дорослого» (для батьків і вихователів)

Якщо відмічена особливість поведінки властива дитині, то відповідне твердження оцінюється в 1 бал, якщо ні – 0 балів.

1. Дитина розмовляє з вихователем чи іншим значущим для неї дорослим тільки тоді, коли знаходиться з ним наодинці чи після деяких зусиль «розговорити» її.
2. Обманує зі страху.
3. Дуже болісно переживає, плаче, ображається, якщо їй роблять зауваження.
4. Дуже тривожна, щоб бути неслухняною.
5. Любить, щоб до неї проявляли симпатію, але не просить про це.
6. Ніколи не приносить дорослому і не показує знайдених нею речей.
7. Вітається з вихователем тільки тоді, коли він зверне на неї увагу.
8. Не підходить до дорослого з власної ініціативи.
9. Ніколи не просить про допомогу.

10. Легко стає «нервовою», червоніє, коли їй задають запитання.

Оцінка результатів

10 – 7 балів – у дитини складні труднощі у спілкуванні, зумовлені негативним переживанням з приводу контактів з чужими дорослими.

4 – 6 балів – труднощі в спілкуванні можуть бути зумовленими не ставленням до дорослого, а конкретною ситуацією (не відповідає на питання вихователя через страх, що інші діти будуть над нею сміятися) чи недоліками виховання.

1 – 3 бала – скоріше за все, це прояви деяких індивідуальних особливостей дитини, про які потрібно повідомити майбутнього вчителя.

Ставлення дитини до однолітків (для батьків і вихователів)

Якщо відмічена особливість поведінки властива дитині, то відповідне твердження оцінюється в 1 бал, якщо ні – 0 балів.

1. Старається уникнути активної участі в грі.
2. Не проявляє приязні і доброзичливості до інших дітей.
3. Ніколи не ділиться з іншими дітьми іграшками і солодощами.
4. Не надає допомоги іншим, навіть якщо їй про це попросять.
5. Погоджується на другорядні ролі, ніколи не висловлює бажання бути головним у грі.
6. У неї немає друзів ні в дитячому садочку, ні на подвір'ї.
7. Уникає спілкування з іншими дітьми.
8. У грі завжди прагне отримати значиму роль, а якщо не отримує, то відмовляється грати.
9. Не проявляє зацікавленості до колективних ігор, грає наодинці.
10. Часто жаліється дорослим, що їй ображають інші діти.

Оцінка результатів

7 – 10 балів – у дитини серйозні труднощі в спілкуванні, пов'язані з негативним ставленням до інших дітей, ці труднощі можуть виявитися в стосунках з однокласниками в школі.

4 – 6 балів – труднощі зумовлені невмінням встановлювати контакти з однолітками частіше за все через недостатній досвід спілкування чи через невпевненість в собі.

1 – 3 бала – труднощі в спілкуванні ситуативні чи зумовлені деякими індивідуальними особливостями дитини, які, як правило, корегуються під впливом дитячого колективу.