

Консультация для родителей

«Как помочь ребенку подготовительной группы преодолеть страх перед школой и неуверенность в себе»



В преддверии поступления в **школу родители задумываются о том**, как **подготовить** своего ребёнка к этому ответственному этапу.

Важно понимать, что многие дети, посещающие детский сад, обладают уверенностью в **себе**, активностью и любознательностью. Они способны самостоятельно справляться с учебными трудностями, находить решения, дружить и налаживать отношения в коллективе.

Однако, у некоторых детей может возникнуть **страх перед школой**. Причины этого **страха** могут быть различными: рассказы **родителей о новом окружении** (здание **школы**, класс, новом коллективе (ученики, учителя, новых требованиях к занятиям, домашним заданиям и оценкам).

Некоторые дети испытывают скованность даже во время занятий в детском саду, теряются, если не знают ответа на вопрос, стесняются сверстников и воспитателя. Недостаток уверенности в **себе**, свойственный некоторым детям, может быть связан с чертами характера: нерешительностью, замкнутостью, **страхом принять решение**, боязнью ошибки или осуждения. Для таких детей адаптация к **школе** может оказаться более сложной, что может привести к появлению "**школьных страхов**" :

- * **Страха** выходить к доске;
- * **Страха** непонимания материала;
- * **Страха** выражать свое мнение;
- * **Страха** получить плохую оценку;
- * **Страха** наказания со стороны учителя или **родителей**.

Родители играют ключевую роль в **преодолении страхов** ребёнка и создании положительного отношения к **школе**.

Вот несколько рекомендаций для **родителей** :

1. Станьте другом для своего ребёнка. Уделяйте ему время, интересуйтесь его делами, общайтесь с ним по-дружески, дарите поддержку и хвалите за достижения.

2. Активно участвуйте в жизни ребёнка в детском саду. Посещайте занятия, мероприятия, оказывайте **помощь** в организации детских событий.

3. Поощряйте интерес ребёнка к конкурсам и выступлениям.

4. Организуйте экскурсию в **школу** и **расскажите о школьной жизни**, поделитесь своими положительными воспоминаниями.

5. Развивайте познавательные способности ребёнка: читайте книги, играйте в развивающие игры, обсуждайте различные темы.

6. Не закливайте на "набивку" ребёнка знаниями. Важно научить его обращаться с информацией:

ставить цели, решать задачи, исправлять ошибки, не бояться неизвестного и получать удовольствие от процесса обучения.

7. Убедите ребёнка в своих способностях. Напомните ему о его успехах и навыках.

8. Подчеркивайте ценность ребёнка как личности.

9. Поделитесь своими детскими **переживаниями**, проявите сочувствие.

10. Объясните, что **страх – это нормально**, но важно не позволять ему парализовать волю к действию.

11. Терпеливо отвечайте на все вопросы ребёнка и **помогите** ему разобраться в своих **страхах**.

12. Создайте благоприятную обстановку для общения и игр.

13. Научите ребёнка верить в себя, принимать неудачи и учиться на них.

14. Составьте с ребёнком распорядок дня, уделяя внимание режиму сна, отдыха, игр и прогулок на свежем воздухе.

15. Будьте в курсе событий в жизни ребёнка, интересуйтесь его друзьями, досугом и интересами.

16. Подчеркивайте важность учебы, дружбы и соблюдения правил поведения в **школе**.

Помните, что игра – это важная часть развития ребёнка. Играйте вместе в развивающие, логические и ролевые игры, которые **помогут ему подготовиться к школьной жизни**.