**Чек-лист для родителей первоклассников**

 **Готов ли ребенок к школе?**

Ребенку скоро идти в школу. Готов ли он? Сделайте 10 простых тестов и упражнений, чтобы в этом разобраться.

**Умеет ли ребенок выполнять инструкции?**

Большинство родителей̆ убеждены — чем больше знает ребенок, тем он лучше будет учиться в школе. Это заблуждение. Часто именно такие дети, придя в первый̆ класс, теряют интерес к знаниям. Из жизнерадостных и любопытных превращаются в тех, кому ничего не интересно. Для успешной̆ учебы важны не фактические знания, не развитие психических функций, а позиция ученика, произвольность.

Произвольность функций в нейропсихологии — это способность затормозить внутренние потребности, желания, импульсы и подчиниться инструкции. Это качество должно сформироваться у ребенка к поступлению в первый класс.

Способность к произвольности зреет и формируется социальным положением. За нашу произвольность отвечает большая тройка: планирование, регуляция, контроль. В целом, развитие нервной системы человека идет путем формирования тормозных процессов. «Я хочу играть, но начался урок. Я должен убрать игрушки, чтобы сосредоточиться на заданиях учителя». Это пример того, как работает торможение.

**Тормозить себя в школе придется постоянно.**

Например, когда учитель говорит: «Ребята, возьмите учебник. Откройте на странице 25. Прочитайте третий абзац». Длинная инструкция состоит из нескольких частей. Требует от ребенка слышать учителя, удержать в рабочей памяти задание, выполнить последовательно то, о чем попросили, убедиться, что результат соответствует ожиданиям. Это колоссальная работа для мозга. Примерно к семи годам нервная система крепнет, и ребенок становится способен выполнять сложные инструкции, оттормаживая свои желания.

**Как проверить?** Самый простой способ проверить степень сформированности произвольности — играть в настольные игры.

Обращайте внимание, соблюдает ли ребенок правила, насколько они сложны. Дети помладше, видя, что проигрывают, меняют правила на ходу: «Так буду ходить. Хочу, чтобы по моим правилам было». Это пример незрелой позиции.

Готовый к школе ребенок принимает и соблюдает правила, то есть способен затормозить себя и подчиниться условиям. Принимает проигрыш. Еще важнее, если ребенок играет самостоятельно, инициирует игру. Это признак готовности к школе.

**Выдержит ли организм школьную нагрузку?**

Физический статус — это общее состояние организма ребенка, его стеничность.

Астеничные дети быстро утомляются. У них часто бывают проблемы с лишним весом или его недобором. Темп их деятельности сильно снижен, заторможен, либо, наоборот, они гиперактивны. Организм таких детей не способен длительно выдерживать школьную нагрузку. Это необходимо учитывать.

Нейродинамика — способность организма справляться с учебной нагрузкой. Если ребенок ходил в сад, то каждое утро просыпался, собирался, шел в садик, где много времени проводил за игрой и сном. В школе условия пребывания сильно изменены.

Школа предъявляет ребенку высокие требования к выносливости, устойчивости, скорости восприятия, она требует длительного сидения на месте.

Общее физическое развитие — важный показатель готовности организма нести эту ношу.

**Как проверить?** Важно перед школой обратить внимание, соответствует ли вес, рост ребенка прописанным нормам (для детей семи лет: рост — 116,4–127,0; вес — 20,0–26,4. — Российская ассоциация эндокринологов). Насколько часто болеет ребенок, есть ли у него хронические заболевания, прежде всего желудочно-кишечного тракта, аллергия.

Важно определить состояние зрительной системы. Детям с астигматизмом, косоглазием и другими нарушениями зрения требуется больше времени и физических ресурсов для выполнения заданий. Информация от левого и правого глаза у них разная, потому обрабатывается мозгом в единую картинку значительно дольше, чем у детей с нормальным зрением. До школы важно понять, есть ли какие-то другие проблемы со зрением, проконсультироваться с офтальмологом.

Убедитесь, что слух ребенка не имеет нарушений. Освоение языка и письменной речи завязаны на фонематическом слухе. Все это влияет на уровень грамотности ребенка.

**Проверяем 10 признаков восприятия**

**Восприятие** — зрительное, тактильное, слуховое, пространственное — это способность мозга обрабатывать всю поступающую извне информацию. От степени сформированности восприятия зависит то, насколько быстро ребенок впишется в школьную среду.

Вот десять простых упражнений, которые помогут не только проверить, но и развить восприятие.

**Классы предметов:** «Собери ягоды в корзину»

Изучайте с ребенком классы предметов и их классификацию: посуда, мебель, одежда, транспорт, электроприборы, животные, овощи, фрукты.

Время от времени проверяйте умение классифицировать и объединять предметы в группы. Медведь и бобр — дикие животные, автобус и трамвай — общественный транспорт, носок — одежда, а кроссовок — обувь.

**Образы:** «Опиши стул»

Перед школой у детей должны быть сформированы образы в представлении. Важно понять, насколько сформированы и способен ли ребенок представить предмет по слову-наименованию.

Например, «стул». Перед глазами его нет, но можно представить. Попросите ребенка описать стул. Обращайте внимание, чтобы описание содержало отличительные черты стула: ножки, сиденье, спинку. Задавайте дополнительные вопросы. Если добавить подлокотник, что получится? Кресло. А если продлить у кресла спинку и сиденье? Будет диван.

**Воображение:** «Угадай, чей хвост»

Хорошая проверка воображения — упражнение «недостающие детали». Возьмите картинку, разрежьте на несколько крупных частей, попросите сложить в целое. Можно предложить нарисовать предмет, который вы назвали. Или, показав картинку с ушами и хвостом, спросить, какому животному принадлежат части.

Задание повышенного уровня — обсудить отличия стула от дивана, мыши от слона, платья от пальто. При видимости простоты, для ребенка это большая умственная работа, которая требует серьезных когнитивных усилий.

**Зрительное внимание**: «Найди пять отличий»

Проверить зрительное внимание, способность сопоставлять одно с другим, проще всего с помощью «Найди пять отличий». Начинайте с простых изображений, постепенно переходя к сложным. Не подгоняйте, но обращайте внимание на время обработки информации.

**Умение слушать:** «Лара разбила тарелку»

Важно проверить слух ребенка и умение вычленять фонемы. У логопедов есть экспресс-диагностики, в которых проверяют способность выговаривать сложные слова и использовать непростые слоговые структуры.

Например, можно попросить ребенка повторить:

«водопроводчик чинит водопровод»,

«ткачиха ткет ткань»,

«Лара разбила тарелку»,

«милиционер Валерий дежурил у железнодорожного моста».

Для каждого возраста существует свой набор словосочетаний и скороговорок. Проверьте сначала простой вариант, постепенно переходите к сложному. Скорость выговаривания лучше наращивать не сразу, а со временем.

**Речь**: «Какое варенье сварила бабушка?»

Логопедическая диагностика призвана оценить умение распознавать речь и самостоятельно владеть ею. Проверяйте у ребенка способность к словообразованию: ягоды — ягодный, овощи — овощной, большая кукла — маленькая куколка. Можно спросить: какое варенье бабушка сварила из смородины?

**Произнесение звуков:** «Сколько звуков в слове “одуванчик”»

Логопеды перед школой проверяют, все ли звуки произносит ребенок, насколько четко дифференцирует фонемы. Все это говорит об уровне сформированности фонематического восприятия. Это в свою очередь напрямую зависит от того, насколько правильно ребенок будет писать в будущем. Например, можно попросить дошкольника посчитать число звуков в слове «одуванчик» и назвать их.

**Пространственное мышление:** «Перерисуй фигуру»

К проверке пространственного мышления относится знание предлогов. Хотя предлоги места — «под», «над», «из-под», «из-за» — связаны с речью, их понимание и верное употребление демонстрирует уровень пространственного мышления будущего школьника.

Можно вместе с ребенком рассматривать картинки с различными предметами и просить назвать расположение каждого. Или предлагайте расставить игрушки по инструкции: овечка стоит перед хрюшкой, лошадка позади щенка, котенок за овечкой... Можно играть в прятки с игрушками. Просить ребенка спрятать любимого медведя под столом или за диваном.

Самый простой тест для проверки пространственного мышления — попросить ребенка перерисовать сложную абстрактную фигуру. Рисунок позволяет увидеть, насколько целостным видит дошкольник предмет, насколько верно располагает детали внутри и вне фигуры.

Хотя нет четких критериев, как должен рисовать ребенок в 5, 6 или 7 лет, опытные психологи легко дадут качественный анализ сформированности категории пространства. Но даже дома, без помощи специалиста, вы кое-что сможете понять.

Ребенок должен увидеть в картинке, которую перерисовывает, сначала целостное изображение, а затем дополнять его деталями, а не наоборот.

Важно, чтобы эти детали он перерисовывал не хаотично, а двигался в определенном порядке (сверху вниз; сначала руки, потом ноги; сначала слева, потом справа и т.д.).

**Сложные грамматические конструкции:** «Кто самый низкий?»

Понимание сложных прямых и инвертированных грамматических конструкций — признак сформированности восприятия.

С ребенком можно играть в «Назови кто». Кто тебе брат отца? Как зовут сестру твоей мамы? Если Коля ниже Пети, а Петя выше Славы, то кто самый высокий? Кто самый низкий?

Восприятие сложных конструкций прекрасно проверяется рисунками. Попросите ребенка нарисовать круг под квадратом или квадрат под кругом. Предложите определить отличия.