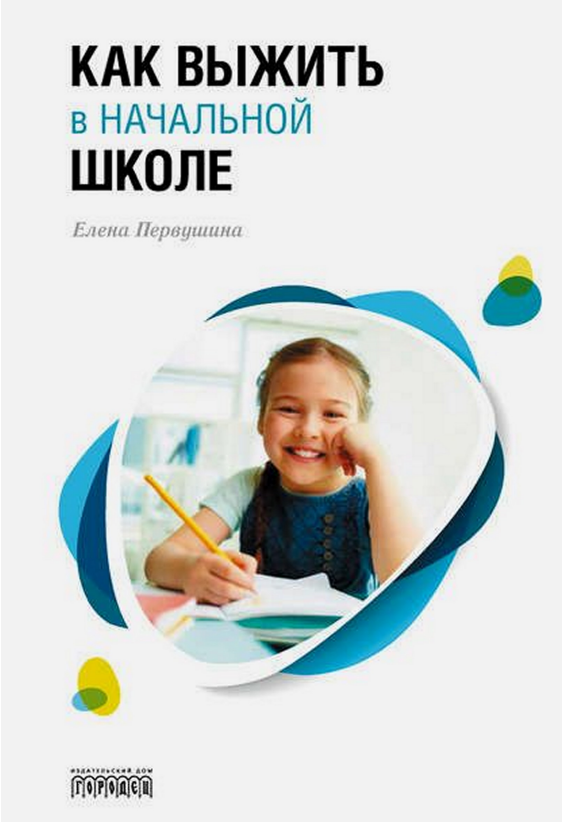
Елена Первушина
Как выжить в начальной школе



УВАЖАЕМЫЕ ЧИТАТЕЛИ!

Представляем вам серию книг, необходимых как специалистам, так и всем, кто хочет найти себя в нашем сложном противоречивом мире. Это:

– классические монографии и учебники;

– современные работы по психиатрии и психологии;

– учебные пособия по актуальным психологическим дисциплинам;

– популярная и просветительская литература по психологии.

Предлагаемые издания расширят научные горизонты практикующих специалистов, а также познакомят с возможностями психологической науки всех тех, кому интересна данная тематика. Не замыкайтесь в себе, не оставайтесь со своими внутренними проблемами, которые кажутся порой неразрешимыми!

Эти книги позволят вам открыть для себя методы психоанализа, аналитической психологии, гештальт-анализа и каждому выбрать близкое направление, подскажут выход из сложной жизненной ситуации,

помогут справиться с тревогой, депрессией, внутриличностными конфликтами и изменить свою жизнь к лучшему.

Наш издательский проект создан для вас.

С радостью представляем новую книгу проекта!

СОЮЗ ОХРАНЫ ПСИХИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ

Треушникова Наталья Валерьевна

Президент Союза охраны психического здоровья

Союз охраны психического здоровья – общественная организация, ставящая своей задачей улучшение психического здоровья россиян, повышение субъективно воспринимаемого качества жизни и рост психологического комфорта для всего населения России.

В рамках своей деятельности Союз поддерживает:

– проекты в области повышения квалификации специалистов, работающих в психиатрии и психологии;

– проекты, способствующие адаптации и повышению качества жизни людей с психологическими и психическими особенностями и направленные на профилактику психических расстройств;

– проекты по изданию и переизданию книг отечественных и зарубежных авторов, близких темам программной деятельности Союза.

Предисловие

Сама мысль о том, что у обычного здорового ребенка могут быть трудности с усвоением программы начальной школы, кажется абсурдной, ведь программа и создавалась с таким расчетом, чтобы ее могли усвоить абсолютно все, причем без особого труда. И тем не менее многие родители жалуются на то, что дети не справляются со школьной нагрузкой, причем даже те ученики, которые, поступая в школу, умели читать и считать. Более того, многие взрослые и вполне самостоятельные, солидные люди в ситуации, когда нужно выучить что-то новое или сдать простенький тест по теме, которая им хорошо

знакома, внезапно покрываются испариной, начинают мелко трястись, приговаривая «только не снова в школу».

Действительно, именно в первые школьные годы ребенок может «натворить дел»: создать себе репутацию двоечника и лоботряса, а главное – заполучить массу страхов, комплексов и предубеждений, которые будут отравлять ему всю последующую жизнь. И не потому, что он глупый или плохой, а именно потому, что он ребенок, у него нет ни опыта, ни взрослых умений. Но зато у него есть мы – родители. И мы можем ему помочь.

Разумеется, я не призываю вас учиться за ребенка, ведь так мы помешаем ему вырасти, стать взрослым и самостоятельным. Представьте себе, что вам нужно научить годовалого малыша взбираться на лестницу. Если вы будете стоять на верхней ступеньке лестницы и тянуть его за руку, ничего хорошего не получится. Нет, ваше место – сзади, чтобы дать ребенку возможность карабкаться самому и поддержать его, если он начнет падать. В такой ситуации и ребенок будет чувствовать себя защищенным, и вы будете знать, что контролируете ситуацию.

Так как же поддержать ребенка в его первые, самые трудные школьные годы?

Давайте попробуем!

Глава 1
Боевая задача. Решите, чего вы ждете от школы

Когда моему сыну исполнился год, мы с мужем с важным видом говорили, что вот-де ребенок вырос, скоро в школу пойдет. Тогда это казалось нам удачной шуткой. Прошло еще 5 лет, и мысль о том, что ребенок вырос и ему пора в школу, уже не вызывала у нас приступов неудержимого веселья. Наоборот, мы как-то разом помрачнели, посерьезнели и принялись сетовать, что время летит слишком быстро: не успеешь насладиться детством, как оно раз – и кончилось. Мы оба припомнили свои «школьные годы чудесные» и сообща пришли к неутешительным выводам:

1) мы разоримся на покупке учебников, школьной формы и прочего обмундирования;

2) злые учителя только и ждут, чтобы замучить нашего малыша;

3) следующие 11 лет можно смело вычеркивать из жизни.

Но шутки шутками, а начало школьной жизни часто является серьезным испытанием не только для самого юного школьника, но и для его

родителей. Ребенок действительно подрастает, у него появляются первые серьезные обязанности, первые задачи, с которыми может справиться только он сам. И главное – в школьные годы он закладывает фундамент своего образования и во многом – своей будущей жизни.

Есть над чем призадуматься.

Однако первое, что я должна сказать вам (и повторю эту мысль еще не раз): не впадайте в панику. 11 лет – это не 11 дней. У вас с ребенком уйма времени, чтобы узнать себя, попробовать различные решения, наделать ошибок и исправить их. Если вы поспрашиваете своих знакомых, то наверняка среди самых уважаемых и солидных из них найдется немало бывших двоечников и хулиганов. Не пытайтесь загодя решить все проблемы. Возможно, когда ваш ребенок столкнется с ними, он будет уже настолько взрослым, что попросту их не заметит или с удовольствием решит самостоятельно. Верьте в свои силы и в силы вашего ребенка.

Чего мы ждем от начальной школы?

Две характерные черты современной жизни: обилие информации и недостаток времени, поэтому у родителей и педагогов часто возникает желание начать пораньше, запихнуть побольше информации в совсем еще маленьких детей, чтобы они не теряли драгоценных минут за бессмысленными играми и развлечениями. Однако мудрые немцы говорят: «Zu fiel – ist ungesund» – «Слишком много – вредно для здоровья». Каждый, кто хоть раз пытался насильно накормить ребенка кашей, понимает, насколько это неблагодарное и бессмысленное занятие. Но не менее бессмысленное занятие – учить чему-нибудь насильно.

Конечно, дети любопытны и умеют задавать миллион самых неожиданных вопросов. У них прекрасная память, и часто то, что выучено в детстве, человек помнит всю жизнь. Но дети также прекрасно умеют становиться «глухими», если вы «грузите» их лишней информацией, знаниями, которые им не нужны, которые они не могут применить на практике – в повседневной жизни или в игре. Большинство детей в возрасте 6–7 лет еще не научились наслаждаться знанием ради знания (будем честны – большинство взрослых тоже). Для детей гораздо важнее постепенно осваивать реальность, раз за разом убеждаясь в том, что они могут исполнять свои желания и мечты, изменять то, что им не нравится, находить надежных друзей и союзников и новые интересные дела. Тогда дети вырастают не только образованными, но и умелыми, а главное – уверенными в себе людьми.

Если вы поставите для себя главной задачей выбрать школу, где в учебную программу будет втиснуто как можно большее количество предметов и факультативов, то едва ли вы будете довольны результатом. Скорее всего, через год вы получите «на выходе» ребенка-

невротика, который будет твердо уверен в том, что он глупый, ничего не знает, ничего не умеет, ни с чем не справляется, плохо себя ведет, вертится на уроках и (главное!) ненавидит учиться.

Я хочу предложить вам совсем другой план, согласно которому **ваша главная задача – организовать обучение так, чтобы ребенку в школе было хорошо, ну или хотя бы терпимо.**

Потому что когда ребенку нравится учиться, он учится сам, сам пристает к родителям и учителям с вопросами, сам требует записать его в кружки и на дополнительные занятия, сам ищет нужные книги дома и в библиотеке, сам садится за компьютер не для того, чтобы пройти очередную стрелялку, а чтобы поработать над собственным проектом или поискать необходимую информацию в интернете. И эти знания оказываются гораздо прочнее и полезнее, чем знания, насильно «вбитые» в голову.

Ну и кроме того, для любого родителя смотреть на здорового, веселого, уверенного в себе и полного любопытства ребенка – сплошное удовольствие, не так ли?

ИТОГ

Какой была школа, в которой вы учились? Запишите 5–7 фраз.

Какой вы хотели бы видеть школу, в которой будет учиться ваш ребенок? Выделите 5–7 критериев и запишите.

Сравните обе записи и сделайте вывод: для кого вы «проектируете» идеальную школу – для себя, каким вы были в детстве, или для вашего ребенка. Например, если вы написали «хочу, чтобы в школе было много кружков и секций», а ваш ребенок больше всего любит проводить свободное время дома с вами, вы явно не учитываете его интересы.

Глава 2
Личный состав. Оцените своего ребенка

Итак, мы договорились, что в центре нашего внимания будут не школа, не учебные программы, не требования Министерства образования или ректоров вузов и даже не родительские амбиции, а именно сам ребенок, его потребности, его желания, его чувство собственного достоинства.

Вспомним еще одну аксиому: все дети разные.

И попытаемся понять, каков же ваш ребенок и какая школа ему нужна.

Возраст

В каком возрасте отдавать ребенка в школу – в 6 или в 7 лет? Министерство образования на рекомендует принимать в первый класс детей младше 6 лет 6 месяцев.

Но задайте тот же вопрос родителям – и вы услышите множество ответов:

– мальчика нужно отдавать пораньше, чтобы проще было решать вопрос с армией;

– мальчика нужно отдавать попозже – они взрослеют позже девочек;

– если ребенок умеет читать и считать, то ему нечего делать в детском саду, только поглупеет за год;

– незачем торопиться со школой, путь малыш еще походит в детский сад, насладится детством.

На самом деле этот вопрос лучше задавать не родителям, а врачам и психологам, потому что у них есть гораздо более внятный и убедительный ответ.

Ребенка не стоит отдавать в школу, пока он не достигнет школьной зрелости.

А что подразумевает понятие **школьная зрелость?**

В первую очередь речь идет о чисто **физической** способности ребенка выдержать школьные нагрузки. В возрасте 5–6 лет ребенок интенсивно растет – врачи называют этот период «полуростовым скачком». Отдать ребенка в школу до того, как он прошел полуростовой скачок, значит: во-первых, заставить его выполнять двойную работу и испытывать двойную нагрузку; во-вторых, приговорить его к сидячему образу жизни в тот момент, когда позвоночник наиболее уязвим и склонен к деформациям. Физиологами и гигиенистами твердо установлено: если ребенок начинает посещать школу до того, как у него прошел «полуростовой скачок», это резко отрицательно сказывается на его здоровье и успехах в обучении. Если ребенок сильно отстает в росте и весе от сверстников, если он быстро утомляется после незначительных физических нагрузок, то в школе ему, скорее всего, придется трудно. Возможно, ему нужна специальная программа реабилитации, включающая массаж, лечебную физкультуру, занятия в бассейне, особую диету и т. д. Такую программу вам стоит разработать вместе с педиатром.

Более точно физическую зрелость ребенка должен определить врач, но есть простой ориентировочный тест, который позволит вам приблизительно понять, завершил ли ваш ребенок «полуростовой скачок». Нужно попросить ребенка достать правой рукой левое ухо, проведя руку над головой. С помощью этого теста вы можете узнать:

– *соответствуют ли пропорции тела вашего ребенка его возрасту (дело в том, что пропорции тела человека меняются с течением времени, из младенца с большой головой и маленькими ручками и*

ножками он постепенно превращается во взрослого человека, руки и ноги которого достаточно велики и обладают достаточной физической силой), если рука вашего ребенка не слишком длинна для того, чтобы он мог, проведя ее над макушкой, дотянуться до уха, то и мышцы его руки, скорее всего, не смогут выдержать нагрузку на уроках письма в школе;

– хорошая ли у ребенка координация движений, может ли он в полной мере управлять своим телом;

– верно ли ребенок определяет правую и левую стороны (он может держать ложку и ручку в левой руке, в этом нет ничего страшного, но он должен твердо знать, где левая рука, а где правая, иначе он не сможет выполнять задания учителя вроде «напиши цифру 2, а справа от нее – цифру 3», а такая важная математическая тема, как различие между единицами и десятками, и вовсе окажется для него «китайской грамотой»: он просто не поймет, что 23 и 32 – это разные числа, хотя и записаны одинаковыми цифрами);

– способен ли ребенок правильно понять на слух и выполнить довольно сложную инструкцию (необходимое условие для успешного обучения в школе).

Сразу хочу заметить, что если ваш ребенок в 6 или даже в 6 с половиной лет не «созрел» для школы, то это не значит, что он – «дефектный» или вы – плохой родитель, который мало заботится о его здоровье. Вы прекрасно знаете, что темпы роста и развития у разных людей могут значительно различаться. Стоит пройти обследование у врачей, потому что иногда за задержкой роста действительно могут скрываться заболевания, но, как правило, речь идет просто о замедленном темпе развития.

Так от **физической** зрелости мы перешли к **физиологической –** к вопросу о том, способна ли нервная система вашего ребенка выдержать учебные нагрузки. Отчасти мы уже говорили об этом: ребенок должен понимать, запоминать и выполнять устные инструкции, отличать правую сторону от левой, верх от низа (например, уметь нарисовать звездочку в верхней половине листа, грибок – внизу, котенка – справа, а собачку – слева), не путать цвета и иметь простейшие представления о количестве предметов (один, два, много, поровну, больше, меньше).

Особо хочется поговорить о **внимании.** Мне не раз приходилось слышать, как преподаватели или руководители кружков жаловались родителям на то, что ребенок невнимателен и плохо дисциплинирован, что он на занятии быстро отвлекается, начинает вертеться, не слушает педагога. При дальнейшем разговоре выяснялось, что первое время ребенок ведет себя прекрасно, а вот через 40–50 минут начинает «хулиганить». Дело в том, что физиологическая норма концентрации внимания для 6-7-летнего ребенка – 25 минут. Именно такой должна быть продолжительность занятия с детьми этого возраста. После этого

дети имеют полное право начинать беситься (при этом время выполнения одного вида работы не должно превышать 10 минут, после чего ребенка нужно переключить, желательно на подвижную игру). Кроме того, если ребенок плохо себя чувствует или чем-то расстроен, то вполне вероятно, что его способность концентрировать внимание снизится, и в этом нет ничьей вины – так решила мать-природа.

Но что делать, если ребенок теряет интерес к занятиям гораздо раньше намеченного природой срока? Если преподаватели или воспитатели в детском саду жалуются, что он «ни минуты не сидит на месте» и «не слышит, когда к нему обращаются»? Ситуация вполне поправимая. Нужно обратиться к неврологу и психологу, они хорошо знают, как помочь таким детям. Так же следует поступить, если ребенок кажется окружающим слишком «медлительным» и «тугодумом». Специальные занятия с такими детьми обычно дают положительный результат уже через 3–4 месяца. Разумеется, эти занятия лучше проводить до школы, а не тогда, когда за ребенком уже закрепилась репутация неуспевающего, ленивого и невнимательного ученика.

Скажем также несколько слов о **памяти.** Проще всего определиться с **кратковременной памятью.** Вы говорите ребенку, что сейчас назовете 10 слов и попросите его запомнить (можно превратить тест в игру – например, это могут быть пароли или волшебные слова). Затем вы называете 10 не связанных друг с другом слов и через 5-10 минут просите ребенка повторить их. Он должен вспомнить не менее 6. Позже мы будем с вами говорить о методах тренировки памяти, а пока только возьмите себе на заметку, что вам нужно обратить внимание на кратковременную память ребенка. Особый вид кратковременной памяти – **активная рабочая память.** Например, если ребенок делает аппликацию, он должен помнить о том, какую картинку взял за образец, куда положил ножницы, обрезки бумаги нужного цвета, закрыл ли тюбик с клеем и т. д. Если он постоянно путается, то вполне вероятно, что при обучении в школе у него будет вечный беспорядок на рабочем столе, в портфеле и в голове. Этот вид памяти тоже можно тренировать, просто нужно обратить на это внимание и поставить перед собой и ребенком соответствующую задачу. И наконец, **долговременная память,** которая, как легко догадаться, является залогом успешного обучения и в начальной, и в средней, и в высшей школе. Вы можете проверить состояние долговременной памяти ребенка по тому, насколько легко он заучивает стихи, как точно запоминает события, происходившие несколько месяцев назад, а также содержание любимых книг, новые слова и понятия и т. д.

Состояние здоровья

Давайте подробнее остановимся на здоровье будущего первоклассника. На что вам стоит обратить внимание?

Мы уже говорили о том, как важно посетить **невролога,** а также хорошего психолога, если вы подмечаете у вашего ребенка следующие симптомы и особенности поведения:

– совершает неконтролируемые, «бессмысленные» движения (моргает, покашливает, трет нос, грызет ногти, крутит и мнет что-то в пальцах, мотает головой, подскакивает на месте);

– в возрасте 5–6 лет может концентрировать внимание не больше чем на 1–2 минуты, причем его занятия непродуктивны (например, он не ищет в книге картинки или не пытается построить из нее тоннель для машин, а просто бездумно перебирает страницы или рвет бумагу);

– постоянно получает травмы из-за своей повышенной подвижности и неумения вовремя остановиться;

– есть стойкие нарушения сна;

– речь ребенка быстрая и неразборчивая;

– есть задержка развития речи при нормальном интеллекте;

– ребенок замкнут, отчужден;

– даже при нормальной речи чаще молчалив, отвечает «через силу»;

– не может приспособиться к правилам детского сада или развивающей группы;

– не умеет налаживать контакты с детьми, при том, что общительность повышена, не способен выслушивать другого (чаще всего просто не может перестать говорить), не чувствует «рамки» при общении со взрослыми;

– постоянно вялый, заторможенный, производит впечатление не окончательно проснувшегося;

– вообще не проявляет инициативу, не любит всё новое;

– не может выполнять программу детского сада или начальной школы из-за «медлительности», «несообразительности».

О чем говорят эти признаки? Дело в том, что многие дети во время второй половины беременности или в родах получают микротравмы спинного и головного мозга. Результатом этих травм часто становится нарушение процессов возбуждения и торможения в мозге ребенка. Такие младенцы излишне беспокойны, легко начинают кричать и не могут остановиться либо, напротив, излишне спокойны, много спят и медленно развиваются. Поскольку дети обладают огромными резервами для восстановления, в большинстве случаев благодаря родительской заботе и своевременной медицинской помощи они преодолевают трудности первого года жизни и в дальнейшем развиваются нормально. Однако при повышении нагрузки на нервную систему в детском саду или в школе

«старые раны» могут снова «заболеть». Для того чтобы предотвратить это, перед школой ребенку стоит пройти лечение у невролога и специальные занятия с психологом.

Следующие признаки свидетельствуют о том, что у вашего ребенка могут быть неврологические нарушения. Обязательно расскажите о них врачу на приеме:

– у вас была патология беременности (поздний токсикоз, гипоксия) и родов (затяжные или быстрые роды, преждевременные роды, применение щипцов, давления на брюшную стенку, гипоксия ребенка в родах, низкие оценки по шкале Апгар при рождении, гематомы и др.);

– на первом году жизни ребенку ставили диагнозы «перинатальная энцефалопатия», «перинатальное поражение ЦНС», «внутричерепная гипертензия», «гипертензионный синдром», «астенический синдром», «минимальная мозговая дисфункция», «задержка психомоторного развития»;

– в течение первых лет жизни у ребенка была задержка развития речи;

– периодически наблюдаются (или наблюдались раньше) тики или другие навязчивые движения;

– жалобы на головные боли, нарушения сна;

– энурез;

– астматический бронхит и другие аллергические заболевания;

– метеочувствительность и вегетососудистая дистония, внезапные, ничем не обусловленные перепады настроения; при обучении чтению и письму в возрасте 5–6 лет ребенок плохо узнает буквы, путает, переворачивает и пропускает их, не может правильно списать простое предложение;

– у ребенка был нервный срыв или заболевания даже при незначительной нагрузке.

Хочу подчеркнуть еще раз: речь идет об очень распространенных явлениях, которые, по сути, являются не заболеваниями, а лишь особенностями развития ребенка. Однако в данном случае можно и нужно «подстелить соломку», чтобы избавить ребенка от лишнего стресса в школе.

Другой специалист, с которым вам обязательно нужно встретиться, – это **логопед.** Разумеется, вы сами пойдете к нему, если у вашего ребенка грубые нарушения речи, которые мешают окружающим его понять. Но существуют и не столь очевидные проблемы, которые, возможно, незаметны на первый взгляд, но могут существенно затруднить вашему ребенку обучение в школе. Например, если он неправильно произносит звук, сам не замечая этого (путает Л и Р и т. д.), или слово (добавляет лишний слог либо, напротив, сокращает их

количество), то он не сможет услышать слово правильно и продиктовать его сам себе. Результатом будут стойкие ошибки при письме или нарушение письменной речи – дисграфия.

В норме к 6 годам ребенок должен полностью овладеть всеми звуками родного языка, научиться строить сложноподчиненные предложения (с союзами «а», «но», «что», «потому что» и т. д.), согласовывать слова между собой, пользоваться всеми тремя склонениями существительных, спряжениями, временами и родами глаголов, степенями сравнения прилагательных и наречий, склонением местоимений. Таким образом, по уровню сложности его речь практически ничем не должна отличаться от речи взрослого. Ребенок может сказать: «Красная чашка больше, а синяя – меньше»; «Не хочу надевать эту шапку, потому что она колючая»; «Хочу гулять с Алешей, потому что он мой друг». Если же он картавит, путает род, числа и спряжения (например, говорит «Красный чашка – большой», «Алеша – моя друг» или «Шапка – бяка, не надо»), то ему нужны занятия с логопедом.

Иногда нарушения речи становятся очевидными, когда ребенок начинает учиться письму и чтению. Обязательно обратитесь к логопеду, если ваш ребенок постоянно делает следующие ошибки:

– не умеет хорошо выделять звуки на слух и часто заменяет их похожими (например, вместо ЗАЯЦ пишет САЯЦ, вместо ШКАФ – ЖКАФ);

– пропускает звуки при чтении и буквы при письме: КРОТ читает как КОТ, САЛОН как СЛОН; переворачивает буквы;

– не умеет правильно разделять слова в фразе (вместо ТУТ КОШКА ребенок читает и пишет ТУТКОШКА);

– путает похожие по графическим очертаниям буквы;

– есть нарушение грамматической структуры речи – при чтении и письме выпадают падежные окончания и т. д. (например: «Наш кошка сидит на стол»);

– не понимает смысла правильно прочитанных слов и предложений.

Стоит также посетить **окулиста** (если у вашего ребенка снижено зрение, очевидно, что у него будут трудности при обучении)
и **ортопеда** (неисправленные вовремя нарушения осанки доставят ребенку в школе массу неприятностей). Пусть также ребенка осмотрит врач **ЛОР** и убедится, что у него нет хронических очагов инфекции в области «уха, горла и носа». Если такие очаги есть (у ребенка увеличение аденоидов, хронический тонзиллит, частые отиты и т. д.), то перед школой их нужно основательно пролечить. Первоклассники часто болеют простудными заболеваниями, и хотя мы вряд ли можем совсем оградить ребенка от простуд, для нас важно, чтобы они протекали легко

и без осложнений. **Стоматолог** должен исключить наличие таких же очагов хронической инфекции в ротовой полости.

Особенности характера

В течение 6 или 7 прошедших лет вы, скорее всего, систематически занимались воспитанием вашего ребенка. Вы приучали его к опрятности и порядку, учили быть вежливым, терпеливым, добрым и храбрым. Вы рассказывали ему о тех правилах, которые приняты в обществе, и на собственном примере учили, как можно вести себя в сложных ситуациях. Но сейчас я хочу поговорить не о результатах вашего воспитания, а о тех особенностях, которые ребенок получил от природы. И если вы не удовлетворены результатом своих усилий, возможно, причина именно в противоречиях между врожденным темпераментом ребенка и вашими установками и методами воспитания. Тогда еще не поздно всё исправить.

Итак, **темперамент.**

Современные психологи определяют темперамент как «стиль поведения, присущий ребенку… Темперамент позволяет охарактеризовать скорость и яркость психических реакций ребенка, особенности настроения и внимания независимо от конкретного содержания его переживаний»[1]. Обычно темперамент заметен еще в колыбели. Один ребенок, проголодавшись или намочив пеленки, закричит, но быстро успокоится, как только неприятность будет устранена; другой не заплачет, а тихо захныкает и после того, как его покормят и перепеленают, будет долго хныкать, вспоминая, как его обидело мироздание; третий не просто закричит, а «заорет благим матом»; а четвертый перевернется на другой бок и будет мирно спать.

У первого из описанных младенцев – сангвиника – процессы возбуждения и торможения гармонично сбалансированы.

У второго – меланхолика – сравнительно медленно развивается процесс возбуждения, а торможение наступает быстро. Как следствие, меланхолик быстро утомляется. Младенцы-меланхолики – это обычно «ручные дети», которые чувствуют себя комфортно только под боком у мамы. Если мама «по педагогическим соображениям» будет редко брать их на руки, истощение нервной системы будет наступать еще быстрее, и у крошечного малыша может развиться настоящий «взрослый» невроз.

У холерика и возбуждение, и торможение происходят одинаково быстро, такой младенец практически мгновенно переходит от состояния абсолютного страдания к состоянию абсолютной удовлетворенности и счастья. Однако если родители вдруг начинают «мериться характерами» с таким ребенком («У меня криком ничего не добьешься»; «Пока не замолчишь, на руки не возьму»), это может закончиться неврозами для

обеих сторон. И младенец в этом ничуть не виноват: он вовсе не пытался «сесть вам на шею» или «настоять на своем», он просто общался с вами в том режиме, какой заложила в него мать-природа.

И наконец, последнего из младенцев – флегматика – не так легко взбудоражить. У него слабое возбуждение и сильное торможение. Такие младенцы проводят большую часть первого года жизни во сне.

У взрослого человека темперамент, как правило, «затушеван» воспитанием, но у маленького ребенка он обычно определяется без труда. Сразу хочу подчеркнуть: речь идет именно о врожденных особенностях работы нервной системы, которые можно учитывать, но нельзя изменить. Холерик не перевоспитывается в сангвиника, а меланхолик – во флегматика. Разумеется, с годами человек становится спокойнее, собраннее, терпеливее, но для этого действительно нужны годы.

Какими же становятся дети с разными темпераментами к 6–7 годам?

Меланхолик по-прежнему долго «раскачивается» и быстро утомляется, с трудом приспосабливается к напряженным жизненным условиям. Подрастая, такой ребенок может оказаться очень активным и своенравным, но главное – нелюбовь к переменам остается с ним. Все дети в определенном возрасте – великие традиционалисты, но меланхолик в первую неделю после переезда на дачу боится покидать дом и уходит из песочницы при первом резком движении играющих там детей. Соответственно и заниматься с ним нужно очень медленно, не торопясь и глубоко прорабатывая каждую тему, стараясь не ошеломить ребенка потоком новых сведений. Тогда он может поразить вас (и учителей) прекрасной памятью, прилежанием, тщательностью выполнения работ, а главное – глубиной и нестандартностью мышления.

Холерик, напротив, быстро «загорается», но и быстро утомляется именно тогда, когда от него требуется каждодневная мелкая работа. Часто у холериков проблемы с речью просто потому, что у них не хватает терпения проговаривать последовательно все звуки. На площадке или в песочнице холерик может легко прослыть драчуном, но он дерется не со зла – просто объясняться кулаками быстрее и понятнее. Но иногда могут поколотить и его самого – он так кричит и машет руками, что дети пугаются и не знают, как его остановить. Если природа послала вам ребенка-холерика, нарисуйте себе медаль, повесьте на шею и кидайтесь в бой. Заниматься с такими детьми надо быстро, весело и с выдумкой – тогда они постигают науки семимильными шагами. Если вы заставите холерика три-четыре раза переписать не получившуюся строчку, у него гарантированно возникнет отвращение к чистописанию. Лучше показать ему ошибки (а еще лучше предложить самому их найти) и исправить их через пару часов, а то и на следующий день (если удастся договориться с учителем). Через несколько дней не

мешает вернуться к старой теме и все повторить – у холериков часто бывает «короткая память».

Для такого ребенка будут очень важны навыки общения со сверстниками и со взрослыми. Старайтесь обращать его внимание на последствия его поступков. «Видишь, ты стукнул девочку, теперь она боится с тобой играть, и мне придется увести тебя с площадки. Видишь, ты сбросил машинку с высоты, и теперь она сломана». Приготовьтесь повторить раз пятьдесят-сто, и на 101-й до ребенка обязательно дойдет. Научите его просить прощения, даже если он не чувствует себя виноватым. «Я не нарочно тебя стукнул, но мне очень жаль, что тебе больно». Учите ребенка подвижным играм, чтобы он мог быть заводилой на детской площадке. Давайте ему возможность побывать во взрослой компании, но заранее попросите взрослых, чтобы они не фамильярничали с вашим ребенком, научили его держать дистанцию, обращаться ко взрослому человеку на Вы и по имени-отчеству, вежливо просить и терпеливо дожидаться, когда на него обратят внимание. Например, если ваш ребенок постоянно пристает к вам, когда вы говорите по телефону, заведите специальную «телефонную коробку» с играми и головоломками и договоритесь, что как только вы начинаете длинный телефонный разговор, ваш ребенок может заняться играми из этой коробки. С помощью таких простых приемов вы можете научить его контролировать собственное поведение и уважать чужое время. В детском саду, в школе, в кружках важно добиться полного взаимопонимания с воспитателем. Да, ваш ребенок зачастую плохо себя контролирует, его нужно останавливать, прежде чем он наломает дров, но это не значит, что на него можно навешивать ярлыки «драчуна», «хулигана», «неуправляемого и невоспитанного», «педагогически запущенного». Пусть лучше воспитатель скажет ребенку, что именно в его поведении мешает окружающим. После этого, если ребенок будет стараться исправиться, каждое его достижение, пусть даже самое маленькое, нужно отмечать и хвалить. «Я видела, как тебя обидел Гриша, как тебе хотелось подраться с ним, но ты отвернулся и ушел. Ты молодец»; «Сегодня ты не дрался целых полдня. Молодец. Это твой рекорд. Может, завтра попробуешь продержаться еще дольше?»

С **сангвиником** гораздо проще. Он, как правило, радует родителей, заставляя их почувствовать себя образцовыми, он любознателен, непоседлив, но одновременно и достаточно «вменяем»: его можно остановить, переключить на другое занятие, не чувствуя при этом, что разгружаешь вагон картошки. Такие дети – желанные гости на любых развивающих занятиях для малышей и на детских площадках. Единственное, что можно посоветовать их родителям, – не забывать, что их дети – это дети, и не перегружать малышей взрослыми занятиями. Если ребенок стал капризным, драчливым или, наоборот, вялым, начал часто болеть, значит, сейчас ему нужны не развивающие занятия, а спокойные и веселые игры с родителями и товарищами. И еще – не стесняйтесь просить о помощи. Жить с ребенком-сангвиником 24 часа в

сутки и семь дней в неделю – большое испытание, если только у вас самих не такой же темперамент. Сангвиники очень контактны и любят поболтать как с детьми, так и со взрослыми, поэтому пусть у вашего ребенка будет много собеседников и товарищей по играм. Иногда сангвиников, растущих в «свободных» и любящих семьях, также приходится приучать к мысли, что взрослые – это не только друзья, но и учителя, воспитатели, старшие товарищи, к которым нужно относиться с уважением и формальной вежливостью. В этом случае вам пригодятся советы, которые я давала, рассказывая о холериках.

Флегматик, на первый взгляд, тоже беспроблемный ребенок. Он спокоен, усидчив, методичен. Ему требуется много времени для того, чтобы научиться чему-то новому, но зато уж выучит он это хорошо, на совесть. Но… тот, кто мало просит, мало получает. В школах флегматики часто «застревают» на задних партах, а когда дело доходит до проверки знаний, выясняется, что их очень мало – просто не успел за классом и потерял нить рассуждений. Убедитесь, что учитель вашего ребенка понимает его особенности, умеет отличать «глупого» ученика от «медлительного» и готов строить обучение так, чтобы вашему ребенку было комфортно и он получал знания в том темпе, который ему кажется нормальным и естественным. Побуждайте ребенка в выполнению самостоятельных творческих работ – так он может расширить свои знания и блеснуть ими пред окружающими. Например, если в школе дети будут проходить тему «Приметы весны», вы с ребенком загодя можете сделать фотоальбом, который поможет ему при усвоении темы.

Другой важный вопрос, на который вы должны знать ответ, – относится ли ваш ребенок к **экстравертам** или **интровертам.** Эти сложные термины, введенные Карлом Юнгом, на самом деле обозначают очень простые понятия. Экстраверты – сосредоточенные на внешнем мире, черпающие энергию из общения и быстро устающие в одиночестве, а интроверты – люди, обращенные к своему внутреннему миру, для которых одиночество является отдыхом, а любая ситуация общения – работой.

Разницу между экстравертом и интровертом можно увидеть на следующем примере. Замечательный поэт Александр Кушнер так описал переживания ребенка-интроверта:

Не хочу идти я в сад:
Там гуляют а галдят,
Там старушки на скамейках
Неподвижные сидят.

Не хочу идти во двор:
Там работает мотор,
Вот уже вторые сутки

В нем копается шофер.

Не хочу идти я в тир:
Там висит на стенке тигр,
Я стрелял в него раз двести,
Прострелял уже до дыр.

Я хочу идти домой,
Там раздолье и покой,
Там мяукает и плачет
Без меня котенок мой.

Когда мой сын-экстраверт прочитал это стихотворение, он искренне изумился и сказал: «Глупый мальчик! Надо взять с собой котенка и пойти в сад, а потом во двор и в тир!» Это послужило хорошим поводом для разговора о том, что все люди разные и их представления о том, как хорошо провести время, могут сильно различаться.

Сам Юнг не считал, что человек может быть только исключительно экстравертом или интровертом. Скорее он представлял интровертность и экстравертность как два конца некой длинной шкалы, на которой каждый человек занимает свое уникальное место. Юнг полагал, что интроверсия и экстраверсия – это два состояния, присущих каждому человеку, и «идеальный» человек просто в нужные моменты поворачивается к миру то экстравертной, то интровертной стороной. Реальные же люди в силу своих генетических особенностей и психологических причин могут «застревать» то в одном, то в другом состоянии, но если им вовремя помочь, они могут научиться управлять своими «половинами» – быть общительными и раскованными в компании и сосредоточенными и молчаливыми в ситуации, когда необходима напряженная работа.

Сейчас ученые полагают, что эти особенности зависят от обмена веществ в коре головного мозга, т. е. речь идет о естественных и нормальных различиях. Нельзя сказать, что экстраверт лучше, а интроверт хуже или наоборот. Просто если мы отправляем ребенка в школу, т. е. в ситуацию, где ему придется и активно общаться, и не менее активно «думать и молчать», мы должны знать его слабые и сильные стороны.

Понятно, что у экстраверта гораздо больше возможностей стать «звездой класса». Он будет тянуть руку на уроках (даже не продумав ответ до конца), будет заводилой на переменах. Интроверт, скорее всего, предпочтет держаться в тени. Толковый учитель сам обратит на него внимание, сумеет дождаться от него ответа и убедится, что ребенок понимает учебный материал ничуть не хуже, а иногда даже глубже своих

экстравертных сверстников. Но если учитель не слишком хорошо знает психологию да еще и сам по натуре экстраверт, он вполне может решить, что его ученик-интроверт «тупой» и «ленивый». Точно такжеучителю-интровертуученик-экстраверт может показаться «болтуном» и «зазнайкой». Такие недоразумения лучше решать до начала учебы.

Как же определить, является ли ваш ребенок экстравертом или интровертом?

Если ребенок интроверт, он, вероятно:

– наблюдает и слушает, перед тем как присоединиться к какому-то действию;

– глубоко сосредоточивается на предмете своего интереса;

– радуется, когда остается в одиночестве в своей комнате;

– говорит только после того, как продумает тему;

– обладает ярко выраженным чувством личного пространства и не любит, чтобы кто-то сидел слишком близко или входил в его комнату без стука;

– уединяется в своем личном пространстве, а чтобы узнать, что он думает и чувствует, нужно ребенка об этом спросить;

– много говорит, если предмет разговора его интересует или если ему комфортно с людьми, но в других ситуациях может быть «молчуном» и даже «букой».

Как организовать комфортные условия для ребенка-интроверта? Поговорите с учителем. Объясните ему, что ваш ребенок быстро устает в шумных компаниях, что он очень стеснителен, и даже если он твердо знает материал, ему часто нужно «особое приглашение» в очень доброжелательном тоне, чтобы он начал говорить (стеснительность и интроверсия – совершенно разные явления, но слова «стеснительный ребенок» будут понятнее, чем «ребенок-интроверт»). Если ребенок впадает в панику при мысли о том, что ему придется отвечать перед всем классом, учитель может сначала спрашивать его в индивидуальном порядке на перемене. Возможно, он также разрешит ребенку оставаться на перемене в классе, чтобы тот мог посидеть в тишине.

Дайте ребенку отдохнуть 2–3 часа после возвращения из школы. Не приставайте с расспросами. Предложите ему посидеть в одиночестве или вдвоем с вами, включите спокойную музыку, попейте вместе чай и т. д. (неплохо устраивать такие таймауты и с ребенком-экстравертом, просто они требуются ему не так часто, как интроверту). Дайте ребенку возможность делать уроки в одиночестве (если он сам не попросит вас посидеть рядом). Если нужно, «пробегитесь» вместе по заданиям,

спросите ребенка, как он намерен их выполнять, потом вместе оцените результат и исправьте ошибки.

Не перегружайте ребенка «коллективными мероприятиями», но и не отрывайте его полностью от компании других детей. Пусть у него для начала будут один-два спокойных товарища по играм. Если он не заводит друзей среди одноклассников, предложите ему внимательнее присмотреться к ним, решить, кто ему симпатичен, в какие игры ему хотелось бы играть, совместно разработайте план (об этом мы будем говорить далее).

Помните, что если ваш ребенок не демонстрирует бурные эмоции, это еще не значит, что он не переживает свои успехи и неудачи, почаще говорите ему: «У всех детей что-то не получается – просто потому, что они маленькие и не всё знают и умеют. Когда ты немного подрастешь, многое будет проще».

Если ребенок не может сразу ответить на ваш вопрос или выполнить задание, не настаивайте, дайте ему время освоиться и вернитесь к этому позже, почаще повторяйте: «Нам некуда торопиться, у нас куча времени».

Не сердитесь, если ребенок протестует, когда вы нарушаете его уединение или берете его вещи. Если ребенок устал или расстроен, даже ласковое прикосновение может быть для него невыносимым.

Если ребенок экстраверт, он, вероятно:

– предпочитает одиночеству компанию и шумные развлечения;

– получает энергию во время игр, общения с другими детьми и в активной деятельности;

– хочет рассказать вам немедленно всё о своих впечатлениях и идеях, о мыслях и чувствах;

– думает вслух, например: в поисках оставленных где-то вещей ходит по дому и спрашивает: «Где же мой мячик?» или «Я ищу свой плеер» (чтобы принять решение, он должен его проговорить);

– ему нужно постоянно слышать одобрение и он открыто просит об этом (например, ему хочется услышать, что он хорошо поработал или что вам нравится его подарок);

– он любит разнообразие и легко отвлекается.

Как организовать комфортные условия для ребенка-экстраверта? Предупредите учителя, что ваш ребенок – непоседа, у него могут быть трудности с дисциплиной, но он будет очень стараться. Экстраверты часто ведут себя плохо просто потому, что слишком увлечены своими идеями и не замечают ничего вокруг. Достаточно напомнить им доброжелательным тоном о правилах поведения, и они исправляются, в то время как резкое замечание может их обидеть, и они начнут хулиганить назло.

Когда ваш ребенок готовит уроки, дайте ему возможность обсуждать с вами то, что он делает, так ему будет легче думать.

У экстравертов могут быть проблемы со сверстниками, потому что они не очень хорошо умеют анализировать свои эмоции и часто не понимают, из-за чего возник тот или иной конфликт. Для того чтобы научить их слушать другого, давайте им обратную связь: «Возможно, учителю не понравился твой ответ, потому что он видел, что ты говорил, не думая»; «Наверное, учительница очень устала от вашего шума и поэтому прикрикнула на вас»; «По-моему, этот мальчик хочет побыть один. Может быть, у него плохое настроение»; «Я хочу рассказать тебе кое-что интересное, но у меня ничего не получится, если ты будешь меня перебивать».

Помните, что даже экстравертным детям надо регулярно отдыхать. Ребенок-экстраверт может сам не чувствовать, что устал. Он просто становится более шумным, более смешливым, более подвижным и менее управляемым. Обратите его внимание на его поведение – он должен научиться «отслеживать» свою усталость и вовремя давать себе отдых.

Не мешайте ему заниматься в пяти кружках одновременно, если он этого хочет, но следите, чтобы он не переутомлялся.

Если вам с ребенком придется долгое время провести в ожидании, заранее подумайте о развлечениях. Научите его простейшим играм на бумаге или играм с головоломками, чтобы он мог при необходимости терпеливо ждать, не изводя окружающих.

Очень часто неудачи вашего ребенка в учебе обусловлены тем, что объяснения учителя для него непонятны. Например, учитель рассказывает, вместо того чтобы нарисовать картинку, или, наоборот, рисует схему, а не показывает на практике, как работает то или иное правило. Дело в том, что современный человек познает окружающий мир с помощью трех важнейших чувств: зрения, слуха и осязания (обоняние и вкус являются вспомогательными чувствами). Исследования показали, что эти три системы развиты у разных людей неравномерно. Одни ориентируются в основном на зрение, вторые – на слух, третьи – на осязание, поэтому мы можем (очень условно и с большой натяжкой) разделить людей на три группы: **визуалы («зрители»), аудиалы («слушатели»)** и **кинестетики («деятели»).**

Если мы предложим «слушателю» объемный макет, «кинестетику» – плоскую картинку, а «зрителю» – подробный рассказ о предмете, им придется действовать в непривычной для себя среде, и эффективность их обучения будет гораздо ниже, чем если бы каждому позволили учиться «в своем стиле». Хороший учитель старается строить урок так, чтобы у детей была возможность и «послушать», и «посмотреть», и «поделать». Однако если у вашего ребенка трудности с пониманием той или иной темы, то вы можете помочь ему, построив объяснение так,

чтобы ему было удобно. Например, если вы хотите объяснить ребенку тему «круговорот воды в природе», то для «слушателя» лучшим способом будет чтение соответствующей главы из какой-нибудь научно-популярной книжки для детей, написанной хорошим языком. Для «зрителя» оптимальным объяснением будет картинка, на которой капельки воды, поднимаясь из озера в виде пара, собираются в облака, а потом из облака льет дождь. И наконец, «деятелю» можно предложить простейший опыт: накрыть стакан с горячей водой блюдцем и через пару минут показать, что на холодном блюдце осели капельки воды из пара. В этом опыте стакан – это аналогия озера, блюдце – облака, в котором водяной пар охлаждается, снова превращается в воду и изливается на землю дождем.

При этом будьте внимательны – не перепутайте себя и своего ребенка! Если вы «деятель», а ребенок – «слушатель», опыт, вероятно, покажется вам наиболее доходчивым объяснением, в то время как ваш ребенок предпочел бы рассказ.

Следующий тест поможет вам узнать, к какой группе относится ваш ребенок, точнее, насколько у него развиты навыки «зрителя», насколько – «слушателя» и насколько – «деятеля», ведь каждый человек, пусть и в разной степени, умеет пользоваться всеми тремя системами[2]. Поставьте «галочки» напротив тех утверждений, которые относятся к вашему ребенку, и посчитайте, сколько баллов он набрал в каждом из трех разделов (каждая «галочка» равна одному баллу). Если у вашего ребенка трудности с пониманием какого-то учебного материала, попробуйте построить объяснения в соответствии с его ведущей системой восприятия (зрительной, слуховой или осязательной) и оцените результат.

Навыки «зрителя»:

– любит головоломки и настольные игры;

– с удовольствием пользуется компьютером и калькулятором;

– обучается новым вещам, наблюдая;

– пишет старательно;

– делает аккуратные и красивые художественные работы;

– настольные игры предпочитает играм на свежем воздухе;

– любит бадминтон и другие игры с мячом, которые требуют хорошего зрительного контроля;

– прежде чем принять участие в игре, наблюдает за играющими;

– может воспроизводить буквы и цифры по памяти;

– помнит о том, что ему показывали;

– следит за чистотой своей одежды;

– следит за чистотой своего рабочего места.

Навыки «слушателя»:

– использует такие же обороты речи, что и взрослые;

– использует грамматически правильные предложения;

– рассказывает тщательно продуманные истории;

– любит пластинки и кассеты;

– любит книги и фантазии;

– обучается новым вещам, читая инструкции;

– любит игры с твердо установленными правилами;

– предпочитает игры, которые требуют словесного общения;

– во время работы разговаривает сам с собой;

– свободно рассказывает о своих чувствах;

– лучше всего обучается, заучивая наизусть;

– любит спрашивать и отвечать на вопросы.

Навыки «деятеля»:

– стремится изобразить события, вместо того чтобы рассказать о них;

– любит игры, требующие большой ловкости;

– хорошо ездит на велосипеде, учится плавать, кататься на коньках, на лыжах, на роликах и т. д.;

– плохо переносит ситуации, когда необходимо спокойно посидеть, например, за книгой;

– почти каждой игрушке находит полноценное применение, порой использует их самым неожиданным образом;

– очень хорошо координирован;

– выражает эмоции действием, а не словами;

– работает в окружении полнейшего беспорядка, ухитряясь переворошить свое рабочее место за несколько минут;

– начинает действовать, не дослушав объяснения, но до многого доходит сам в процессе работы;

– в музеях больше всего любит макеты и движущиеся модели;

– любит мастерить, но поделки не слишком аккуратные, «главное – чтобы работало»;

– любит компьютерные игры, в которых персонажам приходится активно действовать.

Не забывайте: ведущий канал восприятия у ребенка меняется с возрастом. Как правило, маленькие дети – «деятели» и «зрители», ближе к школьному возрасту важнее становятся навыки «слушателя». Этим переменам и гармоничному развитию всех трех способов восприятия можно помочь, причем это совсем нетрудно, а результат, как правило, себя оправдывает. Просто давайте ребенку возможность попрактиковаться в работе с другими системами. Предложите «деятелю» подвижные игры, в которых нужно внимательно слушать команды ведущего и выполнять соответствующие действия либо внимательно следить за ведущим и повторять его движения. Предложите «зрителю» слушать ваш рассказ и рисовать к нему иллюстрацию прямо во время чтения, а «слушателю» – составлять рассказы по картинкам ИТ. д.

Если ребенок – левша

Все дети – особенные, но некоторые – особеннее других. К таким «особо особенным» детям относятся левши.

Вы, наверное, уже знаете, что каждое из полушарий головного мозга выполняет свои определенные функции. У правши правое полушарие работает с образами, а в левом размещаются речевые центры и центры распознавания знаков (алфавит, математические знаки, дорожные знаки и т. д.).

У абсолютного левши полушария полностью поменялись функциями: правое отвечает за речь, левое – за образное мышление. Все эти особенности окончательно формируются к 5–7 годам, до этого «ведущая» рука может периодически меняться.

И абсолютным правшам, и абсолютным левшам развиваться относительно комфортно, они без особого труда овладевают навыками речи, письма и чтения, если только левшу насильно не переучивали писать правой рукой. Но кроме абсолютных левшей и правшей примерно у 50 % населения отмечается так называемое мозаичное, или скрытое левшество. Такого левшу могут начать переучивать «ненарочно».

Кроме того, скрытое левшество часто связано с травмами, полученными в период родов, поэтому у таких детей могут быть трудности с пониманием речи, грамотным письмом, почерком, координацией движений. Им нужна помощь хорошего логопеда в возрасте 5–6 лет, т. е. перед тем, как они начнут посещать школу.

Следующий тест поможет вам определить, есть ли у вашего ребенка признаки скрытого левшества, и своевременно обратиться к

специалисту.

Тест на определение «рукости»[3].

Система М. Г. Князевой и В. Ю. Вильдавского.

Для того чтобы результаты тестирования были объективными, постарайтесь соблюдать следующие условия:

1) лучше, чтобы ребенок не знал, что вы что-то проверяете, поэтому предложите ему позаниматься или поиграть;

2) это должна быть игра по правилам: взрослый должен сидеть строго напротив ребенка, а все приспособления, пособия, предметы следует класть перед ребенком на середину стола, на равном расстоянии от правой и левой руки. Лучше, если коробочки, бусины, мяч, ножницы и т. п. будут разложены рядом со столом на низком столике, чтобы ребенок не видел их, не отвлекался.

1. Первое задание – рисование. *Положите перед ребенком лист бумаги и карандаш (фломастер), предложите ему нарисовать то, что он хочет. Не торопите ребенка. После того как он закончит рисунок, попросите его нарисовать то же самое другой рукой. Часто дети отказываются: «Я не умею»; «У меня не получится». Можете успокоить малыша: «Я знаю, что трудно нарисовать такой же рисунок правой (левой) рукой, но ты постарайся». Подбодрите его, скажите, что он делает всё верно. В этом задании нужно сравнить качество выполнения рисунков. Проследите за тем, чтобы ребенок правильно и удобно держал ручку или карандаш, не напрягался при выполнении задания, правильно сидел.*

Во всех заданиях, приведенных далее, ведущей рукой следует считать ту, которая выполняет более активное действие.

2. Второе задание – открывание небольшой коробочки, *например спичечного коробка. Предложите ребенку несколько коробков, чтобы повторение действия исключило случайность в оценке этого теста. Задание: «Найди спичку (фигуру) в одной из коробочек». Ведущей считается та рука, которая открывает и закрывает коробочки. Вы можете использовать для этого задания коробочки со счетными палочками.*

3. Третье задание – «Построй колодец из палочек (спичек)». *Попросите ребенка сначала из палочек (спичек) построить четырехугольник, а затем выложить второй и третий ряды.*

4. Четвертое задание – «Игра в мяч». *Нужен небольшой мяч (теннисный), который можно бросать и ловить одной рукой. Положите мяч на стол прямо перед ребенком и попросите бросить мяч вам. Задание нужно повторить несколько раз. Можно бросать мяч в цель, например в корзину, ведерко, круг.*

5. Пятое задание – вырезание ножницами рисунка по контуру. *Можно использовать любую открытку (вырезать цветок, зайчика, узор и т. п.). Учтите, что более активной может быть рука, которой ребенок держит ножницы, и та, которой он держит открытку. Ножницы могут быть неподвижны, а открытку ребенок будет поворачивать, облегчая процесс вырезания. Вы можете получить неверный результат, если размер и форма ножниц не соответствуют руке ребенка. Это задание можно заменить раскладыванием карточек лото (карт). Все карточки (10–15 штук) ребенок должен взять в одну руку, а другой (как правило, эта рука ведущая) раскладывать карточки. Можно использовать карточки детского лото. Карточки стопкой нужно положить строго на середину стола перед ребенком и только после этого еще раз сформулировать задание: «Возьми все карточки в одну руку, а другой разложи их перед собой». Для того чтобы ребенку было интереснее, попросите его называть то, что нарисовано на карточках.*

6. Шестое задание – нанизывание бисера или пуговиц на иголку с ниткой или шнурок.

7. Седьмое задание – выполнение вращательных движений. *Предложите ребенку открыть 2–3 баночки с завинчивающимися крышками. Учтите, ребенок может держать флакон или баночку за крышку, а крутить сам пузырек.*

8. Восьмое задание – развязывание узелков *(заранее неплотно завяжите несколько узлов из шнура средней толщины). Ведущей считается та рука, которая развязывает узел (другая его держит).*

В этом задании бывает трудно выделить ведущую руку, так как развязывание узелков – процесс довольно сложный, и ребенок, как правило, использует обе руки. Возможен и другой вариант этого задания – составление цепочки из скрепок. Обычно ребенок в одной руке держит скрепку, а другую скрепку пытается присоединить.

9. Девятое задание – построить из кубиков дом, ***ограду и т. п.*** *Ведущей является рука, которая чаще берет, укладывает и поправляет кубики. При складывании кубиков чаще используются обе руки. Кроме того, это довольно привычный вид деятельности для любого ребенка, поэтому можно продублировать задание, предложив ребенку конструктор, мозаику с конкретным заданием.*

10. Десятое задание – для родителей. *Это данные о семейной леворукости. Есть ли в семье у ребенка леворукие родственники – родители, братья, сестры, бабушки, дедушки?*

Составьте таблицу из трех колонок: «Левая рука», «Правая рука», «Обе руки», занесите в них полученные результаты. В последнем задании при ответе «да» поставьте плюсик в колонку «Левая рука».

Если вы получили больше семи плюсов в графе «Левая рука», то ребенок, скорее всего, леворукий.

Внимательно проанализируйте результаты. Если вы получили все плюсы в графе «Левая рука» за задания 2–9, а за первое – рисование – плюс будет стоять в графе «Правая рука», то это означает, что бытовые действия ребенок действительно может лучше выполнять левой рукой, а графические – правой. В этом случае, выбирая руку для письма, следует учесть преимущество правой в выполнении графических заданий.

Что же делать, если ребенок уверенно «голосует» за левую руку? В обыденной жизни левшество не сильно мешает ребенку: не так уж трудно научиться есть или рисовать левой рукой, а ножницы для леворуких уже есть в продаже. Но как он будет писать в школе? Вот что беспокоит большинство родителей, и здесь действительно есть свои трудности и секреты. Если ваш учитель не знает о них, расскажите ему и договоритесь о том, что книжки и тетради леворукого ребенка будут немного отличаться от книжек и тетрадей его товарищей-правшей.

У абсолютного или «скрытого» левши глаза часто скользят по строчке не слева направо, а справа налево, поэтому он может затрудняться с чтением слов, пытаться прочесть их наоборот, переворачивать буквы и путать части слова при письме. Помечайте левую часть слова (предложения, строки) красным карандашом, а правую – синим и учите читать «от красного к синему», ведя пальцем по строке. Когда ребенокхорошо освоит этот прием, просите его самого находить начало строки, но по-прежнему следите, чтобы палец равномерно двигался по строке и помогал ребенку при чтении, пока у него не сформируется четкий навык чтения в правильном порядке. Никогда не торопите ребенка при чтении!

Если ребенок переворачивает буквы, повесьте над его столом алфавит с печатными и письменными буквами, просите его посмотреть, как пишется буква, и скопировать ее.

Для упрочения навыков правильного письма помогут прописи, в которых детям нужно обводить прописанные пунктиром буквы (особенно если в них стрелочками отмечено направление, куда должна двигаться ручка), а также упражнения типа «корректурной пробы»: напишите на строке вперемешку несколько букв «правильных» и перевернутых и попросите ребенка зачеркнуть неправильные буквы.

Если ребенок пишет левой рукой, научите его правильно располагать тетрадь и руки на столе. Чтобы ребенок видел, что он пишет, тетрадь должна лежать на столе с наклоном вправо, правый нижний угол страницы должен быть направлен к середине груди ребенка, а кисть левой руки с ручкой или карандашом находятся под строкой. Руки ребенка-левши должны лежать на столе так, чтобы локоть левой руки

немного выступал за край стола и левая рука свободно двигалась по строке сверху вниз, а правая лежала на столе и придерживала лист, чтобы он не ерзал. При этом буквы будут писаться с наклоном влево, переучивать ребенка на «правый» наклон не нужно, да это и просто невозможно.

Отмечайте красным цветом левое поле в тетради, а синим – правое. Делайте это до тех пор, пока ребенок не научится писать слева направо.

Девочка или мальчик – имеет ли это значение?

Существует мнение, что девочки в основной своей массе лучше учатся в школе, потому что они спокойнее, аккуратнее, прилежнее мальчиков. Зато мальчики большего добиваются в жизни, потому что они инициативнее, изобретательнее, настойчивее.

Иногда эти особенности объясняют тем, что мозг у мальчиков и девочек устроен по-разному. Но, скорее всего, причина в другом.

Исследования психологов показали, что матери совершенно неосознанно еще в первые недели жизни чаще берут на руки младенцев-мальчиков, побуждают их посмотреть, послушать, проявить активность. В «ползунковом» возрасте мальчиков, наоборот, быстрее спускают на пол, поощряют самостоятельное ползание, исследование пространства. Младенцев-девочек в первые недели чаще оставляют «спокойно полежать» в кроватке, а в возрасте 5–6 месяцев реже, чем мальчиков, отпускают в «свободное плавание» и напротив: чаще сажают на колени, разговаривают, побуждают пристально наблюдать за мимикой лица. В результате уже полуторагодовалые девочки из набора картинок чаще всего выбирают изображения людей и их лиц, а мальчики – «интересных» предметов. Кроме того, от девочек достоверно раньше начинают требовать чистоты и опрятности, а также элементарного самоконтроля (умения ходить на горшок, есть самостоятельно и не отвлекаясь, самостоятельно одеваться и т. д.). В результате уже 2-3-летние девочки часто производят впечатление более дисциплинированных и «социализированных», чем их сверстники-мальчики. При этом в мальчиках стремятся воспитать активность, спонтанность, изобретательность, менее жестко реагируют на их возрастное упрямство и т. д. Позже мальчикам рекомендуют энергичные игры с мячом, борьбу, а девочкам – игры, требующие хорошей координации, кружки рукоделия, танцы.

Стоит ли удивляться тому, что девочки зачастую более усидчивы, внимательны к мелочам, хорошо чувствуют чужие эмоции, лучше владеют собой, а мальчики более энергичны, изобретательны, агрессивны?

Однако беда невелика, эти различия легко можно скорректировать, если больше говорить с мальчиками об их собственных и чужих чувствах, побуждать к тому, чтобы они больше наблюдали, сравнивали и т. д., а девочек поощрять к активным играм, исследованиям, учить их проявлять инициативу.

Сложность в другом. Из-за парадоксов нашего собственного воспитания мы часто даем детям противоречивые рекомендации, содержащие «скрытую провокацию». Например, отец говорит мальчику: «Веди себя хорошо, не смей драться», но при этом тон его голоса дает мальчику понять, что если он буквально выполнит совет отца, тот будет считать его слабаком. Разрываясь между двумя противоречивыми указаниями, мальчик может вести себя плохо только потому, что его убедили, будто «мальчик не должен быть слишком хорошим». При этом если его обидели, он не имеет права плакать («мужчины не плачут!») и, скорее всего, предпочтет кулачную расправу с обидчиком.

Для девочек предусмотрена другая «скрытая провокация»: «Старайся быть хорошей» («Но при этом не смей активно отстаивать свои права»). В результате девочки часто находят еще более изощренный способ заработать внимание и похвалу. Одна моя подруга рассказала мне такую историю: «Мой сын в первом классе сидел за одной партой с девочкой. Та была выше его на голову, но училась гораздо хуже и очень медленно читала. Часто она прямо на уроке шептала моему сыну на ухо: “Урод, малявка, твоя мама толстая как бочка!” Когда он не выдерживал и давал сдачи, учительница его наказывала. Мне пришлось попросить ее пересадить моего сына на другую парту». Надеюсь, что учительница также помогла девочке, потому что та, скорее всего, выбрала свою стратегию инстинктивно, сама этого не замечая. Вряд ли она четко сформулировала для себя, что «если он будет выглядеть плохим, я на его фоне буду выглядеть хорошей». В основе большинства проблем, связанных с поведением, – заниженная самооценка, уязвленное самолюбие и неумение найти эффективное решение. Подойди девочка к делу с рациональной точки зрения, она, безусловно, поняла бы, что «выглядеть хорошей» и «быть хорошей» – очень разные вещи и избранная ею игра ни на шаг не приближает ее к решению основной проблемы – научиться быстро читать. Конечно, такая задача не по силам семилетнему ребенку, это должны сделать взрослые – родители и учитель. Нужно выяснить, что мешает девочке читать так же быстро, как и ее сверстники, и показать ей, как можно преодолеть эти трудности. Тогда она не будет обижена на мир, почувствует уверенность в себе и своих силах, и у нее больше не будет необходимости играть на чужих нервах, чтобы ощутить себя «хорошей».

Если этого не произошло и игры, случайно усвоенные в детстве, входят в привычку, они могут далеко завести играющего. Молодые люди, играющие с преподавателями вуза или с милицией в «Посмотрим, что ты сможешь со мной сделать», девушки, играющие с молодыми людьми в

«Динамо» и «Убери руки, негодяй!», – это выросшие жертвы «скрытых провокаций». Однако вы можете положить конец этим опасным играм еще в детстве, если позволите своим детям независимо от их половой принадлежности быть искренними в своих чувствах и желаниях и искать эффективные пути решения возникающих проблем.

Знания

Должен ли ребенок уметь читать и считать, поступая в первый класс? На этот вопрос ответ однозначный – нет. Учителя не вправе требовать от будущего первоклассника умения читать, это запрещает Министерство образования, точно также, кстати, как и проведение любых тестов при поступлении в школу.

Забегая вперед, скажу, что если от вас всё же будут требовать прохождения тестов, вы можете сослаться на письмо Министерства образования РФ от 21 марта 2003 г. № 03-51-57ин/13-03 «Рекомендации по организации приема в первый класс», где, в частности, сказано: *«Прием детей в первый класс государственных и муниципальных общеобразовательных учреждений всех видов запрещается осуществлять на конкурсной основе (п. 3 ст. 5 Закона Российской Федерации “Об образовании”). <…> Все дети, достигшие школьного возраста, зачисляются в первый класс общеобразовательного учреждения независимо от уровня их подготовки. Собеседование учителя с ребенком возможно проводить в сентябре с целью планирования учебной работы с каждым учащимся».*

Но сформулируем вопрос по-другому: стоит ли заниматься с ребенком чтением и математикой дома? Поможет ли это ему в школе?

Всё зависит от самого ребенка. Если ваш малыш сам стремится к знаниям, если ваши занятия с ним легки и приятны для обоих, при этом вы предвидите, что у ребенка будут проблемы с дисциплиной, то, наверное, умение читать и считать может стать для него подспорьем в его первые школьные годы: он не будет тратить силы на усвоение школьной программы и сможет сосредоточиться на том, чтобы научиться контролировать свое поведение, и учитель будет относиться к его шалостям благосклоннее.

Однако если ваши уроки заканчиваются совместными слезами и толку от них чуть-чуть, не мучайте ни себя, ни ребенка. Вполне вероятно, что учителю будет проще самому объяснить первокласснику, как складывать буквы в слова.

Но гораздо важнее для успешного обучения в школе житейский кругозор. Речь идет о настолько элементарных вещах, что родители часто о них забывают.

Вот приблизительный список «житейских знаний», которые помогут вашему ребенку успешно сориентироваться в школе:

– уметь назвать полностью свое имя, отчество и фамилию, имена, фамилии и отчества родителей, номера их телефонов, а также свой адрес, номер и адрес детского сада (школы), фамилию, имя и отчество воспитательницы и т. д.;

– знать, сколько ему лет (хорошо также, если он может ответить, сколько лет было в прошлом году, сколько будет через год, через два);

– хорошо знать последовательность времен года и уметь хоть немного рассказать о том, что в это время года происходит в природе, какие праздники отмечают люди, а также сколько в году месяцев, сколько дней в неделе, что такое утро, день, вечер и ночь и т. д.;

– иметь представление о том, в каком городе он живет, как называются главная улица, главная площадь, какие есть в нем достопримечательности;

– знать, как называется страна, в которой он живет, какие народы в ней живут, на каких языках они говорят, как выглядят флаг и герб страны[4];

– иметь представление о том, какие звери и птицы живут в лесу, в деревне, в городе, в жарких странах и т. д.;

– знать, где работают его родители, какие существуют профессии, для чего они нужны;

– уметь описать картинку, составить по ней рассказ, разложить 3–4 картинки в нужной последовательности, объяснить, что на них происходит (например, мальчик взял санки, поехал с горы, упал, поднялся и отряхивает снег), а также найти общее слово для ряда предметов (чашка + чайник + кастрюля = посуда), играть в «третий лишний» («лишняя» чашка, потому что в ней не кипятят воду, «лишний» чайник, потому что у него носик, а у чашки и кастрюли их нет, «лишняя» кастрюля, потому что она не нужна для чаепития) и т. д.;

– твердо знать, что такое «длиннее» и «короче», «шире» и «уже», «тоньше» и «толще», «быстрее» и «медленнее» и т. д., что значит «поровну», «больше на один», «меньше на один», «сначала» и «потом» и т. д.

Для определения уровня интеллектуального развития ребенка существует множество тестов, и достоверными их результаты будут только в том случае, если их проводит квалифицированный психолог. Но поскольку вам непременно захочется «потренироваться», я приведу для вас один тест (с тем условием, что вы не будете принимать его результат за догму и посоветуетесь со специалистами).

Тест Керна-Йирасека впервые на русском языке был опубликован еще в 1978 г.[5] *Внешняя простота и быстрота проведения, наличие*

подробного описания действий ребенка, оцениваемых тем или иным баллом, сделали этот тест привлекательным не только для психологов, но и для педагогов, в том числе для воспитателей детских садов; по этому тесту стали делать категоричные выводы о готовности!неготовности ребенка к школьному обучению. Между тем сам Я. Йирасек подчеркивал, что если хорошие результаты по этому тесту достаточно надежно предсказывают высокую успешность обучения, то плохой результат такой прогностической способностью не обладает.

По наблюдениям Я. Йирасека, среди детей, которые при поступлении в школу показали результаты ниже среднего уровня, к концу второго класса половина хорошо успевали по основным предметам – математике и родному языку (хотя в начале обучения наблюдались некоторые трудности в адаптации из-за недостаточного развития умения управлять движениями пальцев рук). Таким образом, при плохом результате теста плохая успеваемость наблюдалась в 50 % случаев – это недостаточное основание для определенного вывода о «неготовности».

Это не значит, что низкие результаты по тесту Керна-Йирасека вообще не дают важной информации. Они являются поводом для повышенного внимания к ребенку, усиления эмоциональной и педагогической поддержки в самом начале обучения, а в некоторых случаях (при особенно низких результатах) – проведения углубленного психологического обследования.

Разумеется, если результаты теста окажутся ниже средних, а вашему ребенку еще не исполнилось 7 лет, не стоит торопиться с поступлением в школу – ребенок либо еще слишком мал, либо ему требуется основательная подготовка[6].

Диагностика готовности к школьному обучению.

Тест «Ориентировочный тест школьной зрелости».

Задание. Ребенку предлагают специальный бланк теста: лист нелинованной бумаги величиной примерно с развернутый тетрадный лист, одна сторона которого чистая (для выполнения задания № 1), а другая разделена по горизонтали на две равные части (для выполнения заданий № 2 и 3); в верхней половине слева помещен образец письменных букв, а справа оставлено место для его воспроизведения ребенком. Аналогично в нижней половине слева помещен образец точек для воспроизведения, а справа – свободное место. Выполнение теста начинается с рисования человека.

Задание № 1. Здесь нарисуй какого-нибудь человека. Так, как ты это сумеешь.

Оценка теста:

5 баллов – нарисованная фигура имеет голову, туловище и конечности. Голова с туловищем соединена посредством шеи, и она не больше туловища. На голове имеются волосы (либо их закрывает шапка или шляпа) и уши, палице – глаза, нос и рот. Руки закончены кистью с пятью пальцами. Ноги внизу загнуты. Одежда мужская. Фигура нарисована с использованием так называемого синтетического способа: ребенок не конструирует фигуру из отдельных частей, пририсовывая к туловищу то одну деталь, то другую, а замысливает и изображает человека как единое целое.

4 балла – исполнение всех требований, как и в пункте 1, кроме синтетического способа изображения. Три нехватающие части (шея, волосы, один палец руки, но не часть лица) могут быть уравновешены синтетическим способом изображения.

3 балла – рисунок имеет голову, туловище и конечности. Руки и ноги нарисованы двойной линией. Возможно, на рисунке нет шеи, ушей, волос, одежды, пальцев и ступней.

2 балла – примитивный рисунок с туловищем, конечности (достаточно одной пары) выражены всего лишь простыми линиями.

1 балл – не хватает ясного изображения туловища («головоногое» изображение или «преодолевание головоногого изображения») или обеих конечностей.

Задание № 2. Посмотри, здесь что-то написано (предложение из трех коротких слов, например: «Я ем сам».) Ты еще не учился писать, но попробуй, может быть, ты тоже сумеешь. Хорошенько посмотри, как это написано, и рядом (справа) на этом пустом месте напиши то же самое.

Оценка теста:

5 баллов – совершенно удовлетворительное (в смысле чтения) подражание образцу. Буквы не достигают двойной величины образца. Начальная буква имеет явно заметную высоту прописной. Буквы хорошо соединены в три слова. Переписанное предложение не отклоняется от горизонтальной линии более чем на 30°.

4 балла – разборчивое подражание написанному предложению, величина букв и соблюдение горизонтальности не учитываются.

3 балла – очевидно расчленение минимально на две части, можно разобрать по крайней мере четыре буквы образца.

2 балла – на образец похожи по крайней мере две буквы, целое еще образует строчку «писания».

1 балл – черкание.

Задание № 3. Посмотри – здесь точечки. Парисуй рядом такие же.

. . .

. . .

. . .

.

Оценка выполнения теста:

5 баллов – почти совершенное подражание образцу, возможно только очень небольшое отклонение одной точки из ряда или столбца. Уменьшение рисунка допустимо, увеличение – не больше чем наполовину. Рисунок параллелен образцу.

4 балла – количество и расположение точек соответствуют образцу, возможно отклонение даже трех точек на половину ширины промежутка между рядами или столбцами.

3 балла – целое по своему контуру похоже на образец, по высоте и ширине оно не превосходит его больше чем в два раза. Точки в неправильном количестве, но их не больше 20 и не меньше

7. Допускается любой поворот, даже на 180°.

2 балла – рисунок по своему контуру уже не похож на образец, но он всё еще состоит из точек. Величина рисунка и количество точек не имеют значения. Другие формы (линии) недопустимы.

1 балл – черкание.

Общий результат теста – это сумма баллов по отдельным заданиям.

Тест «Вербальное мышление».

1. Какое животное больше – лошадь или собака? Лошадь = 0. Неправильный ответ = -5.

2. Утром мы завтракаем, а в полдень…? Обедаем. Мы едим суп, картошку и мясо = 0. Полдничаем, ужинаем, спим и другие ошибочные ответы = -4.

3. Днем светло, а ночью…? Темно = 0. Неправильный ответ = -4.

4. Небо голубое, а трава…? Зеленая = 0. Неправильный ответ = -4.

5. Черешни, груши, сливы, яблоки… это что? Фрукты = 1. Неправильный ответ = -1.

6. Почему перед тем, как проедет поезд, вдоль пути опускаются шлагбаумы? Чтобы поезд не столкнулся с автомобилем. Чтобы никто не попал под поезд ит.п. = 0. Неправильный ответ = -1.

7. Что это такое: Москва, Петербург, Мурманск (или любые другие города, известные ребенку)? Города = 1, станции = 0. Неправильный ответ = -1.

8. Который час? (показать на бумажных часах: четверть седьмого, без пяти минут восемь, четверть двенадцатого и пять минут.)

Хорошо показано = 4, показано только четверть, целый час, четверть и час правильно = 3, не знает часов = 0.

9. Маленькая корова – это теленок, маленькая собака – это…, маленькая овечка – это…? Щенок, ягненок = 4, только одно из двух данных = 0. Неправильный ответ = -1.

10. Собака больше похожа на кошку или на курицу? Чем, что у них одинакового? На кошку, потому что у них четыре лапы, шерсть, хвост, когти (достаточно одного подобия) = 0, на кошку (без приведения знаков подобия) = -1, на курицу = -3.

11. Почему во всех автомобилях тормоза? Две причины (тормозить с горы, затормозить на повороте, остановить в случае опасности столкновения, вообще остановиться после окончания езды) = 1, одна причина = 0. Неправильный ответ (например, он не ехал бы без тормоза) = -1.

12. Чем похожи друг на друга молоток и топор? Два общих признака (они из дерева и из железа, у них рукоятка, можно ими забивать гвозди, это инструменты, с задней стороны они плоские) = 3, одно подобие = 2. Неправильный ответ = 0.

13. Чем похожи друг на друга белка и кошка? Определение, что это млекопитающие, или приведение двух общих признаков (у них по четыре лапы, хвост, шерсть, шкурка, это звери, умеют лазать по деревьям) = 3, одно подобие = 2. Неправильный ответ = 0.

14. Чем отличаются друг от друга гвоздь и винт? Как бы ты их узнал, если бы они тут лежали рядом с тобой на столе? У винта нарезка (резьба, такая закрученная линия вокруг зарубки) = 3. Винт завинчивается, а гвоздь забивается или у винта гайка = 2. Неправильный ответ = 0.

15. Футбол, прыжок в высоту, теннис, плавание… это? Спорт (физкультура) = 3. Игры (упражнения, гимнастика, состязания) = 2. Неправильный ответ = 0.

16. Какие ты знаешь транспортные средства? Три наземных транспортных средства и самолет или корабль = 4. Только три наземных транспортных средства или полный перечень (и с самолетом или с кораблем), но только после объяснения «Транспортное средство – это то, на чем мы куда-нибудь передвигаемся» = 2. Неправильный ответ = 0.

17. Чем отличается старый человек от молодого? Какая между ними разница? Три признака (седые волосы или отсутствие волос, морщины, уже не может так работать, плохо видит, плохо слышит, чаще бывает болен, скорее умрет, чем молодой) = 4. Одно или два различия = 2. Неправильный ответ (у него палка, он курит) = 0.

18. Почему люди занимаются спортом? Две причины (чтобы они были здоровыми, закаленными, сильными, подвижными, не толстыми,

держались прямо, это для них развлечение, они хотят добиться рекорда, победить и др.) = 4. Одна причина = 2. Неправильный ответ (чтобы что-нибудь уметь, они делают ставку и выигрывают деньги) = 0.

19. Почему это аморально (неправильно, плохо), когда кто-нибудь уклоняется от работы? Остальные должны на него работать (или другое выражение того, что вследствие этого несет ущерб кто-то другой) = 4. Он ленивый или: мало зарабатывает и не может себе ничего купить = 2. Неправильный ответ = 0.

20. Почему на письмо нужно наклеивать марку? Так платят за пересылку (перевозку) этого письма = 5. Тот, другой, должен был бы уплатить штраф = 2. Неправильный ответ = 0.

Результат теста – это сумма баллов (Ч- *и —), достигнутых по отдельным вопросам. Классификация результатов:*

1 – очень высокие – +24 и лучше;

2 – высокие – от +14 до +23;

3 – средние – от 0 до 13;

4 – низкие – от -1 до -10;

5 – очень низкие-11 и хуже.

Умения

Не менее важно, чтобы ребенок обладал элементарными навыками самообслуживания. Если он не сможет быстро переодеться после физкультуры, привести себя в порядок после посещения туалета, завязать развязавшийся шнурок, пользоваться ножом и вилкой и т. д., у него наверняка появятся «лишние» трудности в школе.

Будет очень хорошо, если при поступлении в школу ваш ребенок будет уметь:

– мыть руки с мылом после игр (особенно с животными), прогулок и посещения туалета, перед едой;

– умываться утром после сна и утренней гимнастики, вечером перед сном;

– причесываться (своей расческой);

– утром и вечером чистить зубы (своей зубной щеткой);

– при приеме пищи сидеть правильно (прямо, не класть локти на стол, не болтать ногами), пользоваться столовыми приборами (ложкой, вилкой, ножом) и салфеткой, тщательно пережевывать пищу, не ковырять вилкой в зубах;

– пользоваться носовым платком;

– вовремя опорожнять кишечник и мочевой пузырь, пользоваться туалетной бумагой;

– быстро одеться, раздеться, убрать постель;

– при входе в помещение вытирать обувь;

– переодеваться в домашнюю одежду и обувь;

– мыть ноги перед сном теплой водой;

– при необходимости своевременно обращаться за медицинской помощью (травмы, укусы, недомогания).

И просто отлично, если он к тому же умеет:

– содержать в чистоте и порядке игрушки и книги (не захламлять лишними предметами игровой уголок и стол для занятий);

– содержать в чистоте и порядке одежду и обувь (менять и стирать носки, пришивать пуговицы, пользоваться одежной и обувной щетками).

Социальные навыки

Школа – это не только учителя, это еще и ученики, и ваш ребенок должен научиться находить с ними общий язык – и со старшими, и со сверстниками. Сразу скажу, что это очень сложно, и мы посвятим этой теме немало страниц, но пока мы просто поговорим о том, что должно вас насторожить.

У ребенка, скорее всего, будут проблемы в общении с учителем и одноклассниками, если он:

– настроен исключительно на игру, не научился получать удовольствие от того, что узнает что-то новое;

– недостаточно самостоятелен;

– чрезмерно возбудим, импульсивен, неуправляем;

– не умеет сосредоточиться на задании, понять словесную инструкцию;

– мало знает об окружающем мире;

– имеет серьезные нарушения речевого развития;

– не умеет общаться со сверстниками, решает возникшие проблемы силой или сразу признает свое поражение, не может договариваться, идти на компромиссы;

– не хочет контактировать со взрослыми или, наоборот, слишком развязен.

Что делать? Каждый из этих пунктов – повод для серьезного разговора с психологом. Возможно, не только ребенку, но и вам придется изменить свое поведение, научиться чему-то новому. Ищите хорошего психолога, который предложит вам конкретный план работы над вашей проблемой.

Подводя итоги

Приведу еще один тест, помогающий ориентировочно оценить школьную зрелость ребенка. Он учитывает не только знания и умения малыша, но также его физическое развитие, социальные навыки, психологический настрой и т. д. Этот тест также поможет вам определить, что вы можете сделать для своего ребенка, чтобы подготовить его к школе.

Оценка развития познания:

– владеет ли ребенок основными понятиями: правый – левый, большой – малый и т. п.?

– способен ли ребенок понимать простейшие принципы классификации, например: вещи, которые могут катиться и которые не могут?

– может ли малыш удержать в памяти и выполнить как минимум три указания?

– может ли ребенок назвать большинство букв алфавита?

Оценка базового опыта ребенка:

– приходилось ли ребенку сопровождать вас в магазин, на почту, в сберкассу?

– был ли он в библиотеке?

– была ли у вас возможность регулярно читать малышу или рассказывать истории?

– проявляет ли ребенок интерес к чему-либо, есть ли у него хобби?

Оценка языкового развития:

– может ли ребенок назвать и обозначить основные окружающие его предметы?

– легко ли ребенку отвечать на вопросы взрослых?

– может ли ребенок объяснить, для чего служат различные вещи: пылесос, холодильник, стол и т. п.?

– может ли ребенок объяснить, где расположены какие-то предметы: на столе, на стуле, на полу, у стены и т. п.?

– может ли малыш рассказать историю, описать произошедший с ним случай?

– четко ли ребенок выговаривает слова?

– правильна ли речь ребенка с точки зрения грамматики?

– способен ли ребенок участвовать в общем разговоре, разыграть какую-либо ситуацию?

Оценка уровня эмоционального развития:

– выглядит ли ребенок веселым (дома и среди товарищей)?

– сформировался ли у ребенка образ себя как человека, который многое может?

– легко ли малышу переключиться при изменениях в привычном распорядке дня, перейти к решению новой задачи?

– способен ли ребенок работать самостоятельно, соревноваться в выполнении заданий с другими детьми?

Оценка умения общаться:

– включается ли малыш в игру других детей, делится ли с ними?

– соблюдает ли он очередность, когда этого требует ситуация?

– способен ли ребенок слушать других, не перебивая?

Оценка физического развития:

– хорошо ли ребенок слышит?

– хорошо ли он видит?

– способен ли он посидеть спокойно в течение некоторого времени?

– развита ли у него координация моторных навыков, например: может ли он играть в мяч, прыгать, спускаться и подниматься по лестнице?

– выглядит ли ребенок бодрым и увлеченным?

– выглядит ли ребенок здоровым, сытым и отдохнувшим?

Зрительное различение:

– может ли ребенок идентифицировать схожие и несхожие формы? Например, найти картинку, не похожую на остальные?

– может ли ребенок различать буквы и короткие слова, например б – п, кот – год?

Зрительная память:

– может ли ребенок заметить отсутствие картинки, если ему сначала показать серию из трех картинок, а потом одну убрать?

– знает ли ребенок собственное имя и хотя бы 6–8 названий предметов, которые встречаются ему в повседневной жизни?

Зрительное восприятие:

– способен ли ребенок разложить по порядку (в заданной последовательности) серию картинок?

– понимает ли ребенок, что читают слева направо?

Уровень слуховых способностей:

– в состоянии ли ребенок различать слова, начинающиеся на разные звуки, например лес – вес?

– может ли ребенок повторить за взрослым несколько слов или цифр?

– способен ли ребенок пересказать историю, сохранив основную мысль и последовательность действий?

Оценка отношения к книгам:

– возникает ли у ребенка желание посмотреть книги самостоятельно?

– внимательно ли и с удовольствием он слушает, когда вы читаете ему вслух?

– задает ли ребенок вопросы о словах – что они значат и т. п.?

Общая и психологическая готовность.

Может ли ваш ребенок:

– объяснить с помощью слов, а не показывая пальцем, чего он хочет?

– изъясняться связно, например «покажи мне…»;

– понимать смысл того, о чем ему читают?

– четко выговорить свое имя?

– запомнить свой адрес и номер телефона?

– писать карандашом или мелками на бумаге?

– пользоваться красками, пластилином, цветными карандашами, фломастерами?

– вырезать ножницами с тупыми концами, причем ровно и не поранившись?

– слушать и следовать полученным указаниям?

– быть внимательным, когда кто-то с ним разговаривает?

– сосредоточиться хоть на 10 минут, чтобы выполнить полученное задание?

– радоваться, когда ему читают вслух или рассказывают истории?

– положительно оценивать: я – человек, который многое может?

– «подстраиваться», когда взрослые меняют тему разговора?

– проявлять интерес к окружающим его предметам?

– ладить с другими детьми?

Ваши взаимоотношения с ребенком, ваша роль в подготовке его к учебе:

– нравится ли вам ваш малыш?

– слушаете ли вы то, что ребенок говорит?

– смотрите ли вы на малыша, когда он говорит с вами?

– стараетесь ли вы создать у ребенка ощущение значимости того, о чем он говорит?

– поправляете ли вы речь малыша?

– позволяете ли вы ребенку совершать ошибки?

– хвалите ли вы малыша, обнимаете ли его?

– смеетесь ли вы вместе с ним?

– отводите ли вы каждый день время для чтения ребенку и для бесед с ним?

– играете ли с малышом в какие-нибудь игры?

– поощряете ли вы интересы и увлечения ребенка?

– есть ли у малыша хотя бы одна-две собственные книги?

– есть ли у ребенка дома место, которое отведено только ему?

– стараетесь ли вы подать малышу пример, читая газеты, журналы, книги, вообще интересуясь окружающими событиями?

– обсуждаете ли вы с малышом и со всей семьей что-то интересное из прочитанного или услышанного вами?

– стараетесь ли вы сказать всё за малыша, прежде чем он сам успеет открыть рот, в магазине или у зубного врача?

– смотрите ли вы телевизор вместе с ребенком?

– задаете ли вы малышу вопросы о смысле увиденного по телевизору?

– ограничиваете ли вы возможность ребенка смотреть телевизор?

– стараетесь ли вы ходить с малышом на прогулки?

– собираетесь ли вы сводить ребенка в зоопарк, в театр, в музей?

ИТОГ

Запишите на этой странице, с какими трудностями ваш ребенок может столкнуться в школе и что вы можете сделать для того, чтобы их предотвратить:

Особенность моего ребенка	Возможные трудности	Как их предотвратить
Часто перекладывает ложку в левую руку, возможно, он скрытый левша	Переворачивает буквы при письме	Записаться на консультацию к логопеду
Агрессивен, может ударить сгоряча	Проблемы со сверстниками	Учить самоконтролю, другим способам решения конфликта

Глава 3
Рекогносцировка. Предварительный выбор школы

«Как найти хорошую школу?» – вот вопрос, который не дает покоя родителям 6-летних детей. Кто-то принимает решение, увидев рекламную листовку, кто-то просматривает отзывы о школах в интернете, кто-то расспрашивает мам на школьных дворах. Однако все эти методы малоэффективны. Реклама есть реклама, в интернете полно недостоверной информации, а мамы в лучшем случае могут рассказать, подошла ли школа им и их детям. А ведь их дети могут быть совершено не похожи на ваших.

Многие разумно замечают: «В начальных классах не так важно, какова школа, важно, каков учитель». Но узнать это зачастую еще сложнее.

Поэтому давайте подходить к делу научно. И для начала определимся с тем, что, собственно, мы ищем.

Критерии выбора

1. Возьмите чистый лист бумаги. Напишите сверху: ***школа должна быть…*** Ниже запишите несколько требований, которым, по вашему мнению, должна отвечать школа, подходящая для вашего ребенка (от 5 до 20 пунктов).

2. После того как вы составили свой список, пройдитесь по нему еще раз и оцените важность каждого пункта в баллах от 1 до 5. При этом не забывайте, что вы оцениваете их именно ***с точки зрения вашего ребенка.***

3. Выберите 5–7 важнейших критериев.

4. Возьмите справочник, в котором перечислены все школы города, и выберите те из них, которые могли бы вас заинтересовать.

5. Обойдите школы с вашим списком в руках и поставьте им оценки по каждому пункту.

6. Суммируйте оценки и сделайте выводы.

А теперь давайте подробно пройдемся по каждому пункту.

1. Школа должна быть (если вам с ходу ничего не приходит в голову, можно выбрать что-нибудь из нижеследующего списка):

– новой (новое здание или недавно после капитального ремонта);

– большой/небольшой;

– уютной;

– недорогой/дорогой;

– иметь статус лицея или гимназии;

– быть расположена недалеко от дома;

– обучать детей по учебной программе… (нужное вписать);

– в ней должно быть углубленное изучение следующих предметов: иностранный язык (какой), математика, физика, гуманитарные предметы (нужное вписать);

– должно быть много дополнительных занятий для детей (перечислить);

– должна быть хорошая спортивная секция;

– должен быть свой бассейн;

– должен быть заключен договор с вузом (каким);

– школа должна иметь связи с зарубежными школами;

– должен быть компьютерный класс;

– должна быть хорошо налажена охрана;

– должна быть организована группа продленного дня;

– должна быть строгая дисциплина;

– должен быть доброжелательный коллектив;

– учителя должны быть высококвалифицированными, иметь первую или высшую категорию, грамоты, другие награды;

– должен быть приятный директор, который болеет душой за детей;

– выпускники школы должны показывать высокий процент поступления в вузы, среди них должны быть победители олимпиад, различных конкурсов и т. д.;

– ученики должны/не должны носить школьную форму;

– ученики не должны курить поблизости от школы;

– в школьной столовой и в туалетах должна быть чистота;

– в столовой должно быть обширное меню.

2. Вот какие оценки поставила бы я в своем списке.

Новое здание или недавно после капитального ремонта – 2

Даже старая школа может выглядеть чистой и уютной. Но если вы заметите что-то травмоопасное для учеников (например, сломаны перила на школьном крыльце), школу можно сразу же вычеркнуть из списка.

Небольшая – 3

В шумной компании мой ребенок сильно возбуждается, ему будет трудно учиться. Школа с небольшим количеством учеников для него предпочтительнее.

Уютная – 5

Мой ребенок будет хорошо учиться только в спокойной обстановке.

Недорогая – 5

Моя семья относится к среднему классу. Если у меня не будет возможности платить за те или иные занятия, покупать ребенку дорогую спортивную форму, обувь и т. д., это может создать для нас большие неудобства.

Должна иметь статус лицея или гимназии – 1

Каждой школе, исходя из ее педагогической практики, присваивается определенный юридически закрепленный статус. На сегодняшний день существуют следующие типы школ.

Средняя общеобразовательная школа. Для них выделены так называемые микрорайоны (т. е. близлежащие дома, которые обслуживает школа). По правилам приема в первый класс, разработанным Министерством образования РФ, в общеобразовательной школе не имеют права отказать в обучении ребенку, если он проживает в их микрорайоне (независимо от адреса, по которому зарегистрирован ребенок), не имеют права его исключить.

Школа-гимназия призвана дать ребенку гуманитарное образование. В таких школах большое внимание уделяется предметам художественно-

эстетического цикла, преподается не менее двух иностранных языков. В некоторых гимназиях изучают также основы мертвых языков – латыни и греческого. Для нас с вами важно, что «гимназической» программа в школе становится только с 4-го класса. До этого начальные классы обучаются по одной из одобренных Министерством образования РФ программ (о них далее). Разумеется, гимназия может по своей воле «нагрузить» программу такими предметами, как история искусств, ритмика, хореография, шахматы и т. д., но все они будут только факультативными (не исключено, что некоторые из них будут преподаваться на платной основе).

Школа-лицей. Основное назначение лицеев – формировать профессиональное самосознание воспитанников. Часто школа-лицей одновременно является подготовительными курсами в соответствующий вуз. Однако воспользоваться благами лицейского образования школьник сможет только в старших классах.

Школа с углубленным изучением какого-либо предмета, в отличие от гимназий и лицеев, дополнительных предметов культурологического цикла не предполагает. Преподавание в ней направлено на узкую специализацию по отдельному предмету, на его изучение по более сложной программе.

Школа-комплекс является частью учебно-воспитательного комплекса, который может включать детский сад, школу, среднее специальное учебное заведение (колледж) и вуз. Как правило, все они имеют сквозные программы, каждый последующий уровень состыкован с предыдущим, развитие и обучение детей происходят в единой логике.

Я оценила этот критерий в 1 балл, поскольку в данный момент для меня важно, чтобы ребенок хорошо и без больших усилий учился в начальной школе. В этом случае лишние предметы будут только помехой, так как мой ребенок быстро утомляется. Позже, если он захочет обучаться по более сложной программе, можно будет подумать о переводе.

Расположена недалеко от дома – 5

У нас нет своей машины, а мой ребенок с трудом встает по утрам.

Обучает детей по учебной программе… (нужное вписать) – 1

В России существуют три системы начального образования: классическая, развивающие программы Л. В. Занкова и Эльконина-Давыдова.

Классическая система включает несколько программ, например:

– «Начальная школа XXI века» (руководитель – Н. Ф. Виноградова);

– «Начальная школа 2000–2100» (коллектив авторов: А. А. Леонов, Л. Г. Петерсон, Р. Н. Бунеев и др.);

– «Гармония» (руководитель – Н.Б. Истомина);

– «Классическая начальная школа» (руководитель – Карелин);

– «Школа России» (руководитель – А. А. Плешаков);

– «Перспективная начальная школа» (руководитель – Н. А. Чуракова).

Развивающая программа Л. В. Занкова.

Основное положение программы: «В начальном образовании нет главных и второстепенных предметов. Каждый предмет значим для общего психического развития ребенка».

Программа Л. В. Занкова направлена на то, чтобы ребенок увлекся учением, заинтересовался познанием широкой картины мира в научном аспекте, с помощью литературы и искусства. Раскрытие индивидуальности, самореализация достигаются за счет обучения на высоком уровне трудностей и быстрого темпа изучения материала.

Развивающая программа Эльконина-Давыдова.

Основное положение программы: «Знания должны усваиваться ребенком в процессе анализа условий их происхождения».

В программе Д. Б. Эльконина и В. В. Давыдова существует особенный метод освоения учебного предмета – решение детьми системы учебных задач. Школьники должны уметь обнаруживать в учебном материале генетически исходное, существенное, всеобщее отношение, которое определяет содержание и структуру изучаемого. Это они воспроизводят в особых предметных, графических или буквенных моделях, позволяющих изучать свойства исследуемого в чистом виде.

Программа среди работников образования считается достаточно сложной для детского восприятия.

Программа «Гармония».

Основное положение программы: «Обеспечить комфортные условия для общего развития ребенка, подготовить его к дальнейшему обучению».

«Гармония» стремится соединить в себе традиционную программу начальной школы и развивающую систему. В ней ярко выражен личностно ориентированный подход к процессу обучения: ребенок в первую очередь овладевает навыками самоконтроля, самостоятельной работы и учится самостоятельно оценивать ее. Любая задача решается по принципу: представь сначала ее суть, найди логику зависимости, взаимосвязь искомого и данного. Дается общий способ решения, на основе которого решается любая задача.

Учебно-методический комплекс (УМК) Н. Б. Истоминой удостоен премии Правительства России в области образования за 1999 г.

Программа «Начальная школа 2000–2100».

Основное положение программы: «Формирование различных способов деятельности. Поставленную учебную задачу решают вместе учитель и ученик».

Этот УМК отличается глубокой преемственностью, в нем реализована идея непрерывности образования: дети могут учиться по нему с 3 лет (создан учебный комплекс для малышей-дошкольников – пособие, развивающее логическое мышление) и вплоть до вуза.

Многие учителя считают, что в этой программе довольно сложный курс математики. Однако в учебниках реализован принцип «минимакс»: содержание предлагается учащимся по максимуму, а учащийся обязан усвоить материал по минимуму стандарта. Получается, что в идеале у каждого ребенка есть возможность взять столько, сколько он может.

Программа «Начальная школа XXI века».

Основное положение программы: «Начальная школа должна быть природосообразной – соответствовать потребностям детей этого возраста в познании, общении, разнообразной деятельности».

В модуле по возможности полно обеспечена мягкая адаптация детей к школьной деятельности, поэтому созданы новые интегрированные курсы, изучаемые первоклассниками в первом полугодии. Дети в первую очередь учатся находить мотивацию для учебы, самостоятельно определять собственные успехи и неудачи, оценивать их.

Школьники изначально поставлены в такие условия, когда могут самостоятельно добывать знания, применять их на практике, размышлять, фантазировать, играть.

Программа «Школа России».

Основное положение программы: «Развитие у ребенка интереса к познанию своей страны и ее духовного величия, ее значимости в мировых масштабах».

Этот УМК ориентирован в первую очередь на гражданское образование. Он развивает у ребенка «чувство дома», воспитывает любовь и уважение к природе во всех ее проявлениях. Важнейшей его составляющей являются экологическая этика и эколого-этическая деятельность ученика, которые направлены на духовное и нравственное саморазвитие личности ребенка.

Программа «Перспективная начальная школа» (начальная школа индивидуального общего развития личности).

Основное положение программы: «Все дети способны успешно учиться в начальной школе, если создать для них необходимые условия».

В «Перспективной начальной школе», пожалуй, собраны все важные постулаты других программ.

УМК «Перспективная начальная школа» базируется на представлении о том, что опыт ребенка – это не только его возраст, но также и тот образ мира, в котором он живет, будь то город с развитой инфраструктурой и разнообразными источниками информации или естественно-природный ритм сельской жизни в удалении от крупных культурных центров. Каждый учебник этого УМК оставляет пространство для непосредственного изучения места, где живет ученик.

Я оцениваю этот пункт в 1 балл, так как у каждой программы есть свои сильные и слабые места, и ни одна из них не представляется мне плохой, неприемлемой для моего ребенка. Вместе с тем конкретное содержание обучения при любой программе зависит от учителя, и в этом вопросе я, пожалуй, положусь на его выбор.

Углубленное изучение следующих предметов: иностранный язык (какой), математика, физика, гуманитарные предметы (нужное вписать)… – 2

Мой ребенок еще не знает толком, какие предметы ему больше нравятся, возможно, что при переходе 5-й класс он захочет сменить школу.

Много дополнительных занятий для детей (перечислить) – 1

Недалеко от нашего дома есть Дом детского творчества, поэтому наличие кружков в школе для нашей семьи – не самый актуальный вопрос.

Хорошая спортивная секция – 2

Занятия спортом полезны для здоровья, но, возможно, для моего ребенка это будет слишком большой нагрузкой. На первых порах мы могли бы ограничиться обязательными уроками физкультуры.

Есть бассейн – 1

ЛОР-врач не рекомендовал моему ребенку посещать бассейн. Возможно, в старших классах ситуация изменится, но сейчас наличие бассейна для нас не так важно.

Заключен договор с вузом (каким) – 1

Я хотела бы, чтобы мой ребенок получил высшее образование, но я пока не знаю, в какой вуз он захочет поступать.

Есть связи с зарубежными школами – 3

Очень полезное приобретение, позволяющее детям значительно расширить кругозор. Мой ребенок очень общителен, ему понравится общаться со сверстниками из другой страны.

Есть компьютерный класс – 1

Компьютер есть у нас дома.

Хорошо налажена охрана – 5

Хороший охранник может позаботиться не только о защите школы от «внешних врагов», но в первую очередь о том, чтобы защищать школьников от их же соучеников и следить за порядком.

Организована группа продленного дня – 1

Поскольку я работаю дома, для меня это неактуально.

Строгая дисциплина – 3

Дисциплина очень важна для учебного процесса, но хотелось бы, чтобы дети при этом не выглядели запуганными.

Доброжелательный коллектив – 5

Склоки в коллективе всегда очень плохо отражаются на учениках, и наоборот, дружеские отношения между учителями всегда помогают делу.

Высококвалифицированные учителя, с первой или высшей категорией, грамотами, другими наградами – 3

Безусловно, приятно иметь квалифицированного и дипломированного учителя, но для меня главное – отношения, которые сложатся между учителем и моим ребенком. Если грамоты и дипломы сделали учителя высокомерным, категоричным, абсолютно уверенным в своей правоте, он вряд ли сможет с симпатией относиться к моему достаточно упрямому и самоуверенному сыну.

Приятный директор, который болеет душой за детей – 5

Может показаться, что пока дети будут учиться в младших классах, родителям едва ли придется часто сталкиваться с директором. На самом деле директор – главный кормчий, его поведение определяет атмосферу в школе. Если учителя будут постоянно недовольны директором, вряд ли они смогут отдавать все силы работе.

Разговор с директором не начинается с обсуждения вступительного взноса и т. д. – 4

Для меня финансовая помощь школе допустима только после того, как ребенок начнет в ней учиться (позже я подробно расскажу об этом).

Выпускники школы показывают высокий процент поступления в вузы, среди них есть победители олимпиад, различных конкурсов и т. д. – 3

Если мне понравится учитель младших классов, но не понравятся учителя средней школы, я могу поменять школу после 4-го класса.

Ученики носят/не носят школьную форму – 1

Мой ребенок не из тех, кого может дисциплинировать школьная форма, но и ее наличие ничуть его не смутит.

Ученики не курят поблизости от школы – 3

В какой-то мере это говорит об их уважении к своей школе. Однако ученику начальных классов, скорее всего, не придется часто встречаться со старшеклассниками.

В школьной столовой и в туалетах чисто – 4

Это непосредственно относится к безопасности ребенка в школе, кроме того, показывает, заботятся ли работники школы о прядке или только о внешнем лоске.

В столовой обширное меню – 2

Мой ребенок достаточно непривередлив в еде, но всё же я не хотела бы, чтобы в меню было много «вредных» продуктов, таких как гамбургеры, конфеты, содержащие химические красители, сладкие газированные напитки, чипсы, шоколад с добавками и т. д. Напротив, мне хотелось бы видеть в школьном буфете соки, минеральную воду, фрукты, овощные салаты, бутерброды с сыром, выпечку[7].

3. Мой итоговый список выглядит так.

Школа должна быть:

1) уютной;

2) недорогой;

3) расположенной недалеко от дома;

4) с хорошо налаженной охраной;

5) с приятным директором, болеющим за детей;

6) с хорошими отношениями в коллективе;

7) с чистотой и порядком в туалетах и столовых.

4. Я пользовалась справочником «Город детства» издательства «Аллель». Вы также можете обратиться в районный отдел народного образования – вам должны предоставить **список школ вашего района,** их адреса, телефоны и краткие характеристики (специализация школы, количество учеников, планируемое число вакантных мест на следующий год и т. д.).

5. Позвонив секретарю школы, узнайте, когда приемные часы у директора, и запишитесь на прием. Составьте список вопросов к директору. Обязательно поинтересуйтесь, будут ли в школе подготовительные занятия и определены ли уже учителя, которые в сентябре возьмут первые классы. Спросите, нельзя ли встретиться с ними. Попросите разрешения пройтись по школе.

6. Если несколько школ набрали в вашем списке примерно одинаковое количество баллов и вы затрудняетесь с выбором, определите, какие критерии для вас являются важнейшими (2–3 критерия), и проведите сравнение по ним. Например, если мне нравятся две школы, но одна из них расположена на расстоянии примерно 500 м от дома и по пути нужно дважды пересекать оживленные магистрали, а вторая в 200 м от дома, причем на пути к ней вообще не нужно переходить проезжую часть, я выберу вторую школу.

Разумеется, ваши критерии, по которым вы оцениваете школы, могут совершенно отличаться от моих, поэтому я хочу привести вам еще один пример – письмо мамы, которая искала школу для своего ребенка, пользуясь похожим алгоритмом (кстати, она изобрела его самостоятельно и независимо от меня)[8].

«Прежде чем приступить к собственно выбору, я постаралась честно разобраться с тем, чего я жду от школы, учитывая особенности моего ребенка и моих мечтаний на тему школьного образования. Надо сказать, что когда-то мне попался забавный совет – как обезопасить

жилище для ползунка-ходунка. Предлагалось встать на четвереньки и обойти всю квартиру, внимательно все проверив и представив, что именно может малыша заинтересовать из вредных!опасных предметов. Я пыталась мысленно применять этот прием при составлении своего списка пожеланий для школы и затем, когда я школы посещала, я думала о том, как повела бы себя дочь в том или ином случае…

Я составила свой список критериев и оценила их по 5-балльной системе (чем значимее критерий, тем баллов больше)…

1. Близость школы к дому – 5 баллов. Тут, пожалуй, и комментарии излишни, я думаю, что многие меня поймут.

2. Нагрузка в школе (количество уроков, учебных дней в неделю) – 5 баллов. Я из тех родителей, которые не поняли переход на 1–4 и поход с 6 лет. Знаю, что ребенок уже готов обучаться и раньше, но уверена, что в другом виде – не "пристегнутым" к парте. Поэтому число уроков и длина учебной недели чем меньше, по-моему, тем лучше (насколько это возможно).

3. Количество учащихся в классе – 5 баллов. Учащихся, по-моему, должно быть не очень много (не более 20), не очень мало -1-3 ребенка тоже плохо… Прикинем, кому по силам "переварить" коллектив из 30 сотоварищей?..

4. Забота о здоровье учеников – 5 баллов… имелось в виду широко – профилактика сезонных заболеваний, проводится ли гимнастика между уроками, обстановка в классе, есть ли шкафчики для учебников, чтобы не таскать портфели, и т. п.

5. Изучение английского языка с 1-го класса – 4 балла. Поскольку мы уже немного занимались (с интересом!) английским до школы, хотелось бы продолжить более серьезно.

6. Наличие кружков, секций – 2 балла. С учетом того, что рассматривалась продленка – полный день как вариант, кружки в той же школе были бы удобнее, хотя можно и по-другому.

7. Материальная часть, т. е. в каком состоянии здание, оборудование и т. п., – 4 балла. Имелось в виду такое состояние школы и классов, чтобы можно было нормально учиться, без наворотов, но и не требующее капитального ремонта или срочной покупки доски и парт.

8. Денежное участие – 5 баллов. Я была уже давно подготовлена к тому, что "чисто" бесплатного образования не будет и в той или иной форме денежные средства будут запрошены. Конечно, о какой именно сумме пойдет речь и за что, мне также было важно…

Теперь по поводу учителя. Совет искать прежде всего Учителя, а не школу, казался мне очень логичным, однако на практике возникли проблемы. Почему-то очень трудно добыть информацию о том, кто будет набирать классы. Частый ответ – это будет известно в конце

августа. Окольными путями удается выяснить, кто "доводит" 4-е классы. Но совершенно не факт, что обязательно эти люди будут брать все, как один, первоклашек. Возможны разные варианты. Впрочем, может быть, это проблема моего "спального" района, где детишек больше, чем могут обучить местные школы без напряжения всего трудового резерва. Короче говоря, этот темный вопрос трансформировался в более общий уровень квалификации педколлектива (или еще проще – есть ли вообще учителя на всех позициях?) – 5 баллов.

Итак, сначала я выписала все школы, до которых можно добраться не более чем за 30 мин (пешком или на машине). Из них исключила те, о которых была подтвержденная живыми людьми серьезная негативная информация… На этом этапе данные поступали от друзей-знакомых по телефону и лично, и по интернету.

В полуфинал вышли: языковая спецшкола, обычная (<под боком", частная № 1 и частная № 2. Взяв отгул на работе, я честно обошла их все, поглазела, пообщалась с руководством или секретарем (где как повезло), пыталась приставать к родителям, встретившимся по дороге, и расставила оценки всем школам по вышеприведенному списку.

…Вот что получилось:

Критерий выбора	Максимальная оценка в баллах	Школа «под боком»	Специализированная	Частная 1	Частная 2
1. *Близость к дому*	5	5	4	2	2
2. *Нагрузка*	5	4	2	5	5
3. *Количество учеников в классе*	5	1	3	5	5
4. *Здравоохранение*	5	1	3	5	5
5. *Английский*	4	1	5	5	5
6. *Секции*	2	1	4	5	4
7. *Мат. часть*	4	3	4	5	1
8. *Денежки*	5	5	4	2	3
9. *Пед. коллектив*	5	3	5	5	3
ИТОГО		24	34	39	33

Как я расставляла оценки? Вот несколько примеров. В спецшколе оказалась 6-дневная неделя, и допрошенные родители признались, что

задают очень много и дети сильно устают, поэтому за нагрузку я поставила 2. В школе "под боком" некоторые секции-то есть, но для более взрослых детей, поэтому 1. В ней же 30 человек в классе – минимум… Все оценки я комментировать не буду, думаю, этих примеров достаточно.

…Сейчас, по прошествии почти учебного года, я только уверилась в своем выборе. Я готова перечислить всё, что мне нравится:

– дочь ходит в школу с удовольствием, не просится остаться дома, при этом учится хорошо, даже "скучные" задания выполняет – для нее это принятые правила игры;

– в классе 9 учеников, по одному за партой;

– портфель и некоторые вещи хранятся в шкафчиках и классе, поэтому путь дом – школа налегке;

– кружки во второй половине дня – рисование, шахматы, хореография (с акцентом на упражнения для осанки), театральный кружок;

– английский по программе спецшколы, с удовольствием;

– с осени по весну всем раздают витаминки, а еще курсами Афлубин, полощут горлышко под руководством врача, диспансеризация проходит в школе, специалистов вызывают»…

Выбор учителя

Как совершенно справедливо заметила Светлана Митина, родителям не так уж часто выпадает возможность познакомиться с будущим учителем их ребенка. Зачастую сами директора не знают, кто возьмет первые классы в следующем году (правда, такая текучка кадров говорит не в пользу школы).

Если текучки нет, стоит поговорить с родителями четвероклассников: большая вероятность, что именно их учителя возьмут в следующем году первые классы. При этом не забывайте, что их дети и ваш ребенок могут быть совершенно не похожи друг на друга, поэтому постарайтесь встретиться с учителем лично. Не стесняйтесь попросить об этом директора школы.

Если вам повезло, не забудьте, что выбираете учителя именно для ребенка, а не для себя. Постарайтесь убедиться в том, что учитель может найти общий язык именно с вашим ребенком. К сожалению, часто учителям не хватает психологического образования, и, столкнувшись с проблемой в поведении или обучении ребенка, они чувствуют себя беспомощными и ведут себя довольно агрессивно. Например, они не знают, что такое гиперактивность, и полагают, что ребенок вертится за партой «специально», «чтобы их позлить», что в конце концов приводит к

тяжелой и «кровопролитной» для обеих сторон позиционной войне. Или, напротив, учитель не видит вовремя, что тихий и медлительный ребенок начал отставать от одноклассников и только «присутствует» на уроках, а не учится. Когда же учитель это наконец замечает, он решает, что ребенок просто «лентяй», что он «не способен к обучению».

Не в наших силах просветить и дать необходимые знания всем учителям во всех школах нашей страны, но мы можем поискать для ребенка настоящего друга и наставника, поэтому не бойтесь рассказывать учителю о проблемах вашего ребенка: вы должны убедиться, что педагог знает, как с ними справиться.

Можете составить список качеств, необходимых для учителя вашего ребенка, и, побеседовав с учителем, мысленно подсчитать его «рейтинг».

Если у вас есть возможность заходить в школу, стоит постоять под дверью класса, где «ваш» учитель ведет урок, и послушать его голос. Вы узнаете, удается ли ему поддерживать дисциплину, часто ли он кричит на детей и т. д.

Однако лучше всего, если у учителя и ученика будет возможность «порепетировать» совместную работу на подготовительных занятиях.

Что делать, если говорят, что в школе высокий конкурс?

Спросите себя, насколько в самом деле ребенку нужно обучение именно в этой школе. Вы уже знаете, что согласно «Закону об образовании» и «Рекомендациям по приему в первый класс» Министерства образования РФ зачисление в первый класс не должно проводиться на конкурсной основе. Школа не имеет права отказать вам, если вы проживаете в приписанном к ней микрорайоне (если вам отказывают, смело обращайтесь в РОНО). Однако если вы хотите отправить ребенка в школу из другого микрорайона, а свободных мест в классах не так много, то ничто не помешает директору устроить для родителей небольшой забег с документами.

В такой ситуации оказалась в свое время и я. В двух остановках от нашего дома была (и есть до сих пор) одна весьма престижная школа, в которую все родители мечтали отдать своих детей. Однако, наслушавшись рассказов о том, как самоотверженные родители дежурили у здания школы по ночам, чтобы утром первыми, обгоняя всех, ринуться в кабинет директора с документами, я категорически отказалась участвовать в таком соревновании. Почему? Потому что я хотела, чтобы у нас с учителем и с директором сложились отношения, основанные на взаимном уважении. Мне вовсе не хотелось с самого начала выступать в роли просителя «у парадного подъезда». Одна мама, подав документы в эту школу, сказала: «Я вышла с ощущением,

что я и мой ребенок уже что-то должны за то, что у меня приняли документы». Через несколько дней им позвонили и попросили забрать документы. «Вы не прошли по конкурсу».

Моей подруге «повезло» больше: она «принадлежала» к этой школе по месту жительства, и ее ребенок пошел туда в первый класс. Когда мы встретились через полгода и я спросила, нравится ли им школа, та, вздохнув, ответила: «Их муштруют, задают много заданий и всё время грозят, что переведут в класс для отстающих». Собственно говоря, всё логично. Если коллектив школы с самого начала поставил себя в роль «большого начальника», который может карать или миловать, а ученики и родители оказались в роли «приживал», которых держат из милости, вряд ли между ними возможны теплые дружеские отношения. Мне гораздо больше нравятся учителя и директора, всерьез озабоченные тем, чтобы ученики и их родители были довольны условиями обучения в школе. Возможно, ученики «престижной» школы получают больше знаний, чем ученики обычных школ, но я уже говорила, что для меня важнейшей задачей было обеспечить моему ребенку **максимальный комфорт и минимум стрессов** в первые годы школьной жизни.

Вам, вероятно, предложат различные способы повысить свои шансы на поступление. Обычно это либо уплата вступительных взносов, либо посещение подготовительных занятий. О взносах мы поговорим чуть ниже.

Что касается занятий, то их посещение может принести большую пользу ребенку независимо от того, будет он поступать в эту или в другую школу. Однако, на мой взгляд, очень важно, чтобы на таких занятиях не царила атмосфера соревнования: не проводились контрольные работы, не выставлялись оценки, учитель не выделял бы успевающих и отстающих учеников и т. д. Это важно для душевного спокойствия детей, у которых есть трудности в учебе, но еще важнее для потенциальных отличников. У таких детей не будет складываться впечатление, что всё, что в них есть хорошего, – это их отметки, что именно за отметки их ценят и любят, они не будут бояться ошибиться, оказаться «недостаточно идеальными». Они не будут думать, что за четверку или тройку учительница перестанет их уважать, мама разлюбит и вообще наступит конец света.

Разумеется, каждого ребенка можно и нужно хвалить за его успехи. Но в ситуации «конкурса», «соревнования» похвала может превратиться в сильный наркотик. Ребенок постоянно испытывает внутреннее беспокойство, он в ужасе представляет себе, что будет, если он получит плохую отметку, получив же похвалу, он успокаивается, но ненадолго. Ведь хорошую репутацию нужно постоянно поддерживать, и, заработав одну пятерку, следует немедленно приступать к зарабатыванию второй. Трудоголики, пропадающие круглыми сутками на работе, «рабочие лошадки», которые позволяют своему начальству «ездить на себе», отчаянные молодые люди, готовые на любые безрассудства, лишь бы их

признали «крутыми», – всё это жертвы «синдрома отличника», «подсевшие» на похвалу, как на наркотик, поэтому прошу вас серьезно подумать и не подвергать самооценку вашего ребенка слишком суровым испытаниям. Приведите его туда, где к нему будут относиться дружелюбно и уважительно, а не туда, где над ним будет висеть дамоклов меч перевода в «класс для отстающих».

Что делать, если с вас требуют деньги?

Снова спросите себя, насколько необходима ребенку именно эта школа. Если разговор начинается с обсуждения размеров «вступительного взноса», вероятно, такие разговоры предстоят вам регулярно. Трезво оцените свои финансовые возможности и спросите себя, понравится ли вам атмосфера «купли-продажи» в стенах школы.

Что касается меня, то я считаю, что деньги родителей в самом деле могут сильно помочь превращению класса в уютное и интересное место, куда детям приятно прийти. Речь идет и о косметическом ремонте, и о покупке автоматов для питьевой воды, красок, картона, клеенок на парты для уроков труда, и о сборе денег на экскурсии, походы в театр, и об оплате дополнительного гардеробщика, который мог бы следить за порядком в школьных гардеробах, и т. д. Но все эти деньги собираются только **после** того, как дети зачислены в школу и организован родительский комитет. Именно родительский комитет и занимается сбором денег, а родительское собрание решает, на какие нужды их потратить. Учителя и директор в этом случае имеют только право совещательного голоса.

Если же с вас требуют деньги за поступление и вы никоим образом не можете контролировать, на что эти деньги будут израсходованы, я бы посоветовала вам не связываться с такими людьми. Брезгливость в определенных ситуациях – на мой взгляд, очень ценное качество, которому вам стоит научить своего ребенка. Впрочем, решать вам и только вам.

Что делать, если вам предлагают пойти в платный подготовительный класс?

Вам может показаться, что это еще одна форма денежной взятки. Возможно, это и так. Но может быть, речь идет просто о естественном желании учителей заработать дополнительные деньги и о еще более естественном желании коллектива школы знать, кто придет к ним в следующем году. В этом случае я рекомендую вам согласиться.

У вашего ребенка появится возможность привыкнуть к зданию школы, к своему классу, научиться сидеть за партой, слушать и выполнять

задания учителя, познакомиться с будущими одноклассниками и т. д. Очевидно, что в таком случае ему будет легче адаптироваться к школе в первом классе. Кроме того, у вас будет шанс изучить «внутреннюю жизнь» школы и выяснить, с какими трудностями в учебе может столкнуться ваш ребенок. Но подробнее мы поговорим об этом в следующей главе.

ИТОГ

Следующая таблица поможет вам выбрать для ребенка подходящую школу:

Критерий выбора	Максимальная оценка в баллах					
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
ИТОГО						
Примечания						

Глава 4
Разведка боем. Убедитесь в правильности вашего выбора

Изучаем школу

Итак, вы выбрали школу. Самое время убедиться в том, что ваш выбор правильный. Если ваш ребенок ходит на подготовительные занятия, у вас есть замечательная возможность познакомиться со школьной жизнью изнутри. Если нет, заходите в школу время от времени и поглядывайте за тем, что там творится. Спросите себя, всё ли сделано для того, чтобы дети в школе находились в безопасности. Составьте список вопросов. Вы можете задавать вопросы родителям, охране, учителям, детям. Вы можете также попросить разрешения зайти в спортзал или в столовую во время перемены. Если у вас появились сомнения, возможно, стоит поменять школу. Но есть и другие пути. Не забывайте, что если вы станете членом родительского комитета в школе, вы сможете многое изменить.

Безопасна ли ваша школа?

Охрана

Посмотрите, как охранник встречает незнакомых посетителей.

Проследите, как он реагирует, если в вестибюле школы начинается беготня или драка.

Следит ли он за порядком в гардеробах?

Позволяет ли он школьникам младших классов выходить за дверь школы во время перемен или покидать школу без сопровождения (родителей, учителя и т. д.)?

Помогает ли он ученикам, если те обращаются к нему с просьбами, например спрашивают о потерянных в гардеробе вещах и т. д.?

Гардероб

Позволяют ли детям бегать и играть в гардеробе?

Валяются ли вещи разбросанными на полу или охранник либо гардеробщица следит за порядком?

Часто ли дети жалуются на пропажу вещей?

Столовая

Есть ли у детей возможность вымыть руки с мылом перед едой? Соблюдается ли порядок в столовой, когда там обедают младшеклассники?

Четко ли ограничены зоны, куда детям нельзя заходить, и соблюдают ли они эти правила?

Что дети могут купить в школьном буфете?

Туалеты

Работают ли унитазы и раковины в туалетах?

Могут ли дети вымыть руки с мылом после посещения туалета? Что происходит в туалетах на переменах?

Поддерживается ли в туалетах чистота на протяжении учебного дня?

Спортзал

В каком состоянии тренажеры в спортзале или на спортивной площадке у школы? Могут ли дети получить травму, занимаясь на них?

Медицинский кабинет

Есть ли в школе постоянный врач или медсестра?

Есть ли у нее аптечка первой помощи?

Делают ли в школе прививки или анализы, не спрашивая разрешения родителей?

Старшеклассники

Часто ли старшеклассники заходят на этаж, где учатся малыши? Дежурят ли они на этажах?

Следят ли они за порядком на лестницах и в вестибюлях на переменах?

Как они разговаривают и обращаются с малышами?

Учителя

Делают ли учителя замечания младшим школьникам, если те плохо себя ведут, и в каком тоне они делают замечания?

Ваш учитель

Но, разумеется, больше всего вас будет интересовать, какие отношения сложатся между вашим ребенком и его учителем. Даже если подготовительные занятия ведет не тот учитель, который будет у вашего ребенка в первом классе, всё равно важно узнать, как ребенок адаптируется к школьному порядку и может ли он найти общий язык с преподавателем.

Итак, на что стоит обратить внимание?

Во-первых, посмотрите на реакцию самого ребенка: нравятся ли ему занятия, идет ли он на них с радостью, не норовит ли под тем или иным

предлогом увильнуть от занятий (ребенок не должен бояться пожаловаться на взрослого, если его что-то пугает или обижает).

Во-вторых, послушайте самого учителя: доволен ли он вашим ребенком, на что жалуется, что советует вам. Одна мама 7-летнего мальчика, рассказывая о его учительнице, в первую очередь отметила ее «тактичность к способностям и неумениям». Думаю, нам всем хотелось бы, чтобы учитель нашего ребенка был именно таким. Если педагог ведет себя, как капризный клиент, и жалуется на то, что вы предложили ему «некачественный товар», стоит как следует задуматься о возможности дальнейшего сотрудничества. Если вы услышите что-то вроде: «У нас очень сложная программа, мы отбираем только лучших, ваш ребенок не потянет», или «Мы посмотрим на его поведение, но если он будет недисциплинированным, мы его не возьмем», или даже «У вашего ребенка проблемы с наследственностью, он дефективный, ему в нашей школе не место» (а некоторые мои знакомые слышали именно такие отзывы о своих детях), значит, ни вам, ни любому другому нормальному человеку в этой школе действительно не место.

Но, к сожалению, далеко не все детские проблемы связаны с некомпетентностью учителя. Вы уже знаете, что если у ребенка были родовые травмы, если он наблюдался у невропатолога на первом году жизни, если ребенок «частичный» левша и т. д., то у него могут быть вполне конкретные трудности в обучении. Отчасти это связано с чисто физическими причинами – нарушением процессов возбуждения и торможения, отчасти с тем, что при «стихийном» воспитании в семье и в детском саду родители и педагоги просто не обратили внимания на особенности ребенка, не научили его некоторым навыкам – концентрироваться на задании, составлять мысленно алгоритм решения, запоминать необходимую информацию, проверять правильность выполнения задания. Это неудивительно, ведь ребенку прежде не приходилось интенсивно и сосредоточенно учиться чему-нибудь. Но именно сейчас, в последний год перед школой, у вас есть время, чтобы научить ребенка учиться независимо от того, ходит ли он на подготовительные занятия в школу, посещает садик или вы занимаетесь с ним дома.

КАКИЕ НАВЫКИ НУЖНЫ РЕБЕНКУ ДЛЯ УСПЕШНОГО ОБУЧЕНИЯ?[9]

Внимание

Умение концентрировать внимание на 10–15 минут

Именно столько, 10–15 минут, средний 6-7-летний ребенок может выполнять задание, не отвлекаясь. После этого учитель должен предложить ему новый вид работы (например, после изучения буквы – рисование предметов, в названии которых содержится эта буква, после этого – физкультминутка или музыкальные занятия и т. д.). Однако эти

10–15 минут ребенок должен не просто высидеть, а активно проработать: решить несколько примеров по математике, подметить общую закономерность, сформулировать правило… Или выучить несколько словарных слов и правильно написать их в тексте. Иными словами, из каждой 15-минутки на уроке ребенок должен выйти «чуть-чуть умнее». Если он не умеет этого, от него трудно ждать заметного прогресса в учебе.

Пример задания по математике для первого класса:

«1. Маша и Миша решали такую задачу: в вазе лежало 5 красных яблок и 4 зеленых. За обедом съели 2 яблока. Сколько яблок осталось в вазе? Маша рассуждала так: сначала сложением найдем число всех яблок в вазе, а потом вычтем из него число яблок, которые съели за обедом. Запиши это решение.

9–2 =

Миша рассуждал по-другому: красные яблоки вкуснее, поэтому за обедом съели 2 красных яблока из 5. Число оставшихся красных яблок можно найти вычитанием, а потом сложить это число с числом зеленых яблок. Запиши это решение.

(5–2)+4=

Вычисли и запиши ответ по решению Маши и по решению Миши. Тебя не удивило, что получился одинаковый ответ? И Маша, и Миша решили задачу правильно. Какое еще решение могло быть у этой задачи? Запиши его. Вычисли ответ и по этому решению. Сравни его с полученным ранее.

(4–2)+5=

2. Не выполняя вычислений для разности справа, найди слева сумму с таким же значением и соедини их линией.

(4+ 7) +2 (7+2)-4

(4–2)+5

(7–4)+2

Найди значение этой разности. Воспользуйся правилом:

чтобы вычесть число из суммы, можно вычесть это число из одного слагаемого и результат сложить с другим слагаемым.

(7+2)—4 =»[10]

Обращаю ваше внимание: речь идет именно о занятиях, «навязанных извне», а не изобретенных самим ребенком. Если ваш ребенок может часами сосредоточенно играть в солдатики или в кукольный бал, это прекрасно, но для успешного обучения в школе также необходимо, чтобы

он умел сосредотачиваться на заданиях, данных учителем.

Умение углублять внимание

Когда учитель дает задание или рассказывает новое правило, ученику нужно не только быстро «ухватить суть», но и заметить немаловажные детали. Например, узнав, что слоги «ЖИ» и «ШИ» пишутся с буквой И, ребенок должен заметить, что он может с уверенностью применять это правило только в тех словах, где слог стоит под ударением (ЖИЗНЬ, ЖИДКОСТЬ, ЖИМОЛОСТЬ). В безударных слогах легко ошибиться. Если ребенок не заметит этой детали, он будет писать «ЖИНИХ, ЖИЛАНИЕ, ЖИРЕБЕЦ», будучи твердо уверенным, что пишет правильно.

Точно так же он должен уметь замечать детали на картинке или в рассказе, чтобы разобраться в том, что происходит.

Пример задания по литературному чтению для первого класса:

«Как называется такой стишок: загадка или заклинка? Напиши над стишком.

Божья коровка,
Улети вверх ловко,
Принеси нам с неба:
Хлебу замену,
Грибам перемену,
Ягодам рост,
Редьке длинный хвост.

Можно ли догадаться**, **в какое время года обращались к божьей коровке?

***Обведи нужное: зимой**, **весной**, **летом**, **осенью»**[11].*

Умение переключаться и отдыхать

Китайская книга «Дао дэ цзин» («Книга о пути и силе»), мудростью которой мир восхищается на протяжении многих сотен лет, говорит: «…когда дело закончено, человек должен устраниться». К сожалению, очень часто детям трудно переключиться с одного дела на другое. Если ваш ребенок с трудом может закончить одно задание и приступить к выполнению второго, он может прозевать что-нибудь важное на уроке.

Умение отделять важную информацию от второстепенной

Мы уже говорили о том, как важно обращать внимание на детали. Но не менее важно уметь выделять в рассказе учителя самое главное, даже если учитель по какой-то причине не делает на этом акцент.

Пример задания по русскому языку для первого класса:

«Сравни предложения:

Белка живет в дупле.

Белка живет под дуплом.

Белка живет за дуплом.

Белка живет над дуплом.

Какими словами они различаются? Какое предложение содержит верное высказывание? Какое слово ПОМОГЛО сделать высказывание верным?

Можно ли такие маленькие слова назвать ело вами-помощниками?»[12]

Умение вовремя подключать мышление

На уроке учитель часто предлагает ученикам задания, которые требуют не только пассивного внимания, но и активного решения. Если ребенок не умеет вовремя подключать мышление, ему будет трудно быстро и правильно ответить даже на несложный вопрос. Если он не умеет обдумывать сведения, которые ему дает учитель, то не сможет найти применение своим знаниям на практике. В конце концов оказывается, что его мозг набит огромным количеством совершенно бессмысленных сведений. Чтобы этого не произошло, ребенок должен уметь не только внимательно слушать и хорошо запоминать, но и быстро обдумывать услышанное.

Пример задания по русскому языку для первого класса:

«Воспользуйся помощью ело в-помощников: ***из, в, над*** *и уточни высказывания, изменив слова в скобках:*

Мы налили коту молока (миска).

Кот пьёт молоко (миска).

Шмель летает (миска).

Какому слову в этих трёх предложениях слова-помощники ***из, в, над*** *помогли уточнить высказывания?*

Предположи: слова-помощники помогают словам – названиям предметов или словам – названиям действий? Слова-помощники помогают главным или не главным словам – названиям предметов?»[13]

Импульсивность

Маленькие дети импульсивны. Они принимают решения не задумываясь, даже не замечая, что делают выбор. Научиться обдумывать свои решения, сознательно выбирать – необходимый этап взросления. В идеале взрослый человек совершает поступки сознательно, контролируя себя. Разумеется, далеко не все взрослые ведут себя именно так, но только те, кто сознательно планирует свою жизнь и выбирает для себя ту или иную линию поведения, добиваются успеха.

«Худший грех человека – его бессознательность, но ему потакают с превеликим усердием даже те, кто должен служить человечеству, как его учителя», – писал Карл Густав Юнг.

Конечно, ребенок должен оставаться ребенком, в его жизни должно быть много игр, беззаботного веселья, творчества, на него не стоит раньше времени возлагать ответственность, которая по плечу только взрослому человеку. И всё же дайте вашему ребенку возможность постепенно повзрослеть. Учите его самоконтролю и ответственности. Ребенок научится этому не за год и не за два, но постепенно он превратится в человека, способного управлять собой и справляться с любой ситуацией.

Промежуточные и конечные оценки результата

Начиная выполнять задание для самостоятельной работы, ваш ребенок должен мысленно составить план и время от времени сверяться с ним, чтобы выяснить, не отклонился ли он в сторону и не нуждается ли сам план в корректировке.

Например, на уроке «Окружающий мир» ребенку нужно, используя материал, данный в учебнике, рассказать о каком-нибудь из лесных грибов. Он составляет предварительный план рассказа:

1) съедобный или несъедобный это гриб?

2) где он растет?

3) какая у него шляпка?

4) какая ножка?

5) что из него можно приготовить?

Вы выбираете ***опенок.***

Начиная рассказ, ребенок вспоминает или вы подсказываете ему, что у опенка есть ядовитый двойник и о нем тоже стоит рассказать. Вы вносите в план этот пункт.

6) Ложный опенок.

Также желательно упомянуть о том, что опята растут не поодиночке, а семьями. Соответственно меняется второй пункт плана:

2) Где растут опята? Как растут опята – поодиночке или «семьей»?

В итоге ваш рассказ выглядит так:

Опенок – съедобный гриб. Он растет на старых пнях, на корнях деревьев, выступающих из почвы и просто в траве около дерева (его грибница под землей прикрепляется к корням). Растет он большими «семьями». У опенка буро-желтая неяркая шляпка, на тонкой ножке всегда имеется пленчатое кольцо. Опята можно и варить, и жарить, и солить, и мариновать. У опенка есть ядовитый двойник – ложный опенок: у него ярко-желтая, красная или серо-зеленая шляпка, а на ножке нет пленчатого кольца.

Перечитав рассказ, вы убеждаетесь, что в нем отражены все пункты плана, а также решаете, что для лучшего понимания рассказ стоит разделить на абзацы.

Результат выглядит так:

Опенок – съедобный гриб.

Он растет на старых пнях, на корнях деревьев, выступающих из почвы, и просто в траве около дерева (его грибница под землей прикрепляется к корням). Растет он большими «семьями».

У опенка буро-желтая неяркая шляпка, на тонкой ножке всегда имеется пленчатое кольцо.

Опята можно и варить, и жарить, и солить, и мариновать.

У опенка есть ядовитый двойник – ложный опенок: у него ярко-желтая, красная или серо-зеленая шляпка, а на ножке нет пленчатого кольца.

Можно также нарисовать настоящий и ложный опенок.

За такую работу ученик наверняка получит заслуженную пятерку.

Память

Кратковременная

Учитель излагает на уроке новый материал: «Как звери готовятся к зиме». Он говорит: «Сначала я вам расскажу о белках, потом о зайцах, потом о ежах, потом о медведе, волке и лисе. А потом мы сравним, как разные звери готовятся к зиме». Ваш ребенок должен отвести «ячейки памяти» под информацию о белках, зайцах и т. д., чтобы в конце урока сделать выводы и запомнить их надолго. Для этого ему нужна хорошая кратковременная память. Вы уже знаете, что проверить ее очень просто: вы называете 10 не связанных друг с другом слов и через 5-10 минут просите ребенка повторить их. Он должен вспомнить не менее 6. Если кратковременная память «хромает», это может сильно помешать учебе ребенка. Рекомендации по ее тренировке вы найдете во второй части этой главы.

Активная рабочая память

Она помогает ребенку ориентироваться на своем столе и в портфеле, а также во множестве изучаемых фактов, чтобы выбрать из них необходимые для решения задачи.

Долговременная

Хорошая долговременная память является важнейшим условием успешной учебы, поскольку позволяет запомнить факты, правила, выводы и применять их в дальнейшем. Любая школьная дисциплина основана на преемственности. Если ребенок не усвоил и не запомнил материал предыдущего урока, ему будет трудно на следующем. Если он не вспомнит, чему учился в первом классе, у него будут проблемы во втором и т. д.

Развитие речи

Правильная артикуляция звуков и умение различать их на слух

В немецком языке существует замечательное правило – «как слышится, так и пишется». В русском, к сожалению, всё несколько сложнее, и всё же если ребенок не может правильно услышать и произнести слово, он вряд ли его грамотно напишет. В главе 2 мы уже говорили о том, что если у 6-7-летнего ребенка нарушено произношение отдельных звуков и он не умеет различать их на слух, то такой ребенок – кандидат в двоечники по русскому языку. На подготовительных занятиях в школе или в детском саду преподаватель будет учить ребенка простейшим навыкам звукового анализа (из каких звуков состоит то или иное слово). Если у малыша возникают трудности при выполнении этих заданий, ему необходимы дополнительные занятия у логопеда. Более конкретные рекомендации дать трудно, поскольку в этом вопросе всё очень индивидуально. Стоит также сводить ребенка на консультацию к ЛОР-врачу, так как причиной трудностей может быть снижение слуха.

Словарный запас

У ребенка старшего дошкольного возраста словарный запас должен составлять не менее 2000 слов (у некоторых детей он превышает 5000 слов).

Ребенок должен уметь находить обобщающее слово для группы предметов (посуда, одежда, растения, животные, птицы) и называть несколько объектов внутри каждой группы (животные – это белка, заяц, волк и т. д.). Он должен подбирать прилагательные и глаголы к определенному существительному (Какая куртка? Новая, красная,

теплая. Что делают с деревом? Сажают, поливают, выращивают) и существительные к глаголу (Что можно варить? Суп, обед, сталь и т. д.).

Ребенок также должен уметь подбирать к слову синонимы, т. е. слова, близкие по значению (добрый, ласковый, нежный), и антонимы – слова с противоположным значением (горячий – холодный, быстро – медленно, высокий – низкий).

Умение строить предложения

«Выглядывая в окно, у меня слетела шляпа». Подобные корявые предложения можно встретить и в сочинениях старшеклассников, и даже в текстах, написанных взрослыми людьми. Ребенок должен уметь выражать свою мысль так, чтобы ее без труда можно было понять. Кроме того, он должен понимать «предложения-ловушки», в которых грамматика может запутать слушателя. Например: «Мать любит дочь». Кто кого любит? «Петя говорит, что он – отличник». Петя отличник? «Саша обязательно получил бы пятерку, если бы больше занимался». Саша получил пятерку? «Можешь позвонить своему другу, когда сделаешь уроки». Что нужно сделать сначала?

Умение составлять рассказ

«Тут он его как… раз! А тут они из-за угла бац-бац-бац! А тут еще сверху ууууу! И снизу бзз-бзз-бзз!» Такой рассказ, вероятно, понравится приятелям вашего ребенка, но вряд ли его оценит учительница. Перед поступлением в школу ребенок должен научиться составлять короткий, но понятный рассказ по картинке, пересказывать короткие рассказы, выделять самое главное, делать выводы из услышанного и т. д. Он также должен научиться различать просторечье и грамотный литературный язык, знать, какие слова можно употреблять на уроке, какие лучше оставить для переменки, а какие – не употреблять вовсе.

Ориентация во времени

Что сначала, что потом

В школе вашему ребенку постоянно придется решать задачи типа: «В вазе было 5 яблок, **сначала** из нее взяли три, **потом** – еще два», слушать рассказ учителя: **«Сначала** на берегу Невы стояла шведская крепость Ниеншанц и был город Ниен, **потом** Петр **I** прогнал с этой земли шведов и начал строить Петропавловскую крепость и город Санкт-Петербург» или отвечать на вопросы вроде этого: «Как вычесть из числа сумму двух чисел? Можно **сначала** сложить эти числа, а **потом** вычесть результат суммы из уменьшаемого. Можно **сначала** вычесть первое число, **потом** второе, а можно сделать наоборот: **сначала** вычесть второе число, **потом** первое». «Перескажи сказку “Теремок”». «В поле лежал пустой горшок. **Сначала** к нему прибежала мышка, **потом** пришла

лягушка»… Когда ребенок пишет диктант или сочинение, он должен помнить, что **сначала** надо сделать отступ для красной строки, а **потом** начать предложение с большой буквы. Когда он будет готовить уроки, он должен знать, что **сначала** нужно вспомнить правило и только **потом** делать упражнение. Когда он берет в руки книгу, он должен **сначала** посмотреть в оглавление, а **потом** открыть книгу на нужной странице и т. д.

Обычно к 6–7 годам ребенок интуитивно понимает, что значит «сначала», а что «потом». У гиперактивного ребенка могут быть сложности с этими понятиями, но не из-за умственной отсталости, а просто потому, что для него время течет слишком быстро и он не успевает отследить связь между причиной и следствием. Однако многие дети не могут соблюдать правильную временную последовательность в своих рассказах, которые порой выглядят вот так: «Летом я была у бабушки, у нее коровы и еще кошка. Мы туда ехали два дня на поезде. Одна корова рыжая, а вторую зовут Буренка. А еще нас дедушка встречал на станции на лошади, и мы ехали на телеге по мосту через речку. И еще я в этой речке купалась и чуть-чуть научилась плавать. А рыжую корову зовут Зорькой. А кошку зовут

Мурка, она полосатая и пьет молоко. И еще у нее котята». Звучит очаровательно, но пятерку за такой рассказ девочка вряд ли получит.

Знакомство с календарем

Наверное, каждый ребенок хочет знать, сколько дней (недель, месяцев) осталось до каникул. Ему важно знать расписание уроков и дополнительных занятий на каждый день недели, чтобы учиться планировать свою жизнь. В школе он будет вместе с одноклассниками готовиться к празднованию Нового года, 23 февраля, 8 Марта и т. д., так что календарь будет ему верным другом и помощником.

Режим

Распорядок дня также очень важен для школьника. Далеко не все дети могут выдерживать плотный график, в котором расписана каждая минута, да в этом и нет нужды. Режим должен быть именно помощником, а не дополнительной нагрузкой (об этом мы еще будем говорить). Но чтобы ребенок относился к режиму сознательно, он должен уметь узнавать время по часам.

Планы

Для школьника важно также научиться составлять краткосрочные и долгосрочные планы. Как он будет готовиться к уроку, когда и как будет писать сочинение, когда и как будет делать творческую работу? Всему этому он должен постепенно научиться.

Ориентация в пространстве

Правое и левое

Вы уже знаете, что у ребенка могут быть серьезные проблемы с письмом, если он не различает четко правую и левую сторону. У него также могут возникнуть проблемы с математикой. Например, объясняя правила решения уравнений с одним неизвестным, учитель может предложить ученикам уравнение:

X —3 = 5

и попросить: «Перенесите вычитаемое из левой части уравнения в правую».

Координация глаза и руки при письме

Письмо – процесс довольно сложный. Ребенок должен научиться «видеть» текст «внутренним зрением» и отдавать руке соответствующие команды. У многих детей в начальной школе возникают проблемы с правильным письмом и выработкой хорошего почерка. Кое-что можно сделать еще до того, как ребенок поступил в первый класс. Если же в начальной школе учительница не справляется с почерком и грамотностью вашего ребенка, не пропустите момент и обратитесь к хорошему логопеду. Эти специалисты помогают не только тем, кто неграмотно говорит, но и тем, кто неграмотно пишет.

Карты и планы

Изучая предмет «Окружающий мир», ваш ребенок получит начальные сведения по географии России и мировой географии. Но для этого ему надо иметь представление о том, что такое карта и как ее читать.

Есть и иной аспект: мысленная карта, возникающая в голове ребенка, непосредственно связана с планированием дальнейших действий. В 1948 г. американский психолог Эдвард Толмен ввел понятие «когнитивная карта» – образ, возникающий в мозге животного и человека при выполнении того или иного задания. Например, крыса, проходящая лабиринт, или водитель такси, едущий по городу, создает в мозге «когнитивную карту» местности. Ребенок, решающий задачу, создает у себя в мозге ее «когнитивную карту», а списывающий текст – «когнитивную карту» текста. Чем точнее, ярче и подробнее «когнитивная карта», тем быстрее и лучше будет выполнено задание. Конечно, карта местности и «карта» математической задачи или грамматического правила – это не одно и то же, но умение обращаться с реальными картами помогает научиться создавать хорошие «когнитивные карты».

Что и как работает

Едва ли ваш ребенок будет изучать в начальной школе основы физики или строение машин и механизмов. Однако чтобы разобраться в «работе» таких естественных природных явлений, как смена дня и ночи, времен года, круговорот воды в природе, приливы и отливы и т. д., ему понадобится хорошее пространственное воображение.

Координация в спортивных играх

Физкультура редко является профилирующим предметом, но ловкость в обращении с мячом, способность быстро бегать и другие подобные умения помогут вашему ребенку завоевать авторитет у одноклассников.

Логическое мышление

О развитии логического мышления у ребенка и взрослого человека можно было бы написать толстенную книгу. Практически в каждой книжке по развитию дошкольника или подготовке ребенка к школе большая часть страниц посвящены именно мышлению и его тренировке, поэтому я позволю себе коснуться этого вопроса только в общих чертах. И первое, что я должна сказать и с чем вы, наверное, согласитесь: само по себе мышление без тренировки внимания, памяти, умения ориентироваться в пространстве и во времени и т. д. вряд ли поможет вашему ребенку стать отличником. Вместе с тем любые задачи, тренирующие внимание, память, пространственное воображение и т. д., «заодно» тренируют мышление.

От ученика начальной школы никто не требует развитого абстрактного мышления. Однако есть некоторые мыслительные операции, которые сильно помогут ему в учебе.

Умение применять правила

Это умение будет постоянно необходимо вашему ребенку на уроках. Например, сначала учитель объясняет детям правило:

В сочетаниях ЧН, ЧК, НЧ, НЩ не пишется Ь.

Затем он диктует текст, который дети должны грамотно написать, применяя это правило.

По дороге «стук» да «стук» —
Едет крашеный сундук.
Старичок его везет,
На всю улицу орет:
«Отличное! Земляничное!
Прекрасное! Ананасное!

Мороженое!»[14]

Также построено большинство уроков математики.

Школьнику могут дать и другое задание – самому вывести правило из примера.

Пример задания по математике:

«– Маша, ты всё время находишь белых грибов больше, чем я, – заметил Миша.

– Да, сегодня я нашла БОЛЬШЕ НА 1, – ответила Маша. Напиши три пары чисел, которые показывают, что Маша нашла на 1 гриб больше, чем Миша.

8 и 7

6 и 5

5 и 4

Чем является число 1 для этих пар чисел? Каким действием можно получить число 1 из чисел каждой пары? Запиши это.

8–7 = 1

6–5 = 1

5–4 = 1

Если Маша нашла на 2 гриба больше, чем Миша, то можно ли сказать, что Миша нашел на 2 гриба меньше, чем Маша?

Напиши еще две пары чисел, которые показывают, что Миша нашел на 2 гриба меньше, чем Маша.

8 и 6

6 и 4

4 и 2

Чем является число 2 для этих пар чисел? Каким действием можно получить число 2 из чисел каждой пары? Запиши это.

8–6 = 2

6–4 = 2

4–2 = 2

Теперь ты знаешь: ***чтобы установить, на сколько одно число больше или меньше другого, нужно из большего числа вычесть меньшее.*** *Узнай, на сколько 20 больше 10. А на сколько 10 меньше 20?»*[15]

Умение давать определения

Определения – еще одна важная деталь обучения. Ваш ребенок едва ли сможет объяснить, чем пресмыкающиеся отличаются от млекопитающих, если не будет четко знать, что такое «пресмыкающееся» и «млекопитающее». Разумеется, ученикам начальной школы проще мыслить на уровне примеров и конкретных понятий, чем на уровне определений и абстракций. От них никто и не будет ожидать четкого логического мышления, однако кое-какие определения изучают и в начальных классах. Например, в курсе математики первого класса ваш ребенок должен понять и запомнить, что такое «слагаемые», «сумма», «разность», «уменьшаемое», «вычитаемое», позже эти определения будут использованы в правилах («от перемены мест **слагаемых сумма** не меняется» и др.).

Критическое мышление

Это умение пригодится ребенку и в школе, и в повседневной жизни. Когда ребенок прочитает рассказ, учитель может спросить его, согласен ли он с героями или с автором, как следовало бы поступить, и т. д. Когда ребенок смотрит рекламу, он должен понимать, что автор рекламы пытается любой ценой уговорить его сделать покупку, даже если рекламируемый товар не так уж полезен и нужен. Когда одноклассники подбивают вашего ребенка на какую-нибудь шалость, он должен уметь критично отнестись к их словам.

Поиск стратегии при решении проблем

Для успешной учебы и решения проблем, с которыми ваш ребенок столкнется в жизни, ему потребуется не только знание правил, но и умение находить собственную стратегию, подходящую для данного случая.

Творческое мышление

В современных школьных программах встречается достаточно много творческих заданий. Большинство детей справляются с ними без большого труда, если взрослые не успели их запугать.

Отношения со сверстниками

О том, как помочь ребенку наладить отношения с одноклассниками, также можно написать целую книгу. Многие замечательные книги на эту тему уже написаны. Мы также будем много говорить об отношениях внутри класса, а пока что в этой главе я сделаю только несколько предварительных замечаний.

На мой взгляд, большинство детских ссор происходят не потому, что один из детей «плохой» (или оба «плохие), а потому, что они просто не могут толком друг друга понять и не знают, как разрешить конфликт, не прибегая к драке. И виноваты в этом взрослые, в первую очередь мы, родители, потому что мы сами очень часто не умеем ни устанавливать дружеские отношения, ни правильно выходить из конфликта. Если мы рассматриваем любое общение как соревнование, борьбу за признание, уважение и т. д. или, наоборот, готовы пойти на любые жертвы, лишь бы не пришлось отстаивать свои интересы, то вполне вероятно, что у наших детей будут проблемы в общении. В детском саду ребенок часто приобретает своеобразную «закалку», становится нечувствительным к грубости и насмешкам других детей, однако при этом он может быть очень неприятным компаньоном, так как совершенно не принимает во внимание чувства собеседника.

Чтобы быть приятным в общении, ребенок должен:

– уметь говорить о своих чувствах и желаниях, т. е. вежливо попросить, предложить, отказаться, остановить другого ребенка;

– уметь понять слова и чувства другого и изменить свое поведение, если это необходимо, или объяснить, почему он поступил так, а не иначе; также важно научить ребенка делать комплименты или по крайней мере отмечать всё хорошее, что делают другие люди;

– уметь договориться, пойти на компромисс или вежливо настоять на своем;

– знать правила поведения и правила вежливости.

СЛОЖНОСТИ В ОБУЧЕНИИ: ЧТО МОЖНО СДЕЛАТЬ

Внимание

Умение концентрировать внимание на 10–15 минут

Для тренировки этого навыка подойдут любые задания, требующие для своего выполнения ограниченного количества времени. Ребенок может проходить нарисованные на бумаге лабиринты, строить модели из Лего или из кубиков по инструкции, раскрашивать раскраски, складывать фигурки из бумаги, рисовать комиксы (серию последовательных картинок, в которых рассказывается история) и т. д. Главное, чтобы он научился доводить работу до конца. Однако если ребенокустает и отвлекается, не заставляйте его тут же вернуться и закончить задание, дайте ему минут 5-10 на то, чтобы «выпустить пар», а потом мягко

верните его к рабочему столу. «Давай посмотрим, что мы уже сделали? Ого, какой ты молодец, большая часть работы позади. А что нам еще осталось сделать? Так, какой будет наш первый шаг? Что мы сделаем сейчас?» и т. д.

Умение углублять внимание

Для тренировки этого навыка прекрасно подходят задания, в которых нужно найти 10 различий между картинками, найти ошибки художника, найти определенное количество мелких предметов (например, на рисунке, изображающем школьников в классе, нужно найти 15 карандашей) и т. д.

Умение переключаться и отдыхать

После того как ребенок закончит задание, предложите ему проверить результат. Спросите, доволен ли он, всё ли получилось так, как ему хотелось. После этого скажите что-нибудь вроде: «Итак, мы закончили решать задачи. Теперь давай немного отдохнем», т. е. обратите внимание ребенка на момент перехода от работы к отдыху или к другому виду работы.

Давайте вашему ребенку по две-три простейшие задачи и попросите, чтобы он сделал их за определенное время. Времени должно быть достаточно много – 5-10 минут, и важно, чтобы ребенок научился сам распределять время, заканчивать работу над одним заданием и начинать второе.

Если вы занимаетесь с ребенком дома, возьмите за правило устраивать физкультминутки через каждые 30 минут занятий. Хорошо будет, если вы включите музыку и потанцуете вместе с ребенком.

Умение отделять важную информацию от второстепенной

Учите ребенка выделять «главные слова» в сказках и рассказах, которые вы вместе читаете. Для того чтобы натренировать внимание, очень хорошо подходят игры типа «да и нет не говорите». В начале игры вы договариваетесь о «запрещенном слове». Задача водящего – заставить игроков произнести «запретное слово», задача игроков – удержаться от нарушения правил.

Вспомним классическое начало такой игры: «Барыня прислала 100 рублей. Что хотите, то купите, да и нет не говорите, черное и белое не называйте. Вы поедете на бал?» (Тот, кто ответит «да» или «нет» – проиграл).

Для детей-кинестетиков больше подойдет игра с «запрещенным действием». Водящий показывает упражнения: руки к плечам – руки вверх – руки на пояс – руки вперед и т. д. Ребенок должен повторять все действия, кроме «запрещенного». Например, когда водящий показывает

«руки на пояс», ребенок вместо этого должен хлопнуть в ладоши.

Умение вовремя подключать мышление

Научить ребенка «не терять бдительности» помогут задачи-шутки вроде таких:

У *березы три ветки. На каждой – по два яблока. Сколько яблок на березе? (На березе яблоки не растут.)*

Другие шуточные вопросы на сообразительность:

У *трех шоферов есть брат Сергей, а у Сергея братьев нет. Может ли такое быть? (Да, если шоферы – женщины либо речь о разных Сергеях.)*

В комнате горело 5 свечей, 2 из них задули. Сколько останется? (Останется 2: задутые свечи не сгорят полностью.)

Если в 12 часов ночи идет дождь, то можно ли ожидать, что через 24 часа будет солнечная погода? (Нет, через 24 часа будет снова полночь.)

Когда черной кошке лучше всего пробраться в дом? (Когда дверь открыта.)

На столе лежат линейка, карандаш, циркуль и резинка. На листе бумаги нужно начертить окружность. С чего начать? (Надо достать лист бумаги.)

Один поезд едет из Москвы в Санкт-Петербург с опозданием 10 минут, а другой – из Санкт-Петербурга в Москву с опозданием 20 минут. Какой из этих поездов будет ближе к Москве, когда они встретятся? (В момент встречи они будут на одинаковом расстоянии от Москвы.)

На столе лежат две монеты, в сумме они дают 3 рубля. Одна из них – не 1 рубль. Какие это монеты? (2 рубля и 1 рубль. Одна – не 1 рубль, а вот другая – 1 рубль).

Шел Кондрат в Ленинград,
А навстречу – двенадцать ребят,
У каждого по три лукошка,
В каждом лукошке – кошка,
У каждой кошки – двенадцать котят,
У каждого котенка в зубах по четыре мышонка.
И задумался старый Кондрат:
«Сколько мышат и котят
Ребята несут в Ленинград?»
Глупый, глупый Кондрат!
Он один и шагал в Ленинград.
А ребята с лукошками,

С мышками и кошками
Шли навстречу ему – в Кострому.

(К. Я. Чуковский)

Возможно ли такое: две головы, две руки и шесть ног, а в ходьбе только четыре? (Да, это всадник на лошади.)

Шли два отца и два сына, нашли три апельсина. Стали делить – всем по одному досталось. Как это могло быть? (Это были дед, отец и сын.)

Под каким деревом сидит заяц, когда идет дождь? (Под мокрым.)

Какое слово всегда звучит неверно? (Слово «неверно».)

Из какой посуды нельзя ничего поесть? (Из пустой.)

Куда идет цыпленок, переходя дорогу? (На другую сторону дороги.)

Что можно приготовить, но нельзя съесть? (Да много чего: домашнее задание, цемент…)

Как можно налить два литра молока в литровую бутылку? (Налить в бутылку литр, когда его выпьют, налить второй литр.)

Если пять кошек ловят пять мышей за пять минут, то сколько времени нужно одной кошке, чтобы поймать одну мышку? (Пять.)

Сколько месяцев в году имеют 28 дней? (Все 12, так как если в месяце 30 дней, то и 28 дней среди них есть.

Можно ли зажечь спичку под водой? (Если ты в подводной лодке, то да.)

Мужчина вел большой грузовик. Огни на машине не были зажжены. Луны тоже не было. Женщина стала переходить дорогу перед машиной. Как удалось водителю разглядеть ее? (Цело было днем.)

Что все люди на Земле делают одновременно? (Живут, дышат.)

Как спрыгнуть с десятиметровой лестницы и не ушибиться? (Спрыгнуть с нижней ступеньки.)

Что не имеет длины, глубины, ширины, высоты, а можно измерить? (Время.)

Когда сеть может вытянуть воду? (Когда вода превратится в лед.) [16]

Импульсивность

Расскажите ребенку, что прежде, чем принять решение, нужно сделать три вещи: остановиться – посмотреть вокруг, чтобы понять, что происходит, – подумать и вспомнить всё, что необходимо для решения, и

только после этого принимать решение. У вас будет возможность потренироваться, когда вы будете выполнять учебные задания. Если вы видите, что ребенок начинает искать решение задачи наугад, кажите ему: «Остановись! Еще раз посмотри внимательно на условие. Подумай, как ты будешь решать задачу. А теперь действуй». Те же правила могут помочь ребенку в жизни – когда он переходит дорогу, когда придумывает новую игру, когда вступает в конфликты со взрослыми или с другими детьми и т. д.

Конечно, он освоит их далеко не сразу. В этом нет ничего страшного. Многие дети и взрослые знают, **как** нужно поступать в той или иной ситуации, но, когда доходит до дела, они забывают о правилах и действуют наобум. Однако, ошибившись несколько раз, они обычно приходят к выводу, что нужно лучше контролировать себя и делать всё **правильно.** Но они никогда не смогут изменить свое поведение, если не будут знать, как правильно поступить. Например, маленький ребенок не хочет зимой надевать варежки. После того как он несколько раз упадет ручками в снег, он, возможно, захочет их надеть. Но для этого он должен как минимум знать, что такое варежки и для чего они нужны. Точно так же, когда ребенок осознает, как много вреда приносят импульсивные поступки, он может вернуться к схеме: «остановись – посмотри (послушай) – подумай», о которой вы ему рассказали, и попробовать воспользоваться ею.

Промежуточные и конечные оценки результата

Составление устных и письменных пересказов и самостоятельных рассказов, изготовление различных поделок, рисование сюжетных картинок – все эти действия приучают ребенка к самоконтролю и самопроверке на промежуточных и конечных этапах работы. Если у ребенка возникают трудности, помогите ему. Возьмите несложный конструктор и инструкцию по сборке и последовательно пройдите с ребенком каждый этап, спрашивая его: «Какие детали нам понадобятся сейчас? Как мы их разместим? Давай сравним со схемой, правильно ли у нас получилось?» Или так: «Давай нарисуем картинки к сказке «Колобок». Что нарисуем на первой картинке? А что с Колобком случилось дальше? Давай посмотрим в книгу и проверим, не пропустили ли мы чего-то важного?»

Память

Кратковременная

Развитию кратковременной памяти помогают так называемые игры-цепочки. Простейшая из них – «Я пошел в магазин». Первый из играющих говорит:

«Я пошел в магазин и купил там арбуз».

Второй: «Я пошел в магазин и купил там арбуз и банан».

Третий (или снова первый): «Я пошел в магазин и купил там арбуз, банан и виноград» и т. д.

Можно подбирать слова по алфавиту, можно на какую-то одну конкретную букву, а можно просто вразнобой – кто что придумает.

Если ваш ребенок – визуал или кинестетик, ему может быть трудно запоминать информацию, воспринимаемую на слух. Научите его рисовать себе «мысленную картинку» (для кинестетика лучше подойдет «мысленный мультик»).

Пример:

Учим детскую считалку:

В этой маленькой корзинке

Есть конфеты и картинки,

Ленты, ***марки и машинки***,

Куклы и карандаши —

Что угодно для души.

Если у ребенка возникают трудности с запоминанием длинного списка во 2-4-й строчках, попросите его закрыть глаза и представить себе, что он сам последовательно вынимает из корзинки те предметы, о которых идет речь. Мой сын-кинестетик без всякой инициативы с моей стороны стал изображать этот процесс пантомимой. После этого он тут же без запинки повторил текст.

Активная рабочая

Еще одна старая и очень распространенная игра: вы выкладываете перед ребенком несколько предметов, просите их запомнить, затем просите отвернуться, убираете один из предметов и спрашиваете, что пропало. Игру можно усложнять: один предмет пропадает, остальные меняются местами; один предмет пропадает, другой появляется и т. д. Если ваш ребенок любит лото, поиграйте в него «вслепую». Сначала ребенок должен внимательно изучить карточку, потом перевернуть ее и собирать маленькие карточки «вслепую». В конце большая карточка переворачивается и вы все вместе проверяете результат.

Аудиалу и кинестетику для поддержания порядка на рабочем столе может потребоваться «проговаривание» своих действий. «Я буду делать аппликацию. Застелю стол газетой. В центр стола я положу лист бумаги, справа – карандаш и ножницы, слева – набор цветной бумаги, в верхний правый угол – корзинку для бумажных обрезков и клей, в нижний левый – корзинку для мусора» и т. д.

Совершенствованию активной рабочей памяти помогут также игры с пазлами – картинками, которые нужно собирать из отдельных кусочков, или сборка моделей из конструкторов.

Долговременная

Учить наизусть стихи и пересказывать рассказы – лучший способ натренировать долговременную память.

Развитие речи

Правильная артикуляция звуков и умение различать их на слух

Если у вашего ребенка проблемы с произношением и различением звуков на слух, логопед должен подобрать для него упражнения индивидуально.

Словарный запас

Словарный запас ребенка складывается из тех слов, что он слышит от взрослых и от сверстников, из книг, которые ему читают взрослые, из кинофильмов, телепередач и т. д. Постарайтесь, чтобы у ребенка «на слуху» было достаточно примеров хорошей грамотной речи. Читайте классические стихи, рассказы русских писателей XIX в. Решайте с ребенком простые ребусы, кроссворды, чайнворды и т. д.

Существует также множество упражнений для того, чтобы перевести пассивный словарный запас ребенка в активный.

Вот некоторые из них:

– Что делает кошка? Кошка бегает, прыгает, мяукает, ловит, лакает и т. д.

– Кто умеет летать? Птицы, бабочки, мухи и т. д.

– Какой бывает мячик? Резиновый, цветной, красивый, большой и т. д.

Посоревнуйтесь с ребенком, кто найдет больше слов.

– Подбери к слову похожее: большой – огромный, маленький – крохотный.

– Подбери слово с противоположным значением: веселый – грустный, узкий – широкий, легкий – тяжелый и т. д.

– О чем можно сказать «маленький»? Мяч, карандаш, лист, цветок и т. д. А маленькая? Кукла, книга, кисть, линейка, майка и т. д. А «маленькое»? Окно, слово…

– Скажи, чего нет: деревья – нет деревьев, окна – нет окон, стулья – нет стульев, куклы – нет кукол и т. д.

– Посчитай: одна мышка, две мышки, три мышки, четыре мышки, пять мышек и т. д. Это упражнение можно усложнить, одновременно согласуя числительные и прилагательные с существительным, например: один резиновый мяч, два резиновых мяча, три резиновых мяча и т. д.

– Кто чей детеныш: козленок у козы, котенок у кошки, вороненок у вороны, барсучонок у барсучихи, гусенок у гусыни и т. д.

– Назови ласково: дом – домик, лист – листик, кошка – кошечка и т. д.; зеленый – зелененький, сладкий – сладенький, узкий – узенький и т. д.

– Дом из кирпича – как сказать по-другому? Кирпичный. Воротник их меха – меховой, сок из яблока – яблочный и т. д.

– Хвост лисы (чей?) – лисий, берлога медведя (чья?) – медвежья и т. д.

– Как называется человек, который кладет камни на стройке? Каменщик. Как называется человек, который исполняет музыку? Музыкант. Что делает учитель? Учит. Что делает писатель? Пишет… и т. д.

– Куда спряталась обезьянка? Обезьянка спряталась за шкаф, вылезла из-за шкафа, залезла на шкаф, спрыгнула со шкафа, забралась под шкаф, выглянула из-под шкафа и т. д.

Важно, чтобы эти упражнения не превращались в «допрос» ребенка. Будет лучше, если вы будете играть на равных и дадите ребенку возможность придумать задание для вас.

Умение строить предложения

Вот несколько упражнений, которые помогут вашему ребенку научиться сознательно пользоваться различными грамматическими конструкциями предложений.

«Снежный ком». Начните с короткого предложения: «Мальчик идет» и присоединяйте по очереди к нему слова. Маленький мальчик идет.

Маленький мальчик идет гулять.

Маленький мальчик идет гулять в парк.

Маленький мальчик идет гулять в большой парк.

Маленький мальчик идет гулять в большой тенистый парк. Маленький мальчик идет гулять в большой тенистый парк с мамой… и т. д.

«Обратное» упражнение. Возьмите длинное предложение и постепенно «вынимайте» из него слова.

Хитрая рыжая лиса перепрыгнула через толстого ленивого пса. Хитрая рыжая лиса перепрыгнула через ленивого пса. Хитрая лиса перепрыгнула через ленивого пса… и т. д.

Какие слова нельзя «вынуть», иначе предложение «рассыпется»?

Кто сможет придумать больше предложений про кошку? А кто придумает самое длинное предложение?

Кто сможет придумать больше предложений, глядя на картинку?

Слова рассыпались, сделай так, чтобы они подружились: заяц, под, жить, куст. Заяц живет под кустом.

Умение составлять рассказ

Предлагайте ребенку составить рассказ по картинке, по серии картинок, рассказать что-нибудь из своей жизни, пересказать рассказ или сказку.

Помогайте ребенку вопросами и следите, чтобы он придерживался в своем рассказе хотя бы приблизительного плана:

Кто главные герои рассказа?

С чего всё началось?

Что делали герои?

Что из этого получилось?

Как ты думаешь, почему всё получилось именно так? Могло бы быть по другому? Что для этого нужно было сделать?

Ориентация во времени

Что сначала, *что потом*

Составление устных рассказов также поможет вашему ребенку научиться правильно выстраивать временную последовательность, особенно если вы будете обращать на это его внимание, задавая правильные вопросы. Например: «Как же волк оказался в домике бабушки?» – «Пока Красная Шапочка шла длинной дорогой и собирала цветы, волк пробежал по короткой дороге, вбежал в домик бабушки и проглотил ее». – «А что он сделал потом?» – «Потом он надел чепчик бабушки и ее очки и лег в кровать». Не забудьте обратить внимание ребенка на то, что «после этого» не всегда значит «вследствие этого».

Полезно также поиграть в игру «Что сначала, что потом?» со словами или с картинками. Например, так: «Вот мальчик. Кем он станет потом?» – «Мужчиной». «Вот цыпленок. Где он был сначала?» – «В яйце». «Вот свитер. Чем он был сначала?» – «Клубком ниток». Пусть ребенок сам придумает для вас подобные задания.

Знакомство с календарем

Повесьте на стену красивый и понятный для ребенка календарь и периодически обсуждайте, какое сегодня число, какой день недели,

какой месяц, сколько дней осталось до Нового года, сколько месяцев прошло со дня рождения ребенка и т. д.

Режим

О том, как составить удобный режим, мы поговорим в главе 8. Когда режим составлен, повесьте его на стене, а рядом – картонные часы. К часам можно приклеить картинки, которые будут показывать, какому часу дня соответствует какое занятие (утро – подъем и завтрак, первая половина дня – детский сад и т. д.). Сначала стрелки на часах переводите вы, потом это научится делать сам ребенок, глядя на «взрослые» часы. Существует также множество книжек с заданиями, которые помогут ребенку научиться точно определять время по часам.

Планы

Организуйте с ребенком «долгосрочные проекты», которые потребуют нескольких дней работы. Таким проектом может быть постройка какой-то сложной модели, создание самодельной книжки, альбома с рисунками, экскурсии по городу и в различные музеи (например, в течение года посетить все музеи, посвященные транспорту, и сделать альбом или найти как можно больше сказок о принцессах и нарисовать к ним иллюстрации) и т. д. Составьте план работы, следите за его выполнением, корректируйте по мере необходимости.

Такой план должен включать следующие пункты:

– точно сформулированную цель (например, сделать модуль-подвеску с бумажными рыбками);

– как именно должен выглядеть результат. Некоторые дети очень болезненно реагируют на то, что их мысленное представление не совпадает с действительностью, поэтому полезно сначала обсудить, как ребенок сам видит результат своей работы. Можно нарисовать два эскиза – ваш и ребенка, сравнить их, обсудить возможные трудности и т. д. Решите не только то, как будет выглядеть ваша подвеска, но и куда вы ее повесите;

– насколько осуществим результат (если ваш ребенок хочет сделать подвеску из сотни рыбок, это будет трудновато, да и, пожалуй, не слишком красиво, поэтому выберите какое-нибудь разумное число элементов, например 10 или 12);

– как именно вы будете это делать (рыбок можно нарисовать на бумаге, можно сделать их в технике оригами, украсить аппликацией, деталями из пластилина, обернуть в фольгу и т. д.; рассмотрите все возможные варианты и выберите тот, который вам больше всего понравится);

– что вам понадобится для осуществления плана (достаточное количество бумаги, карандаши, мелки и т. д.);

– темп работы (по 1–2 рыбки в день);

– промежуточная оценка результата (сделав первую рыбку, оцените ее, решите, не нужно ли внести какие-нибудь изменения в план, например сделать рыбок разного размера);

– что делать, если возникнут сложности (если бумага окажется слишком тонкой и будет легко рваться, нужно поменять ее, если краска будет плохо засыхать, можно покрыть рыбок лаком и т. д.);

– окончательная оценка результата, необходимые доработки;

– планы на будущее (может быть, сделать такую же подвеску в подарок бабушке на 8 Марта).

У вашего ребенка будет опыт выполнения длительной работы, это поможет ему составлять планы и сознательно выполнять учебные задания в школе.

Ориентация в пространстве

Правое и левое

Многие игры на бумаге учат ребенка ориентироваться в пространстве. Я расскажу вам о двух таких играх.

Робот на острове

На клетчатой бумаге нарисуйте остров 3 на 3 клетки. В одну из клеток поставьте робота. Ребенок дает роботу команды: «Направо!», «Налево!», «Вверх!», «Вниз!», а робот, продвигаясь каждый раз на одну клетку, должен обойти весь остров, на свалившись в океан (т. е. не выходя за границы рисунка). Скорее всего, ребенок справится с этим без труда. Тогда предложите ему пройти тот же маршрут вслепую, не глядя на план. Если поначалу ему трудно это сделать, покажите пример: пройдите маршрут сами, а ребенок пусть подает вам команды. Можно рисовать острова больших размеров и более сложной формы (с мысами и бухтами).

Поиск клада

Игра похожа на предыдущую, только на этот раз нужно найти путь в нарисованном лабиринте. Лабиринт также проходят не глядя, подавая команды «Направо!», «Налево!», «Вверх!», «Вниз!», а второй игрок, который видит лабиринт, отвечает: «Прошел!» или «Стенка!» Задача – найти клад, т. е. прийти на клетку лабиринта, обозначенную буквой «к». Когда ваш ребенок научится находить клад без труда, попросите его так же вслепую выйти из лабиринта. Не забывайте меняться местами. Пусть ребенок рисует для вас лабиринты, «прячет клады», подсказывает вам и исправляет ваши ошибки в

случае необходимости.

Координация глаза и руки при письме

Лучше не учить ребенка писать самостоятельно. Ему гораздо проще будет это сделать «с нуля» по прописям под руководством учителя. Для того чтобы подготовить его руку и глаз к письму, лучше всего подойдут обыкновенные детские раскраски. Пусть ребенок как можно больше рисует и раскрашивает карандашами (фломастеры и мелки слишком мягкие, они не дают нужной нагрузки руке). Для выработки в будущем хорошего почерка очень полезны лепка, оригами и т. д.

Карты и планы

Купите хороший детский атлас – пусть он станет частью повседневной жизни ребенка. Когда вы читаете или смотрите телепередачу, загляните в атлас, чтобы узнать, где именно происходит действие.

Рисуйте планы: комнаты ребенка, квартиры, вашего микрорайона с обозначением детских площадок, магазинов и других интересных объектов. Берите эти планы и карты с собой на прогулку.

Ищите клады – это одна из лучших игр!

Поиск клада (на местности)

В эту игру приятнее всего играть летом на дачном участке, но можно сыграть и в квартире. Один человек прячет клад, другой должен его найти, пользуясь указателями. Это могут быть:

1) бумажные стрелки, приклеенные скотчем к стволам деревьев или к мебели;

2) записки (например, вы вручаете ребенку записку «Иди к большой сосне», под сосной он находит записку «Иди к колодцу», у колодца – клад или новая записка);

3) настоящая пиратская карта-план, на которой крестиком обозначено местонахождение клада (карта может быть порвана, залита чернилами и т. д.).

Подберите подходящий уровень сложности для вашего ребенка и подключайте воображение.

Что и как работает

Читайте с ребенком книги о природе и технике, рисуйте вместе с ним схемы, стройте модели. Существует много хороших книг, где описаны простейшие модели, которые ребенок может сделать сам. Это разовьет его пространственное воображение и научит прослеживать взаимосвязи.

Координация в спортивных играх

Последний год перед школой – замечательное время для того, чтобы отдать ребенка в какую-нибудь оздоровительную секцию. Это укрепит его здоровье, улучшит осанку и сделает хорошим партнером по играм. Часто спортивным детям легче вписаться в формирующийся коллектив. Посоветуйтесь с врачом и подберите тот вид занятий физкультурой (но не спортом!), который лучше всего подойдет для вашего ребенка.

Логическое мышление

Применение правил

Решая с ребенком задачи, почаще спрашивайте его: «Какое правило можно вывести из этих примеров?» или «Каким правилом можно воспользоваться?» Правила могут касаться не только русского языка или математики, но и повседневной жизни: «Не собирай незнакомые грибы!», «Мой руки перед едой», «Не разговаривай с незнакомцами», «Не начинай драку первым», «Не бери чужие вещи без разрешения», «Не переходи дорогу на красный свет»… Дети не всегда охотно подчиняются правилам, часто им нужно объяснить, в чем их смысл, почему они были введены. Большинству детей нравится выступать в роли учителя, поэтому попросите вашего ребенка самостоятельно составлять правила. Например, пусть ему напишет письмо Незнайка и спросит, как правильно переходить улицу. Или пусть кто-нибудь из сказочных героев попросит вашего ребенка рассказать, как правильно играть в игру, убирать игрушки перед сном, накрывать на стол и т. д.

Определения

Покажите ребенку, как пользоваться толковым словарем. Когда вы вместе читаете книги, обратите его внимание на определения слов, которые даются в примечаниях или непосредственно в тексте. Спрашивайте его, понимает ли он то или иное слово, и просите объяснить, что оно значит. Если ребенок не знает этого слова, посмотрите вместе с ним в словаре.

Критическое мышление

Возьмем для примера рассказ Виктора Голявкина «Карусель в голове».

Прочитайте его ребенку:

КАРУСЕЛЬ В ГОЛОВЕ

К концу учебного года я просил отца купить мне двухколёсный велосипед, пистолет-пулемёт на батарейках, самолёт на батарейках, летающий вертолёт и настольный хоккей.

– Мне так хочется иметь эти вещи! – сказал я отцу. – Они постоянно вертятся у меня в голове наподобие карусели, и от этого голова так кружится, что трудно удержаться на ногах.

– Держись, – сказал отец, – не упади и напиши мне на листке все эти вещи, чтоб мне не забыть.

– Да зачем же писать, они и так у меня крепко в голове сидят.

– Пиши, – сказал отец, – тебе ведь это ничего не стоит.

– В общем-то ничего не стоит, – сказал я, – только лишняя морока. – Ия написал большими буквами на весь лист:

ВИЛИСАПЕТ

ПИСТАЛЕТ-ПУЛИМЕТ

САМАЛЕТ

ВИРТАЛЕТ

ХАКЕЙ

Потом подумал и ещё решил написать «мороженое», подошел к окну, поглядел на вывеску напротив и дописал:

МОРОЖЕНОЕ

Отец прочел и говорит:

– Куплю я тебе пока мороженое, а остальное подождем.

Я думал, ему сейчас некогда, и спрашиваю:

– До которого часу?

– До лучших времен.

– До каких?

– До следующего окончания учебного года.

– Почему?

– Да потому, что буквы в твоей голове вертятся, как карусель, от этого у тебя кружится голова, и слова оказываются не на своих ногах.

Как будто у слов есть ноги!

А мороженое мне уже сто раз покупали.

А теперь задайте ребенку (и себе) вопросы:

Что происходит в рассказе?

Понял ли мальчик, почему ему купили только мороженое? А ты понял?

Как тебе кажется, что подумал отец, когда прочитал записку мальчика?

Как ты думаешь, почему Виктор Голявкин захотел написать этот рассказ? Что он хотел сказать? Почему рассказ так назван? «Карусель в голове» – это хорошо или плохо?

А ты сам как относишься к ситуации, описанной в рассказе? Как по-твоему, был ли прав мальчик? Был ли прав его отец? А с писателем ты согласен? Почему?

Так вы поможете вашему ребенку увидеть одну и ту же ситуацию с разных точек зрения (мальчика, его отца, писателя) и не только понять смысл рассказа, но и сформулировать собственное мнение и обосновать его.

Не забывайте также проверять ребенка на критичность мышления в житейских ситуациях. Спросите у него: «Если к тебе подойдет незнакомый мужчина и предложит прокатиться на машине, что ты ответишь?»

Выбор наилучшего решения

В главе о планах мы подробно разбирали, как научить ребенка составлять планы и претворять их в жизнь. Решая с ребенком задачи или выполняя задания, почаще задавайте ему наводящие вопросы.

Какими способами можно решить это задание?

Какой способ проще?

Какой способ ты выберешь? Почему?

Что тебе понадобится для выполнения задания?

Сколько времени это займет?

Как ты думаешь, что будет, если мы поступим так? А как еще можно поступить?

Что у тебя получилось? Ты доволен результатом?

Что можно было сделать лучше?

Посмотри, нет ли ошибки? Как можно ее исправить? И т. д.

Многие игры учат ребенка выбирать правильную стратегию и просчитывать результаты своих действий. Далеко не каждый ребенок может хорошо играть в шахматы в 6-7-летнем возрасте, но многие с успехом решают шахматные задачи на мат в один ход. Часто дети с удовольствием играют в шашки, поддавки, «Мельницу», «Морской бой» и другие логические настольные игры. Хорошо развивают логическое мышление головоломки с шифрами, криптограммы, математические головоломки (например, «магические квадраты») и т. д.

Творческое мышление

Как правило, детей не нужно специально учить творчеству, нужно просто пореже говорить им: «Какие глупости!» Однако важно, чтобы ребенок хорошо умел различать фантазию и реальность. Объясните ему, что есть сказочные, выдуманные миры, которые существуют только в воображении, и есть действительность. Если ребенок обожает мультфильмы про Человека-паука, спросите его, можно ли в самом деле превратиться в чудо-героя, если тебя укусит паук. Объясните, что даже если истории про Человека-паука выдумка и им нельзя верить, то ими всё равно можно наслаждаться.

Отношения со сверстниками

Уметь говорить о своих чувствах и желаниях

Развязный и хамоватый ребенок, который может говорить о себе часами, не обращая внимания, слушает ли его собеседник, и робкий тихоня, боящийся поднять руку, чтобы попроситься в туалет, – едва ли мы хотим видеть своих детей такими. Между тем найти «золотую середину» не такуж трудно. Ребенок должен уметь привлечь к себе внимание собеседника, настоять на своем, если это необходимо, вовремя отступить, пойти на компромисс и т. д. Для начала научите ребенка пользоваться следующими фразами:

Здравствуй(те)! Меня зовут… Я люблю играть в… А во что ты любишь играть?

Можно мне…

Я бы очень хотел (а)…

Простите, пожалуйста, можно…

Давай будем…

Хочешь, мы сейчас…

Спасибо, я не хочу…

К сожалению, сейчас я не могу…

Я сейчас очень устал(а)…

Я очень расстроился(лась), когда ты…

Прекрати, пожалуйста! Мне это не нравится…

Это поможет ему говорить о своих чувствах и желаниях, не задевая чувства других.

Уметь понять слова и чувства другого

Спрашивайте ребенка, что, по его мнению, думает и чувствует герой его любимой книги или фильма, один из членов вашей семьи, кто-то из ваших знакомых в той или иной ситуации.

Научите его выражать сочувствие, предлагать свою помощь, говорить комплименты, выражать радость и восхищение, благодарить и т. д. Покажите ему пример, разговаривая с его одноклассниками и друзьями: интересуйтесь их делами, выражайте свое отношение к тому, что они рассказывают («По-моему, это просто здорово!», «Ты, наверное, очень испугался» и т. д.).

Научите вашего ребенка приглашать других детей поиграть и выбирать игру, которая будет интересна всем.

Если кто-то из ваших знакомых заболел, позвоните ему вместе, узнайте, как дела, пожелайте выздоровления.

Готовьте вместе с ребенком поздравления и подарки для его друзей.

Если ваш ребенок любит телевизионные шоу, предложите ему сыграть в такую игру. В роли ведущего он должен представить гостя, сказать о нем что-то интересное и приятное, задать вопросы, которые помогли бы гостю «раскрыться». В роли гостя предложите ребенку рассказать короткую, но интересную всем историю, ответить на вопросы, дать совет и т. д.

Уметь договориться, пойти на компромисс или вежливо настоять на своем

В случае конфликта самое главное – попытаться рассмотреть причину спора как общую проблему. Спор не превращает вас во врагов, наоборот, ваш общий враг – проблема, и вы должны объединиться, чтобы вместе решить ее. Для этого нужно определить, как видят эту проблему обе стороны спора, узнать, какие пути решения они предлагают, и выбрать тот способ, который устраивает обоих. Конечно, всё это проще описать, чем сделать, и родителям самим зачастую трудно отрешиться от своих эмоций и настроиться на сотрудничество. Но если вы чувствуете, что эмоции кипят, значит, нужно срочно разводить стороны. «Сейчас вы слишком взволнованы, вы вот-вот поссоритесь всерьез, а мне этого совсем не хочется. Давайте разойдемся, успокоимся и подумаем, как нам решить этот спор миром». Если ребенок не будет знать, как правильно вести себя в сложной ситуации, он всегда может начать с нейтральной вежливой фразы (например: «Мне очень жаль, я не хотел(а) вас огорчить (обидеть тебя)»), которая, как правило, разряжает обстановку и дает обеим сторонам время опомниться и подумать.

Знать правила поведения и правила вежливости

Знание формул вежливости – большое подспорье. Вежливые слова действительно волшебные, они помогают разрешить множество недоразумений.

Ребенок должен знать, как вести себя за столом, чтобы другим людям было приятно сидеть с ним рядом, он должен уметь вежливо переспросить, если что-то не расслышал или не понял, вежливо возразить взрослому («Извините, но я думаю, что…»), вежливо обратить на себя внимание («Простите, что я вас перебиваю, но…»), извиниться, вовремя сказать «спасибо» и «пожалуйста», оказывать взрослым людям мелкие знаки внимания – встать, приветствуя взрослого, придержать дверь, уступить место, предложить помощь и т. д.

Кроме того, расскажите вашему ребенку, что пунктуальность и умение терпеливо ждать своей очереди тоже относятся к правилам этикета.

ИТОГ

Безопасность вашей школы. Ваш список вопросов…

Устранить проблемы в обучении (ваш индивидуальный план):

Навыки	Умения ребенка	Да/ нет	Если нет, что делать
Внимание	Умение концентрировать внимание на 10–15 минут	Да	
	Умение углублять внимание	Нет	Задания «найди 10 различий», «найди ошибку на рисунке», «найди на картинке 10 карандашей» и т. д.

Внимание	Умение переключаться отдыхать		
	Умение отделять важную информацию от второстепенной		
	Умение вовремя подключать мышление		
	Импульсивность		
	Промежуточная и конечная оценка результата		
Память	Кратковременная память		
	Активная рабочая память		
	Долговременная память		
Развитие речи	Произношение звуков		
	Словарный запас		
	Предложения		
	Рассказы		
Ориентация во времени	Сначала и потом		
	Календарь		
	Режим		
	Планы		
Ориентация в пространстве	Правое и левое		
	Координация глаза и руки при письме		

Ориентация в пространстве	Карты и планы		
	Что и как работает		
	Координация в спортивных играх		
Логическое мышление	Применение правил		
	Использование определений		
	Критическое мышление		
	Поиск наилучшего решения		
	Творческое мышление		
Отношения со сверстниками	Умение говорить о себе		
	Умение слушать и понимать других		
	Умение решать конфликты		
	Правила этикета		

Как подавать документы в школу?

Обычно школы принимают документы будущих первоклассников с 1 марта по 1 мая. К этому сроку приемная комиссия школы должна представить родителям следующую информацию:

– перечень образовательных программ, на которые объявляется прием документов, и сроки их освоения в соответствии с лицензией;

– планируемое количество мест по классам и образовательным программам;

– работа приемной комиссии и порядок подачи апелляции.

Кроме того, образовательное учреждение обязано предъявить родителям лицензию на право ведения образовательной деятельности по соответствующим образовательным программам, устав школы, свидетельство о государственной аккредитации.

Родители пишут заявление на имя директора. Помимо этого от вас потребуются следующие документы:

– копия свидетельства о рождении ребенка с вкладышем, подтверждающим российское гражданство;

– медицинская карта по форме 0-26/У-2000, утвержденная приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 03.07.2000 № 241 (справка о возможности обучения в общеобразовательной школе) – оформляется в детском саду, поликлинике или другом медицинском учреждении, которое наблюдает ребенка;

– справка о регистрации ребенка (форма № 9).

Если у вас нет одного из этих документов, лучше решить этот вопрос заранее с администрацией школы и районного отдела народного образования.

При подаче документов вам необходимо иметь с собой паспорт или другой документ, удостоверяющий вашу личность и наличие родственных отношений и полномочий законного представителя.

Каким образом школа фиксирует подачу заявления?

Заявления о приеме ребенка в образовательное учреждение в обязательном порядке регистрируются в журнале приема заявлений в первый класс.

Учетный номер заявления по книге регистрации должен совпадать с номером контрольного талона, выдаваемого родителям.

После регистрации заявления и пакета документов заявителю выдается отрывной контрольный талон, содержащий следующую информацию:

– входящий номер заявления о приеме в образовательное учреждение;

– перечень представленных документов и отметка об их получении, заверенная подписью секретаря или ответственного за прием документов и печатью образовательного учреждения;

– сведения об образовательном учреждении (наименование по уставу, номер и дата выдачи лицензии, срок ее действия, номер и дата свидетельства об аккредитации образовательного учреждения);

– где и когда можно получить информацию о правилах приема в образовательное учреждение;

– сроки уведомления о зачислении в первый класс, контактные телефоны для получения информации;

– телефон территориального органа управления образованием для получения информации о наличии вакантных мест в других образовательных учреждениях и подаче апелляции.

Если секретарь по каким-то причинам отказывается выдать вам этот талон, он нарушает закон. Будьте начеку и подумайте об альтернативных вариантах поступления.

Когда и как происходит зачисление в первый класс?

Зачисление на обучение проводится в строгом соответствии с журналом регистрации и указанной в нем очередностью подачи заявлений в пределах запланированных мест. Если количество поданных заявлений превышает число запланированных мест, образовательное учреждение обязано в срок до 1 июня решить вопрос об увеличении количества запланированных к открытию классов или принять меры для приема детей в другое образовательное учреждение, расположенное на территории подведомственного района, с учетом фактического проживания ребенка и мнения родителей (законных представителей).

Если количество поданных заявлений меньше числа запланированных мест, образовательное учреждение обязано в срок до 1 июня решить вопрос о продолжении приема заявлений до 25 августа текущего года или об уменьшении количества запланированных к открытию классов и принять меры для приема детей в другое образовательное учреждение.

При пропуске сроков подачи заявления или отказе в его приеме по причине отсутствия мест заявитель может обратиться в другие образовательные учреждения, где есть вакантные места, в орган управления образованием по месту фактического проживания. Районный отдел народного образования обязан принять меры к устройству ребенка для прохождения обучения, как правило, в ближайшее к месту его фактического проживания образовательное учреждение.

После окончания приема заявлений зачисление в образовательное учреждение оформляется приказом его руководителя по мере комплектования классов, но не позднее 2 сентября текущего года, и доводится до сведения родителей (законных представителей).

Возьмут ли в первый класс шестилетку?

В первый класс принимаются дети в возрасте 6–7 лет.

Если ребенку менее 6,5 лет к началу учебного года, его могут принять в первый класс, только с соблюдением всех гигиенических требований по организации обучения детей шестилетнего возраста. В эти требования входит наличие спальни, где дети будут проводить тихий час, и игровой комнаты. Такие условия возможно соблюсти только в начальных школах, работающих в помещении детского сада. К сожалению, в большинстве школ, особенно востребованных и имеющих много параллельных классов, соблюсти эти требования не представляется возможным, поэтому родителям шестилеток могут отказать в приеме. Вы можете попросить консультацию у школьного психолога или в районной службе медико-психолого-педагогического сопровождения детей о том, достиг ли ваш ребенок школьной зрелости и может ли он обучаться в первом

классе. Но решение всё равно остается за администрацией школы.

Документы для приема в первый класс:

Документ	Где получить	Адрес учреж-дения	Часы работы	Документы, необходи-мые для получения	Получено
Свидетельство о рождении	Копия, не заверенная нотариусом				
Вкладыш о гражданстве	Паспортный стол по месту регистрации ребенка				
Форма № 9	Паспортный стол				
Медицинская карта по форме 0–26/У-2000	Детская поликлиника				

Глава 6
Тыловое обеспечение. Последнее лето перед школой

Итак, теперь вы знаете, куда ваш ребенок пойдет 1 сентября. Но от этого дня вас отделяют три летних месяца. Как сделать так, чтобы ребенок провел их с максимальной пользой и пришел в школу хорошо отдохнувшим и готовым к новым свершениям?

Вряд ли будет разумно отправляться в длительное путешествие в это предшкольное лето. Лучше всего будет, если ребенок проведет его за городом, в привычном климате, в кругу своей семьи. Однако отдыхать он должен активно – так, чтобы отдых пошел ему на пользу.

Главное – здоровье

Замечательный советский педагог Василий Александрович Сухомлинский так писал о значении здоровья в жизни школьника:

«Я не боюсь еще и еще раз повторить: забота о здоровье – это важнейший труд воспитателя. От жизнерадостности, бодрости детей зависит их духовная жизнь, мировоззрение, умственное развитие, прочность знаний, вера в свои силы. Если измерить все мои заботы и тревоги о детях в течение первых 4 лет обучения, то добрая половина их – о здоровье.

Забота о здоровье невозможна без постоянной связи с семьей. Подавляющее большинство бесед с родителями, особенно в первые 2 года обучения детей в школе, – это беседы о здоровье малышей…

…Опыт убедил нас в том, что примерно у 85 % всех неуспевающих учеников главная причина отставания в учебе – плохое состояние здоровья, какое-нибудь недомогание или заболевание, чаще всего совершенно незаметное и поддающееся излечению только совместными усилиями матери, отца, врача и учителя. Скрытые, замаскированные детской живостью, подвижностью недомогания и заболевания сердечно-сосудистой системы, дыхательных путей, желудочно-кишечные очень часто являются не болезнью, а отклонением от нормального состояния здоровья. Многолетние наблюдения показали, что так называемое замедленное мышление – это во многих случаях следствие общего недомогания, которого не чувствует и сам ребенок, а не каких-то физиологических изменений или нарушений функции клеток коры полушарий. У отдельных детей можно заметить болезненно бледные лица, отсутствие аппетита. Малейшие попытки улучшить питание вызывают реакцию: на теле выступают прыщики. Самые тщательные анализы ни о чем не говорят: всё как будто благополучно. В большинстве случаев оказывается, что мы имеем дело с тем нарушением обмена веществ, которое возникает в результате длительного пребывания в комнате. При этом нарушении ребенок теряет способность к сосредоточенному умственному труду. Особенно возрастает число недомоганий в период бурного роста организма и половой зрелости.

Единственным радикальным лечением в таких случаях является изменение режима труда и отдыха: продолжительное пребывание на свежем воздухе, сон при открытой форточке, ранний отход ко сну и ранний подъем, хорошее питание.

Отдельные дети на вид кажутся здоровыми, а при внимательном изучении их труда открывается какой-нибудь скрытый недуг. И вот что интересно: скрытые недуги и недомогания оказываются особенно заметными тогда, когда учитель стремится наполнить каждую минуту урока напряженным умственным трудом. Некоторым детям совершенно непосилен курс учителя на то, чтобы «не пропала ни одна минута урока». Я убедился в том, что этот «ускоренный» темп непосилен и вреден даже для совершенно здоровых детей. Чрезмерное умственное напряжение приводит к тому, что у детей тускнеют глаза, затуманивается взгляд, движения становятся вялыми. И вот ребенок уже ни на что не способен, ему бы только на свежий воздух, а учитель держит его “в упряжке” и понукает: скорее, скорее»…

Какие же меры по укреплению здоровья предлагал В. А. Сухомлинский?

«У нас стало правилом: ни одной минуты в осенние, весенние и летние дни дети не должны находиться в помещении. В первые 3–4 недели “Школы радости” ребята проходили ежедневно 2–3 километра; во второй месяц – 4–5, в третий – 6. И всё это среди полей и лугов, в рощах и в лесу. Пройденное за день расстояние незаметно для детей, потому что не ставится цель – пройти столько-то километров; движение, ходьба – средство достижения других целей. Ребенку хочется идти, потому что он чувствует себя открывателем мира. Дети приходили домой усталые, но счастливые, жизнерадостные. А без усталости не может быть здоровья. Здоровье вливается в детский организм животворным источником тогда, когда после трудового напряжения ребенок отдыхает.

На чистом воздухе, после того как пройдено несколько километров, у детей развивается, по словам родителей, “волчий аппетит”. В те дни, когда мы с малышами собирались в лес, я советовал им брать с собой хлеб, лук, соль, воду и несколько сырых картофелин. Родители вначале сомневались: разве дети будут есть это? Ведь дома они отказываются от более питательных вещей. Но оказалось, что и хлеб, и лук, и картофель в лесу – самая вкусная пища. Да к тому же у ребят развивался аппетит, и они с удовольствием съедали дома предложенную им тарелку супа или борща. Уже через месяц порозовели щечки у самых бледных малышей, а матери не могли нахвалиться хорошим аппетитом ребят: исчезли капризы, дети едят всё, что ни дай…

Родители пообещали добиваться того, чтобы дети больше находились на свежем воздухе, рано ложились спать и рано вставали, спали при открытой форточке. Всё лето, в теплые осенние и весенние месяцы дети будут спать только на дворе – об этом мы тоже договорились с родителями. Отцы и матери оборудовали специальные “спальные уголки” – на сене, под навесами, защищающими от дождя. Детям это очень понравилось. В каждой семье, где есть ученики, в саду, на приусадебном участке должна быть беседка, в которой с ранней весны до поздней осени можно было бы читать, рисовать, отдыхать…

…Я убедился, что привычка делать зарядку закрепляется именно в раннем детстве. Родители приучали детей подниматься в одно и то же время. После гимнастики на свежем воздухе дети умывались.

Летом они привыкли купаться в пруду; кроме того, многие родители сделали душевые установки во дворах, в саду, и 6 месяцев в году (с мая по сентябрь) ребята принимали душ. Это стало настолько прочной привычкой, что они обмывались водой по пояс и в зимние месяцы, конечно, в комнате…

Быть в движении – одно из важных условий физической закалки. Дети любят бегать, играть. Для них сделали игровую площадку. Здесь было

всё необходимое для игр и развлечений на свежем воздухе, но я мечтал о большем. Мне хотелось сделать детскую карусель, детские качели; хотелось, чтобы подвижные игры были связаны со сказкой, питались фантазией. Я уже представлял себе фигурки конька-горбунка, слона, серого волка, хитрой лисы, стоящие на деревянном круге нашей карусели; ребенок будет не только кататься, но и переживать волнение от того, что он оседлал конька-горбунка или серого волка. Всё это пока только планы, но я твердо верил, что через полгода, может быть, через год добьюсь своего…

Многолетние наблюдения за физическим развитием младших школьников убедили меня в том, какую большую роль играет полноценное, здоровое питание ребенка. В пище многих детей не хватало важных веществ, необходимых для укрепления организма, предотвращения простудных заболеваний и нарушений обмена веществ. Только в 8 семьях был мед, а мед – это, образно говоря, кусочек солнца на тарелке. Я беседовал с родителями, убеждал их в том, какое большое значение для здоровья детей имеет употребление меда. Уже в конце сентября 13 родителей приобрели по одной-две семьи пчел. Весной пчелы были уже в 23 семьях.

Осенью я посоветовал матерям запастись на зиму вареньем из шиповника, терна и других богатых витаминами плодов. Пришлось поговорить с родителями также о том, чтобы каждая семья имела достаточное количество плодовых деревьев, особенно яблонь. Всю зиму должны быть свежие фрукты – в сельских условиях это очень легко, надо только потрудиться.

Эликсиром здоровья является воздух, насыщенный фитонцидами злаковых растений – пшеницы, ржи, ячменя, гречихи, а также луговых трав. Я часто водил детей в поле, на луг – пусть дышат воздухом, настоянным на аромате хлебных растений. Посадите под окном спальни ваших детей несколько ореховых деревьев, советовал я родителям. Это растение насыщает воздух фитонцидами, убивающими многие болезнетворные микробы. Запах ореха не переносят вредные насекомые. Там, где есть орехи, нет мух и комаров»…

А вот как ученики В. А. Сухомлинского проводили лето перед школой:

«Остался месяц до того дня, когда мои питомцы станут учениками. Приближался чудесный месяц лета – август. В жаркие июльские дни дети приходили в школу рано утром или перед вечером. Кое-кому далеко было идти домой обедать, и иногда человек 6–7 оставались обедать в школьной столовой. У меня зародилась мысль: пусть с месяц поживут малыши не дома, а где-нибудь в саду, на берегу пруда. Место облюбовали рядом с прудом; в зарослях деревьев пионеры помогли нам соорудить несколько шалашей – в таких шалашах целое

лето живут сторожа колхозных баштанов. В шалаши наложили соломы, сделали столики для рисования. К нашим шалашам прилегал большой колхозный сад. Садовод разрешил: сад будет главным местом нашего отдыха. Рядом с шалашами построили кухню, колхоз дал нам продукты, назначил повара. Отец Сани соорудил купальню, рядом с ней стояла моторная лодка, при виде которой у мальчишек загорались глаза.

Началась жизнь нашего коллектива в Саду здоровья – так назвали наше жилище и место отдыха родители детей. Целый месяц мы были на воздухе. Просыпались на заре – до восхода солнца. Купались в пруду, делали зарядку, завтракали и отправлялись куда-нибудь на прогулку – в лес, сад, поле… Наблюдали утреннюю зарю и восход солнышка с вершины степного кургана; видели, как сотни ласточек, готовясь к отлету в теплый край, собираются в стаи; как солнышко и утренний ветерок разгоняют белую пелену тумана, покрывшую реку. В поле, на лугу или в лесу дети завтракали второй раз: ели яблоки, груши, сливы, молодой вареный картофель со свежими огурцами, арбузы, дыни, вареные початки кукурузы, помидоры. Август – месяц фруктов и овощей; в эти дни каждый ребенок съедал не меньше двух килограммов яблок и груш. Каждый день дедушка Андрей приносил нам мед. Утром и вечером дети пили свежее молоко. Повар готовил нам вкусный борщ со свежими овощами.

Загорелые, в трусиках и майках, босиком дети отправлялись каждый день в путешествие, катались на моторной лодке.

Сочетание здорового питания, солнца, воздуха, воды, посильного труда и отдыха – всё это стало целебным и ничем не заменимым источником здоровья».

Павлышская школа, в которой преподавал В. А. Сухомлинский, находится на Украине. Далеко не каждая область нашей родины может похвастаться таким благодатным климатом, таким изобилием фруктов и овощей. И всё же кое-что из опыта В. А. Сухомлинского мы можем перенять.

1. Долгие прогулки на свежем воздухе доступны практически в любой климатической зоне. Очень хорошо, если вы с ребенком будете ездить на велосипедах – это испытанный способ укрепления здоровья.

2. Беседка, где можно играть, рисовать или читать в тени, также может появиться на любом приусадебном участке. Желательно, чтобы это был не «парник» из полиэтилена, а открытая деревянная постройка. Подойдет и веранда, если широко открывать двери и окна.

3. Летом удобно начинать закаливание с детьми. Душ можно принимать по утрам, можно теплыми летними вечерами. Однако закаливания нужно проводить с умом, ориентируясь на состояние ребенка. Многое зависит от того, закаливался ли ребенок раньше, чем он переболел, как

переносит холодную воду. Далее я приведу простейшую схему, которую применяли в советских детских садах, а вы примерьте ее к индивидуальным особенностям ребенка и, если сомневаетесь, посоветуйтесь с врачом.

Будет очень хорошо, если при этом вы составите ребенку компанию и покажете ему пример. Главное – чтобы вы и ребенок получали при этом удовольствие. Большинство детей быстро входят во вкус, но никогда не надо обливать ребенка «сквозь слезы».

Закаливание водой

Обливание можно проводить после прогулки, после дневного сна или перед ночным сном – как вам удобнее. Температура воздуха при этом должна быть не ниже +20°. Начинают с обливания ног. В первое время температура воды +30°, через каждые один-два дня (для ослабленных детей – через каждые четыре-пять дней) она снижается на 1–2° и доводится до +16–18°.

Общие обливания (душ) используют после предварительной подготовки детей – местных обливаний. Общее обливание организуется следующим образом: начальную температуру воды +35° через каждые три-четыре дня снижают на 1–2° и доводят до +26–28°. Продолжительность общего обливания для одного ребенка -35-40 секунд; обливания ног – 15–20 секунд при расходе воды от 1,2 до 1,3 л.

4. Мало у кого хватает силы воли заниматься физкультурой в зимние месяцы, но лето – отличное время, чтобы начать и посмотреть, что из этого выйдет.

Примеры гимнастических комплексов для детей 6–7 лет

1. Исходное положение (и. п.): стоя, ноги врозь, руки на пояс – вдох. 1–4 ладони поднести ко рту, выдыхая дольше, произносить «у-у-у». Принять и. п. Повторить 8 раз.

2. И. п.: стоя, ноги врозь. 1–2 – плавно руки в стороны – вдох; 3–4 – махом обхватить себя за плечи, резко выдохнуть, сказать «ух!». Повторить 8 раз.

3. И. п.: стоя, ноги на ширине плеч. 1–2 – руки в стороны – вдох; 1–4 – наклон, не сгибая колени, опущенными руками движение вперед-назад – выдох, выпрямиться. Повторить 6раз.

4. И. п.: лежа на спине. Прямыми ногами описать полукруг в одну сторону, пауза – то же в другую. Повторить 4 раза.

5. И. п.: основная стойка (о. с.) – ноги вместе, руки вдоль туловища. Быстрый поворот вокруг себя вправо (3–4 раза), руки в стороны ниже плеча, пауза, вернуться в и. п., то же влево. Повторить 3–4 раза.

6 И. п.: о. с. Медленный шаг на месте, как можно выше поднимать ноги. Повторить 10–14 раз.

7. И. п.: стоя, ноги врозь, кисти рук на груди, пальцы соприкасаются, локти опущены. 1–3 – отодвигать кисти рук к бокам, приподнимая локти, – вдох; 1–4 – и. п., выдох. Повторить 10 раз.

8. И. п.: стоя, ноги врозь – выдох. 1–2 – наклон вправо, скользя как можно ниже правой рукой вдоль туловища, левая – до подмышки, голова и туловище прямо – выдох; 3–4 – и. п., вдох. То же влево. Повторить 6 раз.

9. И. п.: о. с., руки на пояс. 1–8 – шаг на месте, не отрывая передней части стопы. Темп медленный. Сделать 20 раз.

10. И. п.: стоя на четвереньках, ноги прямые (опираться на кисти и стопы, не сгибая ноги в коленях). Сделать 8 шагов вперед, стать прямо. То же 8 шагов назад.

11. И. п.: стоя на четвереньках, опираться на кисти и стопы, животом кверху. Сделать 8 шагов вперед, стать прямо. То же 8 шагов назад.

12. И. п.: о. с. 4 подскока на правой ноге, левую согнуть в колене, держать за щиколотку, вернуться в и. п., пауза. То же палевой ноге. Повторить 4 раза.

Упражнения с палкой.

1. И. п.: стоя, ноги врозь. 1 – палку на грудь; 2 – с силой вверх; 3 – на грудь; 4 – вниз. Повторить 8 раз.

2. И. п.: стоя, ноги врозь, палка в горизонтальном положении, держать ближе к середине. Поворачиваться вправо и влево, имитируя греблю на байдарке. Повторить 4–5 раз.

3. И. п.: сидя, ноги врозь, палка в руках на бедрах – вдох. 1–3 – наклон вперед, коснуться палкой носков – выдох; 4 – и. п. Повторить 6 раз.

4. И. п.: лежа на животе, руки на палке, палка перед собой. 1–2 – палку поднять вверх, посмотреть на нее; 3–4 – и. п., пауза. Повторить 6 раз.

5. И. п.: лежа на спине, палка в опущенных руках. 1 – махом палка за голову; 2–3 – махом палка вперед, сесть; 4 – и. п. Повторить 6 раз.

6. И.п.: стоя, о. с., палка сзади на локтевых сгибах. Бег на месте с высоко поднятыми коленями.

7. Палка на полу. Медленная ходьба с разведением рук в стороны ниже плеча, ладонями вверх – вдох, руки вниз – выдох.

Упражнения с маленьким мячом.

1. И. п.: стоя, ноги врозь, руки с мячом за спиной. 1–2 – руки в стороны, мяч в правой руке – вдох; 3–4 – руки отвести за спину, переложить мяч в левую руку – выдох. То же, мяч в левой руке. Повторить 5 раз.

2. И. п.: стоя на коленях, мяч в правой руке. 1 – правая рука с мячом в сторону; 2 – поворот вправо, коснуться мячом правой пятки; 3 – руки в стороны; 4 – руки вниз, переложить мяч в левую руку. То же влево. Повторить 4 раза.

3. И. п.: о. с., мяч в правой руке. 1–2 – правую прямую ногу вверх, переложить мяч в левую руку; 3–4 – и. п. То же, мяч в левой руке. Повторить 4 раза.

4. И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в правой руке. 1–2 – наклон вниз, не сгибая колени, переложить мяч в левую руку за правой пяткой; 3–4 – и. п. То же, мяч в левой руке. Повторить 4 раза.

5. И. п.: стоя, ноги врозь, мяч в правой руке. Подбросить мяч вверх, хлопок сзади, поймать мяч. Повторить 10 раз.

6. И. п.: о. с., мяч на полу справа. Перепрыгнуть боком через мяч на двух ногах. Повторить 30 раз.

Упражнения с большим мячом.

1. И. п.: о. с., мяч в руках. 1–2 – подняться на носки, мяч поставить на голову, локти отвести назад, голова прямо – вдох; 1–4 – и. п., выдох. Повторить 10 раз.

2. И. п.: стоя, ноги врозь, мяч в согнутых руках. 1–4 – медленно повернуться вправо, отводя прямую руку с мячом на ладони; 1–4 – и. п. То же влевую сторону. Повторить 4 раза.

3. И. п.: о. с., мяч в руках. Подбросить мяч вверх, присесть, хлопнуть ладонями по коленям (или по щиколоткам), поймать мяч. Повторить 6 раз.

4. И. п.: стоя, ноги на ширине плеч, мяч в руках. 1–3 – наклониться к правой ноге, не сгибая колени, катить мяч вокруг ноги; 4 – и. п. То же, наклон к левой ноге.

5. И. п.: лежа на спине, мяч в руках за головой. Перекатываться вокруг себя вправо, ноги, руки прямые (4 раза), пауза. То же влево. Повторить 3–4 раза.

6. И. п.: о. с., левая нога на мяче. 1–8 – подскакивать с продвижением вперед на правой ноге, прокатывая мяч левой, пауза, повернуться вокруг. То же обратно, сменив ноги. Повторить 4 раза.

Упражнения со скакалкой.

1. И. и.: о. с., скакалка сложена вдвое за спиной. 1–3 – руки отвести назад, поднимаясь на носки, – вдох; 1–5 – и. п., выдох. Повторить 8-10 раз.

2. И. п.: стоя, носки врозь, скакалка, сложенная вчетверо, в опущенных руках. 1 – скакалку вверх; 2 – поворот вправо; 3 – прямо; 4 – и. п. То же влево. Повторить 4 раза.

3. И. п.: правая нога впереди на середине скакалки, концы натянутой скакалки в согнутых руках. 1–2 – руки вверх, правую ногу согнуть в колене, вверх; 3–4 – и. п. То же с другой ноги. Повторить 4 раза.

4. И. п.: о. с., скакалка, сложенная вчетверо, в руках сзади. 1–2 – руки отвести назад – вдох; 1–3 – совершать пружинистые наклоны вперед, опуская скакалку до середины голеней, притягивая туловище к ногам, – выдох; 4—и. п. Повторить 6 раз.

5. И. п.: сидя, ноги вперед, скакалку, сложенную вдвое, зацепить за ступни и натянуть. Наклон назад, ноги прямые, наклон вперед, покачаться (4 раза), пауза. Повторить 2–3 раза.

6. И. п.: о. с., скакалка сзади, держать за концы. Прыжки на двух ногах на месте через вращающуюся скакалку. Повторить 2 раза по 30 прыжков.

5. Утренняя гимнастика – далеко не единственный способ дать ребенку достаточную физическую нагрузку. Езда на велосипеде, катание на роликах, плавание, бадминтон, пинг-понг, футбол, баскетбол, волейбол – вот далеко не полный перечень интересных и полезных занятий на свежем воздухе. Бег трусцой сейчас вышел из моды, но если вы будете вместе с ребенком совершать по утрам небольшую пробежку, пусть даже не каждый день, а только в выходные, это пойдет на пользу и вашему здоровью, и вашим отношениям. Сейчас и в городах, и за городом появилось много спортивных площадок, но чтобы заниматься на них, ребенку часто нужна помощь. Не сидите безучастно на скамейке, подстрахуйте ребенка, если он идет по «рукоходу», покажите ему, как взбираться по канату, как делать «уголок» на кольцах и т. д.

6. К сожалению, мед полезен далеко не всем детям – у многих на него аллергия. Однако если не мед, то фрукты, овощи (овощные супы!), ягоды, творог, кисломолочные продукты должны присутствовать в питании ребенка. К сожалению, большинство детей сейчас «подсаживаются» на конфеты, чипсы, прохладительные напитки и другие продукты, содержащие искусственные консерванты и красители, усилители вкуса, стабилизаторы. Эти вещества не лучшим образом влияют на нервную систему ребенка, усиливают возбуждение, нарушают процессы торможения, могут быть причиной трудностей в обучении. Домашние сладости – варенье, пастила, компоты, джемы – будут хорошей альтернативой.

Летние занятия

А как быть с учебой? Как лучше поступить: отложить все занятия на потом, чтобы ребенок наигрался перед школой, или провести с малышом «курс молодого бойца»?

На самом деле, одно другому не мешает. С играми вашему ребенку предстоит расстаться еще не скоро – где-то в подростковом возрасте, а немного учебы ему не повредит.

Как лучше организовать летние занятия? Есть разные варианты, выберите тот, который удобнее для вас и для ребенка.

1. Вы можете просто договориться: каждый день «проходим» одну страничку из задачника. «Задачников» для подготовки к школе сейчас великое множество – подберите тот, который лучше всего подойдет вам и вашему ребенку. Вы уже знаете, на какие учебные навыки стоит обратить внимание, какие упражнения могут вам помочь, поэтому подбирайте книжку в соответствии с вашими потребностями.

2. Можно «поиграть в школу»: рассадить игрушки за «парты», устроить «доску» (специальная доска, на которой можно писать маркером), «школьный звонок» (колокольчик) и т. д. В игре удобно познакомиться со школьными правилами (или вспомнить их) – не вставать с места без разрешения, не выкрикивать ответ, входить и выходить из класса по звонку. В игре можно ввести и первые оценки – солнышки, звездочки, цветочки и т. д. При этом приучайте ребенка не бояться плохих оценок, пусть он поймет, что это не трагедия, оценку можно исправить. Для этого сразу введите правило: оценивать не ребенка, а задание. Известный российский педагог Г. А. Цукерман предлагает родителям незадолго до школы познакомить ребенка с «Волшебными линеечками». Вы рисуете на полях рядом с выполненным заданием вертикальную полоску. Ребенок ставит красный крестик на вершине полоски, если, по его мнению, он справился с заданием хорошо, если же работа вышла не совсем удачно – крестик посередине, а уж если поручение осталось невыполненным или сделано неверно, то крестик должен стоять внизу. Обязательно обсудите оценку ребенка, и если она невысока, спросите, как ему помочь, как лучше выполнить задание в следующий раз.

3. Не забывайте об упражнениях на развитие внимания, памяти, связной речи и т. д. Все они должны помочь вашему ребенку стать успешным учеником. Однако помните, что эти задания – игры, а в игру можно играть только в хорошем настроении и с удовольствием.

4. Если у вас есть возможность походить с ребенком на занятия 1–2 раза в неделю на 1–2 часа, это очень неплохой вариант. Неважно, чем будет заниматься ребенок – рисованием, музыкой, английским языком и т. д.; важно, что он будет помнить, как вести себя в детском коллективе на

занятиях. Однако они должны быть интересными, должны нравиться ребенку и не перегружать его.

5. Будет неплохо, если вы запланируете на лето один из «проектов», о которых я писала в главе 4. У ребенка будет развиваться вкус к длительной серьезной работе. Таким «проектом» могут стать составление карты местности, наблюдения за фазами Луны, сбор гербария, изучение истории края, в котором живет ребенок, и т. д. Для многих шестилеток такие задачи вполне по силам, если им помогают взрослые.

Режим

Нужно ли переводить ребенка летом на «школьный режим», т. е. добиваться того, чтобы он вставал в 7 часов и засыпал в 22.00?

Тут я не могу согласиться с большинством педагогов, которые считают, что это необходимо. И вот почему.

Есть дети-«жаворонки», для которых такой режим является естественным: они встают с петухами и засыпают с курами. В этом случае о приучении речь не идет, всё и так отлично.

Есть семьи, в которых взрослые встают рано и рано ложатся, и дети подстраиваются под взрослый режим. У такого ребенка тоже не предвидится больших проблем.

Но если для ребенка естественно просыпаться в 10 часов и ложиться в полночь, не заставляйте его жить летом в неестественном ритме, ведь главная задача лета перед школой – отдохнуть и набраться сил. Когда ребенок пойдет в школу, у него появятся «веские причины» для изменения режима: необходимость рано вставать по утрам и большая дневная нагрузка. Здоровый отдохнувший организм сам подстроится под нужный ритм (правда, вам придется немного ему помочь, но об этом позже).

Однако пусть часы и календарь будут на видном месте. Почаще спрашивайте ребенка, который сейчас час, какое сегодня число и т. д. Пусть учится ориентироваться во времени.

Укрепление самостоятельности

Загляните еще раз в список умений, приведенный в главе 1. Убедитесь, что ваш ребенок **умеет** быстро раздеваться и одеваться, пользоваться туалетом, правильно вести себя за столом и т. д. Обращайте внимание на манеры вашего ребенка в гостях, в кафе и т. д. Все эти умения скоро ему понадобятся.

Летний план

Что вы планируете сделать	Питание	Режим	Физическая активность	Занятия	Самостоятельность

Глава 7
Амуниция. Шопинг в августе

Большинство «школьных мам» советуют начинать покупки школьного обмундирования в августе, когда открываются «школьные базары». Именно тогда можно приобрести «всё в одном месте», причем по низким ценам. Однако если вы сделаете какие-то покупки заранее, ничего страшного не будет. Главное – чтобы каждая покупка была хорошо продумана, ведь все школьные вещи должны быть помощниками ребенка, а не источником проблем.

Рабочее место

Возможно, вам не понадобится покупать для ребенка специальный рабочий стол, но стоит заранее продумать, как оборудовать ему место для приготовления уроков.

1. Рабочий стол должен стоять в самой тихой комнате, чтобы ребенка ничего не отвлекало во время учебы.

2. Рабочий стол ставится поближе к окну и так, чтобы свет падал слева.

3. При росте ребенка от 120 до 129 см стол должен иметь высоту 59 см, от 130 до 139 см – 62 см, от 140 до 149 см – 68 см. Надо следить, чтобы ноги ребенка опирались всей ступней на пол или подножку стола.

4. Нужна настольная лампа, которую также ставят слева. Удобны лампы с кронштейном, высоту и положение которых можно регулировать. Лампа не должна быть слишком яркой. Врачи-гигиенисты рекомендуют зеленый абажур, так как этот цвет в наименьшей степени утомляет зрение.

5. Для удобства чтения и списывания можно купить книжную подставку.

6. Лучше не покупать крутящийся стул – это помешает ребенку во время письма. Стул должен быть удобным, с высокой спинкой, подходящей высоты. Разница между высотой стола и стула – от 21 до 27 см. Расстояние от глаз до поверхности стола – 35 см, между грудью и столом расстояние должно быть равно ширине ладони.

7. Рядом со столом удобно поместить маленький шкафчик или настенную полку, где будут храниться учебники и тетради.

8. На стену стоит повесить календарь, расписание уроков, а также алфавит, написанный печатными и письменными буквами, – эта подсказка очень поможет ученику на первых порах.

Форма

На родительском собрании вы примете решение о том, будут ли ученики вашего класса ходить в форме. Большинство педагогов и родителей склоняются к мысли о том, что форма дисциплинирует и не позволяет детям из необеспеченных семей чувствовать себя неполноценными. Честно говоря, я не могу с ними согласиться. Если родители лишены вкуса и такта, они найдут способ одеть своего ребенка «подороже» и «повычурнее» даже при наличии школьной формы. Если же у родителей всё в порядке со вкусом, они без труда смогут подобрать удобную и достаточно скромную одежду для посещения школы. Кроме того, домашняя привычная одежда может быть психологической поддержкой для школьника. Что же касается дисциплины, то, по моим наблюдениям, дети в форме носятся, играют и дерутся так же увлеченно, как и дети без формы.

Однако форма не стоит того, чтобы спорить с педагогом или с родителями всего класса. Скорее всего, она не поможет установлению дисциплины и равноправия, но также и не помешает. Какую форму выбрать? Это целиком и полностью дело вкуса. Мне больше всего нравится светло-серая, она выглядит опрятно и не слишком уныло. Черная слишком быстро пачкается, а зеленые и красные пиджаки, на мой взгляд, смотрятся странновато. Но вы можете подобрать форму по вашему вкусу. Главное – чтобы она была впору и удобна для вашего ребенка. Убедитесь, что он может сам быстро снять ее и надеть, чтобы у него не было проблем на уроках физкультуры. Опытные мамы рекомендуют купить сразу две пары брюк – они рвутся и пачкаются гораздо быстрее пиджаков. Могут также пригодиться теплые брюки или темные джинсы для зимы.

К уходу за школьной формой мамы подходят по-разному. Некоторые стирают ее в машине-автомате, подобрав соответствующий режим. Некоторые периодически сдают ее в химчистку – чистка вещей небольших размеров стоит недорого.

Другая одежда

Понадобится и другая одежда: форма для физкультуры, колготки и т. д., а также сменная обувь.

Если ребенок будет заниматься в группе продленного дня, есть смысл дать ему джинсы для прогулок, чтобы он не пачкал форменные брюки.

В качестве сменной обуви лучше подобрать не туфли, а легкие сандалии. Ребенку будет удобнее, если сменная обувь и обувь для физкультуры будет на липучках или застежках. Даже если ребенок умеет завязывать шнурки, большая часть его жизни на переменах будет проходить на бегу, в спешке, и вполне вероятно, что ему будет лень тратить время на завязывание шнурков, которые к тому же часто развязываются и волочатся по полу. Можно воспользоваться специальными эластичными шнурками или просто зашнуровать ботинки темной бельевой резинкой. Такие шнурки можно не развязывать – они растягиваются, когда ребенок надевает ботинок на ногу, и затем сжимаются. Разумеется, проследите за тем, чтобы обувь была удобной и не натирала ноги.

Проверьте, чтобы у ребенка было достаточно колготок, легких свитеров, удобных рубашек и т. д. Вам понадобится белая рубашка или белый свитер для праздничных дней.

Портфель

Портфель должен быть легким, удобным и недорогим. Вообще, не стоит покупать школьнику дорогие вещи, чтобы потом не жалеть о неизбежных пропажах. Если идеального портфеля не находится, решите, что вам нужнее. Если ребенок будет ходить до школы 5-10 минут или ездить на машине, можно обойтись дешевым и легким портфелем. Если малышу предстоит ежедневный долгий путь, стоит подобрать портфель с ортопедической спинкой. Внутрь портфеля стоит поместить «визитную карточку» с вашим именем и телефоном – пригодится, если портфель потеряется. Если вам предстоит ходить в школу и возвращаться оттуда затемно, позаботьтесь о том, чтобы на портфеле и одежде ребенка были световые отражатели, которые отразят свет фар и подскажут автомобилисту в темноте, что впереди идет человек.

Учебники

Приготовьтесь к тому, что вам придется покупать учебники. Большинство учебников для начальной школы – это так называемые учебники-тетради, в которых дети делают упражнения и которые по этой причине могут служить только одному человеку. Заранее, еще весной, спросите учителя, сколько денег вам нужно отложить на учебники. Дешевле и удобнее заказывать их сразу на весь класс. Если учитель по каким-то причинам не хочет этим заниматься, закупить учебники может родительский комитет.

Учебники подпишите: укажите на них не только имя ребенка, школу и класс, где он учится, но и свой телефон – на тот случай, если учебник потеряется и его найдут. Конечно же, понадобится обложка, чтобы учебник сохранял опрятный вид. К сожалению, поскольку учебники и

обложки выпускаются в разных форматах, они порой не подходят друг к другу, так что отправляясь за обложками, вы должны четко представлять, что вам нужно. Если обложка чуть-чуть великовата и спадает, ее можно «подогнать» с помощью скотча или степлера. Удобно, когда к обложке прикреплена закладка: ребенку будет легче найти нужную страницу на уроке. Закладку можно закрепить на короткой тесемке и прикрепить к обложке с помощью всё тех же «волшебных помощников» – скотча и степлера.

Тетради

Е[режде чем покупать тетради, побеседуйте с учителем: некоторые учителя предпочитают, чтобы в классе царило однообразие. Когда вы узнаете, какие тетрадки вам нужны, купите сразу много, про запас.

На уроках письма в начальных классах ученики обычно пишут в тетрадях «в тонкую линейку». Когда они будут переходить на широкую линейку – решает учитель.

Дневник в первом классе обычно не нужен. Какой дневник купить позже – спросите у учителя.

Пенал

Пенал лучше выбрать небольшой и удобный, чтобы ребенок в нем «не заблудился». В пенале (если учитель не скажет по-другому) должны быть две синие ручки, два простых карандаша (удобны карандаши с маленькими резинками), точилка, резинка и короткая линейка. Отдельно можно дать пенал с цветными карандашами.

Ручки для письма должны быть нетяжелыми. Исследования показали, что увеличение веса ручки даже на 1 г усиливает утомление руки. Иногда детям удобнее писать толстыми ручками со специальной шероховатой резинкой, за которую можно «ухватиться» пальцами.

Опытные мамы советуют купить побольше простой и дешевой канцелярии: простых карандашей, простейших ручек, точилок и резинок, чтобы в случае чего не бежать сломя голову за покупкой в воскресенье вечером.

Нужно ли покупать… шпаргалки?

Сейчас в интернете и в книжных магазинах можно легко найти «шпаргалки» – сайты или книги с опубликованными ответами на задания того или иного учебника. Стоит ли запастись ими?

На мой взгляд, такие издания совсем не нужны.

Прежде всего, это нечестно. А наверное, большинству родителей хочется, чтобы ребенок был честным, хотя бы в первом классе, и чтобы все его пятерки были заслуженными.

Но покупать готовые ответы не только неэтично, но и непрактично, и просто неразумно. Главная задача начальной школы – научить ребенка простейшим алгоритмам решения задач и поиска ответов на вопросы. На этих простейших алгоритмах будут потом строиться более сложные схемы для решения более сложных задач. Если говорить проще и красивее – главная задача первого года: научить ребенка учиться. Позже я расскажу об этом более подробно. А пока один простой вывод: «шпаргалки» не помогут, а помешают ребенку «научиться учиться», а значит, они не только бесполезны, но и вредны.

Неслучайно в более старших классах в конце учебника по математике и физике, как правило, приводятся ответы. (И сколько радости бывает, когда в учебнике оказывается опечатка!) Из них никто не делает секрета. Потому что ответ на задачу – это не «ключ от королевства» и не «кодовое слово» для получения пятерки. Пятерки, простите за банальность, получают за правильные решения, за демонстрацию того, что ты знаешь, какие действия нужно для этого проделать и почему. А для этого ребенок должен разобраться сам и привыкнуть решать подобные задачи самостоятельно.

Глава 8
Выступление. Первые дни в школе

Итак, на календаре 31 августа, школьная форма и белая парадная рубашка отутюжены, цветы куплены, портфель собран. Что еще можно сделать для того, чтобы помочь будущему первокласснику?

Первый месяц в школе психологи называют периодом острой адаптации. В это время ребенок пытается понять, что такое школа и где его место в школьной жизни. В следующие 2–3 месяца начинают формироваться первые школьные привычки, представление о себе как об успешном или неуспешном ученике.

Опытные мамы советуют родителям будущих первоклассников и первоклассниц, если есть такая возможность, взять отпуск на сентябрь. Когда ребенок знает, что мама дома, «под боком», он быстрее и легче адаптируется к школьной жизни. Но даже если вы будете ходить на работу, вы всё равно можете сделать очень многое.

Безопасность и комфорт

Проверьте еще раз, легко ли ваш ребенок справляется со своей одеждой и обувью, достает учебники и тетради из портфеля и укладывает их

обратно, знает ли он, в каком классе учится, как зовут учительницу, по какому телефону можно разыскать вас. Объясните ребенку, что вам и учительнице можно рассказать обо всем, что его тревожит и пугает. Все эти мелочи помогут ему чувствовать себя увереннее в первые школьные дни и лучше адаптироваться в школе.

Не поленитесь зайти в медицинский кабинет, посмотрите на карточку ребенка и убедитесь, что там есть вся необходимая информация, в том числе (если это актуально) о наличии аллергии и о том, что вашему ребенку нельзя выполнять прививки и пробы Манту без вашего личного согласия. Ребенок в этом случае также должен знать, что нельзя позволять делать себе уколы, нужно требовать позвонить маме.

Примерно через неделю тактично поинтересуйтесь у ребенка, справляется ли он в столовой, удобно ли ему ходить в туалет. Сын моей хорошей знакомой в первые дни в школе мужественно терпел по 4 часа, а потом, когда за ним приходила мама, опрометью бежал под ближайший кустик. Оказалось, что на этаже один туалет для мальчиков и девочек, и девочки постоянно дразнили мальчишек, без предупреждения заглядывали в дверь и т. д. Сын моей знакомой просто не мог опорожнять мочевой пузырь в такой нервной обстановке. В результате учительница стала отпускать желающих по одному за 5 минут до начала перемены.

Стоит также заранее проверить мебель в классе: ломаные края и гвозди встречаются очень часто, они могут повредить одежду и поцарапать ребенка. Если нет возможности поменять парты, можно хотя бы подновить их, оклеив самоклейкой. Обратите также внимание на высоту парты, за которой сидит ваш ребенок, ведь он будет проводить за ней не менее 4 часов в день, и это может сильно сказаться на его осанке. Напоминаю, что по санитарным нормам при росте ребенка от 120 до 129 см стол должен иметь высоту 59 см, от 130 до 139 см – 62 см, от 140 до 149 см – 68 см, а разница между высотой стола и стула должна составлять от 21 до 27 см.

В некоторых классах учителя заказывают 12-литровые канистры с питьевой водой и специальным краном, и у учеников на перемене всегда есть возможность напиться. Это очень хорошо, потому что в жаркие дни дети буквально «дуреют» от жажды и не могут нормально учиться. Если такой возможности нет, спросите ребенка, не нужно ли ему давать с собой бутылку с питьевой водой.

Проверьте также, чтобы в классе были рулон туалетной бумаги, бумажные полотенца и примитивная аптечка: перекись водорода, стерильные салфетки, пластырь.

Карманные деньги

Давать ли ребенку с собой деньги? Этот вопрос лучше всего поднять заранее на родительском собрании: если большинство родителей вашего класса собираются давать своим детям деньги, вашему ребенку они тоже пригодятся.

Мне больше всего нравится система, при которой ребенку в понедельник дают небольшую сумму на карманные расходы на всю неделю (100–150) рублей. Если ребенок тратит эту сумму в тот же день, больше он в эту неделю денег не получает. Это учит его сознательно относиться к своим финансам, следить за тем, по какой цене он покупает сладости в школьном буфете, считать сдачу, соизмерять желания и возможности.

Если же вы с остальными родителями договоритесь не давать денег, значит, в столовой будет больше порядка, а в карманах вашего ребенка меньше конфет сомнительного происхождения. Однако даже в этом случае подумайте о том, чтобы познакомить ребенка с деньгами, иначе он может попасть в глупую ситуацию. Так, одна моя знакомая дала дочери-первокласснице 200 рублей, чтобы та отдала их учителю за завтраки на всю неделю. Вместо этого девочка поменялась с подругой – отдала 200 рублей за две конфеты. Позже выяснилось, что обе девочки понятия не имели, какова ценность денег: мамы считали, что детям еще рано задумываться о таких вещах.

У этой истории есть еще одна мораль: если вам нужно давать деньги на завтраки и обеды или на нужды класса, лучше всего передавать их учителю или представителю родительского комитета из рук в руки, а не пересылать с ребенком – так будет гораздо меньше трудностей и недоразумений.

Режим

Почему ребенку трудно соблюдать режим? Потому что часто режим не помогает, а мешает малышу жить и учиться. Для того чтобы этого не случилось, режим нужно составлять постфактум, т. е. сначала определить, в какое время ваш ребенок обычно просыпается, завтракает, обедает, гуляет, а потом зафиксировать этот режим и соблюдать его. Для школьника задача проще, ведь первую половину дня он проводит в школе, где всё подчинено регламенту. Если он ходит в группу продленного дня, то и вовсе появляется дома в 18–19 часов. И всё же кое-какие режимные моменты не помешают.

Однако не превращайте режим в догму. Есть занятия, которые очень важно проводить в подходящее время (утренний подъем, начало уроков, отход ко сну), хотя и здесь колебания в 10–15 минут вполне допустимы. Что же касается прогулки, обеда, ужина, вечерних игр и т. д., то у вас и ребенка всегда сохраняется выбор. Можно отказаться от прогулки, поменять местами прогулку и обед, поужинать в то время, в которое вам удобнее. Е[усть режим будет вам помощником, а не строгим

надзирателем.

Сон

Ранее я уже писала, что нет никакой необходимости мучить ребенка летом – режим можно наладить и в сентябре. Сейчас я попробую описать, как это сделать.

В первую очередь нужно понять, почему ребенок долго не засыпает. Многие дети не могут уснуть именно потому, что слишком устали. Особенно это касается детей с «активным темпераментом» – холериков и сангвиников. К вечеру они перевозбуждаются от новых впечатлений и никак не могут «затормозить». Им нужно время, поэтому если вы хотите, чтобы ребенок заснул в 10 часов, начинайте его укладывать в 9, а то и в 8 (детям с разным темпераментом нужно разное время для того, чтобы успокоиться).

Если ребенок только-только разыгрался, а вы скомандуете: «Спать!», то, скорее всего, он заснет в слезах часа через три, поэтому заранее обратите его внимание на часы и скажите, сколько минут у него осталось на игру. Можно придумать какой-то особый знак. Например, на кровати ребенка появляется цветная ленточка – это значит, что кроватка уже «готова» и «ждет». Можно поставить на стол теплое молоко с печеньем – у ребенка будет стимул поскорее закончить игру, а теплое молоко навеет на него сонливость. Не обрывайте игру «на полуслове», дайте ребенку завершить «игровой эпизод», иначе он будет думать только о неоконченной игре и уснет с трудом. Помните: у вас есть хороший запас времени.

Пока ребенок готовится ко сну, откройте форточку в его спальне – пусть в комнате будет больше кислорода (если ваш ребенок может спать при открытой форточке – прекрасно, если нет – просто хорошенько проветривайте комнату).

Ребенок чистит зубы, принимает теплый душ (вода прекрасно снимает напряжение), надевает пижамку и ложится в кровать. И снова не торопитесь и не торопите его, дайте повозиться, устроиться, может быть, немного поиграть с любимой мягкой игрушкой. Мой сын часто просит разрешения порисовать, лежа в кровати. Опыт показывает, что лучше разрешить. Ребенок «выплескивает» на бумагу беспокоящие его фантазии и освобождается от них.

Время перед сном прекрасно подходит для чтения сказок. Все педагоги советуют родителям как можно больше читать вслух, даже если ребенок уже умеет читать самостоятельно: он слышит грамотную, выразительную речь, получает образец для подражания и, кроме того, ощущает эмоциональную связь с родителями – как будто они вместе участвуют в общем приключении. Хорошо также послушать на сон грядущий классическую музыку – она и успокаивает, и возвращает

утраченную гармонию. Вы гасите свет (оставляете ночник, если ребенок боится темноты), и малыш тихо соскальзывает в сон.

Когда ребенокуже задремал, хорошо сказать ему несколько добрых слов – на этой стадии сна они будут действовать как гипнотическое внушение: «Ты самый любимый. Ты очень умный. Ты сильный и здоровый. Тебе легко учиться. Завтра у тебя будет хороший день».

Спать ребенку нужно не меньше 10 часов (конечно, если он высыпается за 7–8 часов, не нужно заставлять его спать больше, но всё же большинству детей нужно не менее 10 часов, чтобы восстановить свои силы).

Подъем

Будите ребенка с таким расчетом, чтобы у него была возможность минут 10 поваляться в постели.

Как мягко и ненавязчиво разбудить ребенка? Посоветуйтесь с ним самим. Например, мой сын просил, чтобы я будила его музыкальной игрушкой-поросенком, который приговаривал: «Хрю-хрю-хрю, хочу гулять!» Можно включить мультик по телевизору или на видео, поставить любимую песенку, «подать в постель»… нет, не кофе, а смоченное теплой водой полотенце, чтобы ребенок протер лицо и растер шею и плечи (с помощью этого нехитрого приема мы улучшаем кровообращение в области головы и помогаем голове проснуться). Зимой очень хорошая «будилка» – кормушка за окном. По утрам на нее прилетают птицы, и ребенок, наблюдая за ними, «подзаряжается» их энергией. «Будилки» лучше время от времени менять – даже самую любимую мелодию можно возненавидеть, если слушать ее каждое утро.

Завтрак

Согласно исследованию, проведенному в 2003 г. в Японии, ребята, которые завтракают дома перед школой, в среднем на 10 % лучше сдают экзамены по родному языку и математике, чем их ровесники, завтракающие в школе. Американские и европейские диетологи подтверждают такие выводы. И это неудивительно, ведь в школе ребенок получит завтрак только после второго урока, а значит, первые два урока (а это, как правило, самые трудные предметы) он просидит голодным.

Что дать ребенку на завтрак? Желательно, чтобы он был горячим и плотным. Диетологи считают, что в идеале в завтрак должны входить каши, сливочное масло, сыр, сладкии чаи, молоко или кисломолочные продукты.

Конечно, многие дети не хотят есть по утрам. Не страшно – пусть это будет блюдечко каши (буквально 3–4 ложки) с небольшим количеством варенья, или горячий бутерброд с сыром, или йогурт, банан и полчашки

теплого молока – словом, то, что создаст необходимый запас «тяжелых» углеводов, который поможет ребенку продержаться до школьного завтрака. Нежелательны по утрам сдоба, печенье, шоколад и (как ни странно) столь популярные сухие завтраки – все эти продукты содержат «легкие» углеводы, которые быстро насыщают мозг ребенка глюкозой, вызывают прилив энергии, но также быстро «уходят» из крови, оставляя малыша без сил. Если и есть их по утрам, то не каждый день и в сочетании с «тяжелыми» углеводами – крупами и черным хлебом. Кроме того, не стоит давать ребенку на завтрак кофе, колбасы, конфеты и напитки, содержащие большое количество искусственных подсластителей, ароматизаторов и т. д.: такие продукты часто вызывают перевозбуждение и практически лишают ребенка возможности продуктивно работать на уроке. Если вам удобнее готовить утром растворимую кашу, лучше выбрать каши для детей первого года жизни, которые не содержат большого количества сахара и искусственных подсластителей.

Дорога в школу

Итак, наступило время отправляться в школу. Скорее всего, и вы, и ребенок так до конца и не проснулись, и любая мелочь может вывести вас из себя. И все-таки стисните зубы и постарайтесь не воспитывать ребенка по дороге в школу и в школьной раздевалке, иначе он будет переживать ваш выговор, а не следить за рассказом учителя. Максимум, что можно сделать, – коротко напомнить ему основные правила, о которых он чаще всего забывает: «Помни, что нужно поднимать руку, если хочешь что-то спросить» или «Постарайся не толкаться на перемене». Но лучше всего просто поцеловать ребенка и еще разок сказать ему, как вы его любите.

Прогулка и обед

На одном из интернет-форумов, где беседуют мамы маленьких учеников, мне однажды встретился такой вопрос: «Чем вы кормите своих детей, если нет возможности поесть полноценно между садиком (школой) и дополнительными занятиями, курсами, кружками? Мы очень часто бежим с одного занятия на другое. В промежутке по дороге моя дочь выпивает йогурт, съедает булочку. Но я чувствую, что это неправильно. Может, вообще не кормить до дома? Но онаже голодная!!!»

Я бы посоветовала в таком случае отказаться от «дополнительных занятий, курсов и кружков». У мамы и дочки впереди еще как минимум 11 лет для того, чтобы получить фундаментальное образование, а вот начинать беречь здоровье стоит уже сейчас. Больной ребенок не может хорошо и с удовольствием учиться, а без полноценного и регулярного питания дети очень быстро наживают хронические заболевания.

Вот что писал о питании младшего школьника В. А. Сухомлинский:

«От питания в годы детства зависит гармония, пропорциональность частей тела, в частности правильное развитие костной ткани и особенно грудной клетки. Многолетние наблюдения показывают, что при отсутствии в пище минеральных веществ и микроэлементов непропорционально развиваются отдельные части скелета, что на всю жизнь отражается на осанке. Чтобы не допустить этого, я заботился о полноценном витаминном питании, о сочетании в пище витаминов с минеральными веществами.

Наблюдения и специальные исследования, проведенные перед этим в течение ряда лет, привели к тревожному выводу: уходя в школу, 25 % детей младшего возраста не завтракают – утром им не хочется есть; 30 % едят утром меньше половины того, что необходимо для нормального питания; 23 % детей едят половину полноценного завтрака и только 22%о завтракают так, как требуют нормы. После нескольких часов пребывания в классе у ребенка, не позавтракавшего утром, сосет под ложечкой, появляется головокружение. Ученик приходит из школы, несколько часов он не ел, но настоящего, здорового аппетита у него нет (родители часто жалуются, что дети не хотят есть простую здоровую пищу – суп, борщ, кашу, молоко; им хочется поесть «что-нибудь вкусное»).

Отсутствие аппетита – грозный бич здоровья, источник болезней и недомоганий. Главная причина этого – многочасовое сидение в душном классе, однообразие умственного труда, отсутствие разнообразной деятельности на свежем воздухе и вообще «кислородное голодание» – ребенок целый день дышит воздухом, насыщенным углекислотой. Многолетние наблюдения привели меня к еще одному очень неутешительному выводу: длительное пребывание в помещении, насыщенном углекислотой, ведет к заболеваниям желез внутренней секреции, играющих важную роль в пищеварении. Причем эти заболевания становятся хроническими и не поддаются никакому излечению. Серьезные заболевания органов пищеварения вызываются также и тем, что родители, стремясь пробудить аппетит, дают детям различные лакомства, в частности сладости. Не допустить “кислородного голодания”, добиваться полноценного атмосферного режима – в этом заключалась одна из очень важных предпосылок заботы о здоровье.

Я советовал родителям готовить вкусную и здоровую пищу для детей, заготовлять на зиму побольше фруктов, богатых витаминами.

Благодаря тому что дети большую часть суток находились на свежем воздухе, много двигались, трудились физически, не засиживались над учебниками сразу после школьных занятий, у них был прекрасный аппетит. Утром все ребята съедали полноценный завтрак; через 3

часа после ухода в школу (примерно через 2,5 часа после начала школьных занятий) обедали в школьной столовой: получали горячий суп или борщ с мясом, котлету, стакан молока, хлеб с маслом. После занятий обедали дома (через 3–3,5 часа после школьного обеда).

Вторую половину дня дети проводили на свежем воздухе – дома или в школе. Только в дождь или метель они находились в помещении.

Осенние, весенние и зимние каникулы мы всегда проводили на свежем воздухе, среди природы – в походе, на привалах, в лесу, в игре…»

Конечно, у большинства учеников нет возможности проводить на свежем воздухе всю вторую половину дня. Если ребенок ходит в группу продленного дня, он погуляет там. Если нет, вы можете немного погулять во дворе после школы, пусть малыш отойдет от школьных впечатлений.

А пока он гуляет, подумайте над меню, ведь наш мозг – большая биохимическая машина, и если ребенок неправильно ест, он не сможет и правильно думать. Многие школьные проблемы – невнимательность, быстрая утомляемость, повышенная агрессивность – связаны именно с тем, что дети перегружены вредной едой и недополучают полезной.

Современный британский педагог Пенни Пальмано пишет: «Нет смысла учить детей хорошему поведению, если пища и напитки, которые они потребляют, работают против вас. С тем же успехом можно хотеть хорошо выспаться, но за час перед сном выпить галлон турецкого кофе. Ничего не получится!»

Конечно, наши дети не пьют турецкий кофе галлонами, но они ежедневно поглощают множество совершенно не предназначенных для детского питания продуктов. Например, гидрогенизированные жиры, содержащиеся в чипсах, жареных орешках и других продуктах быстрого приготовления или длительного хранения, нарушают обмен жиров в организме ребенка и приводят к нарушению внимания, трудностям в обучении (в частности, чтению), гиперактивности. Стоит назначить ребенку правильную диету – и повышенная возбудимость и дурные манеры буквально «растворяются» на глазах, как грязь под душем. Возможно, ребенок поначалу будет противиться расставанию с любимыми чипсами, гамбургерами или картошкой фри, но вскоре, когда в его организме восстановится нормальный обмен веществ, он сам почувствует огромное облегчение. Большинство детей вовсе не хотят быть хулиганами, лодырями и невоспитанными маленькими обезьянками. Но они ничего не могут поделать с внутренним напряжением, потому что не знают, откуда оно берется. К счастью, мы, родители, можем им в этом помочь.

Многие школьные (и нешкольные) неприятности малыши переживают «желудком»: у них болит животик, нарушается пищеварение, появляется тошнота, пропадает аппетит. Чтобы не усугублять эти проблемы и не

превращать их в хронические заболевания, нужно кормить ребенка пусть понемногу, но полноценно. Так, на обед действительно очень полезны овощные супы, вареные и тушеные овощи – они восстанавливают работу кишечника. На второе – вареное или тушеное мясо с овощным гарниром и (если у ребенка нет аллергии) как минимум 1–2 раза в неделю рыба. На десерт – сыр, творог, кефир, ряженка, свежие фрукты, соки (в идеале – свежевыжатые) или компот из сухофруктов – там сдержатся ценные минеральные вещества, улучшающие работу мозга. В обед также можно выпить чашку какао или горячего шоколада – сейчас его тонизирующее действие будет весьма кстати. Если же ребенку нужно успокоиться и отдохнуть, лучше подойдет травяной чай.

Ребенку нужны сладости, ведь сейчас его мозг работает «на полную катушку», а именно содержащаяся в сахаре глюкоза является лучшим «топливом» для мозга. Но сладости тоже нужно уметь выбирать. Например, сочетание кофеина с сахаром в кока-коле, как правило, вызывает стойкое возбуждение и нарушение процессов торможения. Если ребенок выпил кока-колу за обедом, вполне вероятно, что вечером его будет не уложить.

Скорее всего, ваш ребенок будет регулярно просить у вас чипсы, «чупсы», кока-колу, фанту, спрайт, пищу из «Макдоналдса» и прочие малополезные вещи. Конечно, вы не сможете совсем запретить своему ребенку есть вредные продукты, но расскажите ему о том, почему они вредны, и предложите замену: домашнее печенье, леденцы, тянучки, варенье, сгущенное молоко, орехи, сухофрукты и т. д. Очень хорошо, если на столе постоянно стоит ваза с фруктами, вазочки с орехами и сухофруктами, чтобы ребенок всегда мог пожевать «вкусненькое» в перерывах между едой.

Избыток сахара вреден, но не менее вреден избыток соли. Она «тянет» на себя воду, и с мозгом происходит примерно то же, что с растением, посаженным в сильно засоленную почву. Коме того, сильная жажда сама по себе будет мешать вашему ребенку на уроках. Дети 7-10 лет должны получать в день 5–6 г соли. Между тем порция кукурузных хлопьев содержит около 1 г соли, пакетик чипсов – 0,5 г, бутерброд с колбасой – около 2 г, а детская еда из фастфуда – до 4 г в порции. Выводы делайте сами.

Покупая ребенку сладости и солености в магазине, будьте бдительны, проверяйте их состав и сроки годности. Пищевые добавки присутствуют практически во всех фабричных продуктах и часто бывают необходимы. В Российской Федерации разрешены к применению около 250 пищевых добавок, безвредность которых не вызывает сомнений. Следует отметить, что безопасны они только при соблюдении сроков годности, а также использовании недеформи-рованной тары.

Однако существует целый ряд пищевых добавок, которые могут причинить серьезный вред здоровью:

– аллергены – Е131, Е132, Е106, Е210, Е214, Е217, Е230, Е231, Е232, Е239, Е311, Е313, аспартам;

– способствует нарушению функции щитовидной железы – Е127;

– раздражают кишечник – Е220, Е224;

– провоцируют расстройство пищеварения – Е338, Е341, Е407, Е450, Е461, Е463, Е465, Е466;

– влияет на уровень холестерина в крови – Е320;

– нежелательны людям с повышенной чувствительностью к аспирину – Е107, Е110, Е122, Е124, Е155, Е214, Е217;

– опасны для астматиков – Е102, Е107, Е122, Е124, Е155, Е211, Е214, Е217, Е221, Е227;

– могут спровоцировать неправильное развитие плода – Е233;

– запрещены грудничкам, крайне нежелательны маленьким детям – Е249, Е262, Е310, Е102, Е110, Е122, Е124, Е211, Е312, Е320, Е514, Е623, Е626, Е635;

– разрушают витамины в организме – Е220, Е222, Е227, Е320, Е925;

– влияют на почки и печень – Е171, Е173, Е220, Е302, Е320, Е322, Е510, Е518;

– оказывают мутагенное и генотоксичное действие – Е104, Е124, Е128, Е230, Е233, аспартам;

– категорически запрещены – Е121, Е123, Е216, Е217, Е240, Е924а, Е924Ь.

Более подробно о пищевых добавках можно узнать здесь (http://www.ecoline.ru/mc/articles/e-list/index.html).

Отдых

После обеда не усаживайте ребенка за уроки, дайте ему еще как минимум час на то, чтобы отдохнуть и прийти в себя.

Лучше если ребенок проведет этот час не за телевизором, а играя. Некоторые игры помогают сбросить напряжение. Это прежде всего игры с водой (напустите воду в ванну и пускайте кораблики или ловите рыбу «сетью» – полиэтиленовым пакетом или купальной шапочкой), лепка, рисование в крупе (насыпьте на блюдце немного гречки и покажите ребенку, как рисовать пальцем). Если ребенок сердит на одноклассников или учительницу, помогите ему выпустить агрессию. Можно рвать цветную бумагу, чтобы потом сделать аппликацию, подраться подушками или попрыгать через диванные валики. Можно предложить ребенку стать цирковой лошадкой и немножко побрыкаться, а потом красиво погарцевать по арене. Не забывайте также про универсальные

«улучшители настроения» – воздушные шарики и мыльные пузыри.

Уроки

В первые дни в школе малышей стараются не перегружать уроками, и домашние задания носят игровой характер: что-нибудь раскрасить, дорисовать, придумать рассказ и т. д. Однако у родителей есть прекрасная возможность выработать ритуал, который очень поможет детям на протяжении последующих нескольких лет, а возможно, и всей жизни. В отличие от порядка в доме, который нужно постоянно поддерживать, порядок в голове можно навести раз и навсегда. И лучше всего это сделать в детстве, точнее, в первые школьные годы.

Возраст 7–8 лет особенный: у детей заканчивается «игровой период» и начинается «период познания». Они еще много и увлеченно играют, активно развивая творческие способности, но при этом учатся работать, не просто запоминая новое, но добывая и систематизируя знания, поэтому навыки и привычки, полученные в этом возрасте, потом верно служат своему обладателю.

Мне очень понравились слова одной мамы. Отвечая на вопрос, что бы она сделала по-другому, если бы снова отдавала ребенка в первый класс, она сказала: «Я бы более серьезно и церемонно отнеслась к выполнению домашнего задания в первые школьные месяцы. Сначала они были легкие, и мы делали их вечером, после большой осенней прогулки, так, между делом, потом в октябре я уехала на два месяца в командировку, и бабушка тоже не смогла организовать дисциплинированное выполнение заданий. Наверное, поэтому моя дочка до сих пор очень легкомысленно относится к учебе и часто получает плохие отметки за неаккуратность и невнимательность».

Другая мама в том же форуме посетовала на недисциплинированность сына-третьеклассника: «Ох, про серьезность и систематичность в выполнении домашних заданий – вообще моя головная боль, пока мы делаем всё и с удовольствием, но тогда, когда этого левая нога захочет, а в какой позе – вообще не берусь описать, то лежа на полу, но на кухне на подоконнике (хотя рабочее место уже год как есть, но завалено постоянно всяким хламом».

Что можно посоветовать этой маме? Чем вылечить головную боль такого рода?

1. Стоит разобрать хлам на рабочем месте, привести его в функциональное состояние. Можно повесить на стену картинку по выбору ребенка, чтобы это место стало для него привлекательнее и уютнее. Подробнее об организации рабочего места мы говорили в предыдущей главе.

2. Желательно установить вместе с ребенком четкое время выполнения домашнего задания. Удобнее всего «привязаться» к приходу из школы.

Например: «Мы садимся за уроки через час после того, как возвращаемся домой». Если ребенок попросит на игры полтора или два часа, дайте ему это время, но постарайтесь, чтобы он не садился за уроки слишком поздно. Педагоги и врачи рекомендуют младшим школьникам делать уроки вечером в 16–17.30 или (если ребенок учится во вторую смену) утром в 9-11.30. Если назначенное время пришло, а ребенку нужно 10 минут, чтобы закончить игру, дайте ему эти 10 минут, но только 10 и только один раз.

3. На все уроки должно уходить не более часа. На один предмет отводится в среднем 15–20 минут, между отдельными занятиям стоит устраивать перерывы на 5-10 минут. В это время можно съесть что-нибудь вкусное, выпить чай или молоко или немного подвигаться, потянуться, поваляться на коврике – словом, сбросить напряжение. Если вы «не помещаетесь» в отведенные медиками 60 минут, поговорите с учителем: возможно, вы что-то делаете не так или ребенок получает слишком много заданий. Через час его работоспособность резко падает, и толку от такой учебы обычно немного. Лучше решить одну-две задачи с интересом и с удовольствием, тщательно обдумывая каждую, чем решать 10 через силу, поминутно поглядывая на часы.

4. На первых порах родителям стоит помогать маленькому ученику. Но помогать – не значит делать уроки за него. Посмотрите задание вместе, спросите ребенка, как он намерен его выполнять. Посоветуйте, если он нуждается в совете, разъясните то, что ему непонятно. А теперь отправьте ребенка в «самостоятельное плавание» – пусть он сделает задание сам. Потом снова посмотрите задание вместе, спросите ребенка, доволен ли он, попросите поискать ошибки, если они есть – помогите их исправить и обязательно отметьте, что в целом задание выполнено хорошо, но на некоторые мелочи следует обратить внимание в следующий раз. Если ребенок увлекся и по собственной инициативе стал придумывать похожие задания для своих игрушек или для вас – значит, вам можно присвоить звание «заслуженной мамы младшеклассника».

Вечер

Оставшиеся три-четыре часа до сна можно провести как угодно. Можно еще раз погулять, дать ребенку возможность поиграть или сделать это всем вместе – в лото или любую другую настольную игру, можно посмотреть телевизор (30–40 минут). Я не отношусь к тем родителям, которые считают, что телевизор портит детей, просто дайте себе труд просмотреть программу и выбрать подходящую для вашего ребенка передачу. На ужин хорошо дать ребенку что-нибудь из молочных продуктов, фрукты и т. д. Пить лучше молоко или сок, но не кофе, какао или крепкий чай. Затем душ, сказка на ночь и спокойный сон.

Примерно таким должен быть режим ребенка в учебные дни. Советую вам не настаивать на соблюдении режима в субботу и воскресенье – дайте ребенку время прийти в себя. В пятницу и в субботу вечером можно разрешить ребенку лечь попозже.

И самый главный совет: не расстраивайтесь, если что-то пошло не так, если ваш ребенокуснул позже, чем вы рассчитывали, встал не с той ноги, плохо вел себя в школе, плохо ел, плохо делал уроки. Идеальная жизнь возможна только на страницах книг. У вас впереди еще много дней, чтобы сделать вашу жизнь лучше.

Организация занятий в школе

Обратимся к нормативным документам.

Приказ Министерства образования Российской Федерации от 25.09.2000 г. № 2021/11-13 «Об организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы» (подготовлен Министерством образования РФ совместно с Научно-исследовательским институтом гигиены и охраны здоровья детей и подростков Научного центра здоровья детей Российской академии медицинских наук, Институтом возрастной физиологии и Центром начального образования Института общего среднего образования Российской академии образования):

«Предельно допустимая наполняемость класса – 25 человек, оптимальная – 20 человек.

Продолжительность учебного года для первоклассников четырехлетней начальной школы – не более 30 недель, каникулярного времени в течение учебного года – не менее 37 дней. В связи с тем, что, как правило, учебный год делится на четыре неравные по продолжительности четверти, с целью профилактики переутомления организуются дополнительные каникулы в середине третьей, самой продолжительной, четверти. Оптимальное чередование учебного и каникулярного времени в годовом календарном плане – 5–6 недель учебы сменяются недельными каникулами.

Занятия первоклассников проводятся только в первую смену. Время их начала – 8.30-9.00. Запрещается проводить уроки во второй половине дня. Рекомендуемая продолжительность учебной недели – 5 дней. Объем недельной нагрузки не должен превышать 20 часов, дневная учебная нагрузка – не более четырех уроков.

Продолжительность урока – 35 минут с обязательным проведением двух физкультминуток по 1,5–2 минуты каждая. Их рекомендуется проводить на 10-й и 20-й минутах урока (за исключением уроков

физкультуры, ритмики и т. п.). Для облегчения процесса адаптации детей к требованиям школьного обучения учебная нагрузка увеличивается постепенно: в сентябре-октябре проводится ежедневно по три урока. Остальное время заполняется целевыми прогулками, экскурсиями, физкультурными занятиями, развивающими играми. Со второй четверти ежедневно проводится 4 урока.

Продолжительность перемен между уроками – не менее 10 минут, большой перемены после второго урока – не менее 20 минут. В это время организуется завтрак в помещении школьной столовой или буфета.

После третьего (или второго) урока необходимо проводить динамическую паузу (прогулка на свежем воздухе или игры в помещении) длительностью не менее 40 минут).

Пятидневная учебная неделя для первоклассников предусматривает дополнительно разгрузочный день – четверг. В этот день отсутствуют уроки по математике, проводятся экскурсии по ознакомлению с окружающим миром, уроки искусства и физкультуры.

Недопустимо введение в первом классе дополнительных часов на факультативы, занятия с отстающими. Последнее особенно важно, так как отстающие дети, как правило, имеют ослабленное здоровье или специфические особенности нервной системы, что категорически исключает увеличение для них учебной нагрузки.

Контроль и оценка результатов обучения. В первом классе четырехлетней начальной школы исключается система балльного (отметочного) оценивания. Недопустимо также использование любой знаковой символики, заменяющей цифровую отметку (звездочки, самолетики, солнышки и пр.). Допускается лишь словесная объяснительная оценка.

Кроме этого, нельзя при ответе ученика говорить “не думал) “не старался”, “неверно”, лучше обходиться репликами “ты так думаешь”, “это твое мнение”, “давай послушаем других” и т. д.

Никакому оцениванию не подлежат: темп работы ученика; личностные качества школьников, своеобразие их психических процессов (особенности памяти, внимания, восприятия, темп деятельности и др.).

В течение первого полугодия первого года обучения контрольные работы не проводятся. Итоговые контрольные работы проводятся в конце учебного года не позднее 20–25 апреля; в день можно провести не более одной контрольной работы.

В первом классе четырехлетней начальной школы домашние задания не задаются. Обучающиеся первого класса четырехлетней начальной школы на второй год не оставляются.

Домашние задания даются обучающимся начальной школы с учетом возможности их выполнения в следующих пределах: в 1-м классе (со второго полугодия) – до 1 часа; во 2-м – до 1,5 часа; в 3-4-м – до 2 часов. При этом учитываются индивидуальные психофизиологические особенности детей. Для обеспечения полноценного отдыха детей в течение рабочей недели недопустимо давать домашние задания на понедельник».

Санитарные правила СП 2.А.2.782-99 «Гигиенические требования к условиям обучения школьников в различных видах современных общеобразовательных учреждений»:

«Сильно увеличивают нагрузку на детей сдвоенные уроки по одному предмету и нулевые уроки. Поэтому в начальной школе не допускается проведение нулевых и сдвоенных уроков».

Как видите, для первоклассников предусмотрен очень щадящий режим, но, к сожалению, далеко не во всех школах его соблюдают. Если ваш ребенок с трудом адаптируется к школьной жизни, возможно, причина в том, что к нему предъявляют завышенные требования. Например, если ребенку приходится после школы посещать дополнительные занятия или кружки, нагрузка может оказаться слишком большой. Или если ребенок оказался в числе немногих «нечитающих» детей, в то время как большинство учеников в классе умеют читать, от учителя потребуются большой такт и умение щадить чувства ребенка. Обсудите это с учителем или со школьным психологом. Не забывайте, что учителя – тоже люди. Очень немногие из них сознательно желают зла своим ученикам. Однако учитель может чего-то не заметить, не учесть, неправильно понять. Если попросить у него совета и помощи, педагог, скорее всего, постарается пойти навстречу вам и ребенку (подробнее о тактике разговоров с учителем мы поговорим в главе 9).

Если же, например, повышенные требования к ученикам являются «политикой» школы (5 уроков в день, большое количество домашних заданий, оценки с первых дней обучения), а ваш ребенок явно не справляется и чувствует себя дискомфортно в таких условиях, может быть, есть смысл поменять школу – не потому, что ваш ребенок «ущербный» или «не способный», а потому, что педагогический коллектив школы во имя своих завышенных амбиций нарушает рекомендации собственного министерства.

Что было в школе?

Конечно, вам хочется узнать поскорее и во всех подробностях, что с вашим ребенком происходило в школе. И всё же не спешите начинать инквизиторский допрос. В период острой адаптации школьник еще сам толком не понимает, что с ним происходит, что важно, а что нет. Мой сын

в первые дни на вопрос: «Что было в школе?» отвечал: «Урок – перемена, урок – завтрак, урок – перемена, урок – обед». Дальше следовало подробное описание меню завтрака и обеда (он не ходил в детский сад, поэтому питание в общественной столовой так поразило его воображение). Не спешите наводить в голове ребенка порядок «железной рукой», не говорите ему, что в школе нужно думать о знаниях, а не о столовой: дайте ребенку время, и он сам расставит приоритеты. Возможно, на выходных ребенок захочет поиграть в школу. Обязательно поиграйте с ним, вы многое узнаете о том, что происходит на уроках и на переменах.

Кое-что в рассказах вашего ребенка может вызвать у вас беспокойство. Однако не паникуйте и не принимайте скоропалительных решений. Постарайтесь выяснить, что произошло на самом деле. Если ребенок говорит: «Меня ударил мальчик», речь может идти о том, что мальчик случайно толкнул его, пробегая по коридору. Если же ребенок рассказывает: «Я одолжил старшекласснику деньги», речь может идти о вымогательстве. В первом случае делать вообще ничего не нужно, во втором стоит немедленно поговорить с учителем – это нужно пресекать как можно раньше.

Главный критерий для вас – желание ребенка ходить в школу. Если он, несмотря на свои страшные истории («В классе все дерутся!», «Учитель такой строгий!») ходит туда с удовольствием, значит, он сам справляется с ситуацией. Если же ребенок плачет и ищет повод, чтобы остаться дома, стоит разобраться в том, что происходит.

Оценки

Согласно процитированному ранее письму Министерства образования РФ первоклассникам не ставят оценки. Однако большинству учителей без оценок «неуютно», и они придумывают свои способы: начинают рисовать в тетрадях учеников флажки, звездочки и тучки, выдают за правильные ответы карточки с изображениями зверушек и т. д. Дети очень быстро разгадывают эту хитрость и начинают называть звездочки пятерками, флажки четверками, а тучки – тройками, поэтому очень важно в первые же дни сформировать и у себя, и у ребенка правильное отношение к школьным оценкам.

Начать действительно стоит с себя, потому что многие родители, сами того не сознавая, воспринимают оценку ребенка, полученную в школе, как оценку их родительской успешности. Таким образом, на ребенка ложится тройная нагрузка: он должен угодить учителю, поддержать собственную самооценку и заодно позаботиться о самооценке родителя. Это кратчайший путь к неврозу.

Как правило, когда наш ребенок идет в школу, мы сами вспоминаем свои школьные годы. Если в то время родители не сумели нас поддержать и правильно сориентировать, мы можем «по цепочке» искалечить жизнь

собственному ребенку. Я ничуть не преувеличиваю, когда говорю об искалеченной жизни. Мне не раз приходилось встречать мужчин и женщин, которые и в 30 лет вели себя так, словно отвечают на уроке перед строгим и несправедливым учителем, а родители дома с нетерпением ждут возможности просмотреть их дневник.

Если ребенка воспитывают как «отличника» или «отличницу», если его хвалят только за успехи и относятся к каждой его ошибке как к серьезному проступку, он вырастает со страшным убеждением: «Если я не буду делать всё лучше всех, меня перестанут любить». Такое давление может быть и очень любящим: «Ты моя чудесная, умненькая, такая талантливая девочка! Я тебя так обожаю, ты – мой свет в жизни!» И всё равно в глубине души ребенок чувствует страх: что если он окажется вовсе не таким чудесным и талантливым? Выдержит ли это материнское сердце? Страх так силен, что «с перепугу» такой человек может многого добиться в жизни. Плохо одно – он будет постоянно находиться в напряжении, бояться, что каждая следующая секунда, каждое следующее решение может оказаться роковым. Ведь стоит совершить ошибку – и он уже не идеален, а значит, потерял право на любовь. Жить рядом с таким человеком неуютно. Его (или ее) дети в свою очередь чувствуют, что их любят, только пока они работают на родительскую самооценку: хорошо учатся, не дерутся, не пачкаются. Головные боли, боли в желудке и кишечнике, бессонница, синдром хронической усталости у взрослых, нарушения сна и аппетита, плохая успеваемость, повышенная агрессивность или, наоборот, навязчивые страхи, заикание, тики, недержание мочи у детей – всё это симптомы такого семейного неблагополучия. Защищаясь от родительского давления, дети порой превращают себя в «двоечников»: плохо учатся, связываются с дурной компанией, пьют, пробуют наркотики. Им хочется, чтобы слишком требовательный родитель поскорее разочаровался в них и махнул на них рукой, тогда они смогут жить своей жизнью. Но в любом случае они живут не своей жизнью и часто до конца дней продолжают немой спор со своими не в меру амбициозными родителями. Итак, что нужно помнить о школьных оценках:

1) в первом классе их вообще не должно быть;

2) оценивается задание, а не ребенок (не говорите ребенку: «Ты – отличник» или «Ты – двоечник», говорите: «Это задание ты сделал на пять», «Это задание заслужило только тройку»);

3) ребенок для того и ходит в школу, чтобы совершать ошибки, а потом их исправлять (если бы он с самого начала не делал ошибок, ему было бы просто нечему учиться), поэтому относитесь к ошибкам как к друзьям: они показывают, чего вы еще не знаете, над чем нужно поработать. Хвалите ребенка за найденные и исправленные ошибки. Хвалите его, если он больше не повторяет ошибок, а если повторяет – мягко напоминайте: «Посмотри на это слово в твоей тетради. Оно тебе ничего не подсказывает? По-моему, оно хочет выглядеть по-другому»;

4) бессмысленно «мериться оценками» с другими детьми и родителями – не растите из своего ребенка «отличника любой ценой», пожалейте его и свои нервы. Для себя я сформулировала такое правило: «Необязательно делать лучше всех, достаточно просто сделать хорошо». Возможно, вы тоже захотите взять его на вооружение;

5) у вас впереди еще 10 с лишним лет, а это очень много времени. Я знаю немало достойных людей, которые в начальной школе учились на тройки и двойки, а потом заканчивали институты с красным дипломом и с блеском защищали диссертации. Верьте в своего ребенка, не приговаривайте его к «неуспешности» после первой же двойки (и даже после десятой);

6) большое количество неудовлетворительных оценок говорит о том, что в обучении вашего ребенка существует какая-то проблема и ей нужно уделить внимание (подробнее см. главы 8 и 9);

7) мы учимся не для школы, а для жизни, и самые крепкие и полезные знания – те, которые получены самостоятельно, не ради оценки, а ради удовлетворения собственного интереса.

ИТОГ

Режим дня первоклассника (пример). Обязательные моменты обозначены знаком «!»

8.00–9.00	Подъем, сборы в школу	!
9.00–10.00	Чтение	!
10.00–11.00	Письмо	!
11.00–12.00	Математика	!
12.00–13.00	Музыка	!
13.00–14.00	Прогулка	
14.00–15.00	Обед	
15.00–16.00	Свободное время	
16.00–17.00	Уроки	!
17.00–18.00	Телевизор	
18.00–19.00	Ужин	
19.00–20.00	Свободное время	
20.00–21.00	Убираем игрушки, начинаем готовиться ко сну	
21.00–22.00	Принимаем душ, пьем молоко с печеньем, читаем сказку	
22.00–8.00	Сон	!

Режим дня для ребенка с понедельника по пятницу

Понедельник

8.00–9.00		
9.00–10.00		
10.00–11.00		
11.00–12.00		
12.00–13.00		
13.00–14.00		

14.00–15.00		
15.00–16.00		
16.00–17.00		
17.00–18.00		
18.00–19.00		
19.00–20.00		
20.00–21.00		
21.00–22.00		
22.00–8.00		

Вторник

8.00–9.00		
9.00–10.00		
10.00–11.00		
11.00–12.00		
12.00–13.00		
13.00–14.00		
14.00–15.00		
15.00–16.00		
16.00–17.00		
17.00–18.00		
18.00–19.00		
19.00–20.00		
20.00–21.00		
21.00–22.00		
22.00–8.00		

Среда

8.00–9.00		
9.00–10.00		
10.00–11.00		
11.00–12.00		
12.00–13.00		
13.00–14.00		
14.00–15.00		
15.00–16.00		
16.00–17.00		
17.00–18.00		
18.00–19.00		

19.00–20.00		
20.00–21.00		
21.00–22.00		
22.00–8.00		

Четверг

8.00–9.00		
9.00–10.00		
10.00–11.00		
11.00–12.00		
12.00–13.00		
13.00–14.00		
14.00–15.00		
15.00–16.00		
16.00–17.00		
17.00–18.00		
18.00–19.00		
19.00–20.00		
20.00–21.00		
21.00–22.00		
22.00–8.00		

Пятница

8.00–9.00		
9.00–10.00		
10.00–11.00		
11.00–12.00		
12.00–13.00		
13.00–14.00		
14.00–15.00		
15.00–16.00		
16.00–17.00		
17.00–18.00		
18.00–19.00		
19.00–20.00		
20.00–21.00		
21.00–22.00		
22.00–8.00		

Глава 9
Захват плацдарма. Успешная адаптация

Период острой адаптации заканчивается. Начинается «хроническая адаптация», которая продлится еще 2–3 месяца, а в широком смысле – всю школьную жизнь, потому что по мере того, как ваш ребенок будет расти и умнеть, к нему будут предъявлять всё новые требования. И мы должны помочь ребенку успешно с ними справиться.

Воронка неуспеваемости

«Неуспевающие дети» – очень хороший термин. Это неглупые, ленивые или непослушные дети. Это дети, которые «не успевают» за своими одноклассниками. Почему это происходит? Мы уже знаем, что причиной могут быть физиологические особенности организма ребенка или особенности его характера. В таком случае ребенку нужен индивидуальный график, возможность заниматься в «естественном» темпе. Далеко не всегда для этого потребуется домашнее обучение. Речь может идти о том, чтобы позволить ребенку выполнить некоторые задания не устно на уроке, а письменно дома, дать дополнительную работу на выходные или, наоборот, освободить его от пары кружков и факультативов, чтобы он мог сосредоточиться на учебе.

Но бывает (и, к сожалению, довольно часто), что сообразительный, активный, энергичный ребенок становится неуспевающим. И виноваты в этом мы, родители. Всё начинается с мелочей. 2 сентября Вася пришел в школу без учебников (мама забыла положить их в портфель, а сам он

не сообразил). Ничего страшного, сосед по парте поделится. Нет ручки? Учитель даст. Тетрадки тоже нет? Может, у кого-то есть запасная? Ну вот, нашлась и тетрадка. Всё бы хорошо, но время идет, а Вася так взбудоражен кутерьмой вокруг его портфеля, так потрясен обретением новой ручки и тетради, что прослушал объяснение учителя и не знает, что в этой тетради писать. Ну ничего, дома разберется. Но дома у мамы нет ни времени, ни сил проверять домашнее задание. «Пусть приучается к самостоятельности!» – решает мама. Проходит неделя. Вася так и учится – через раз. Учитель попросил родителей сделать кассу для букв. Только у Васи ее нет. Через месяц весь класс идет на экскурсию в Ботанический сад. Вася не идет – его родителям не хочется рано будить сына в субботу. Что остается Васе? Ну конечно же, перемены! Только там он может показать, какой он ловкий, сильный, умелый. Он прибегает в класс раскрасневшийся, упоенный победой и слышит от учителя: «Опять ты бегаешь! Ну-ка иди к доске!» Вася опять не справился с заданием. Может быть, учитель и не поставит ему двойку, но Вася и сам не дурак – он понимает, что у него снова ничего не получилось, и решает: «Ну не получается, так нечего и пытаться». Проходит девять учебных месяцев, и кто перед нами? Двоечник, лодырь, хулиган, а главное – разочаровавшийся в себе и в школе маленький человечек. И что осталось от того любознательного, веселого, доверчивого мальчишки, который пришел сюда 1 сентября?

Так что же мы можем сделать, чтобы наш ребенок не попал в эту страшную воронку неуспеваемости? Самую элементарную вещь – быть вместе с ним. Следить за тем, как он собирает портфель, помогать выполнять домашние задания, вовремя обращаться к учителю, если у ребенка возникают проблемы в обучении, принимать участие в жизни класса. Вроде мелочи, но на самом деле мы «программируем» поведение ребенка на многие годы вперед, настраиваем его на успех. На это стоит потратить время.

Об этом предупреждают нас опытные мамы. Одна из них писала на страницах родительского форума: «Осмелюсь посоветовать: внимательно слушать требования учителя к форме, канцелярии, оформлению тетрадей и учебников. Так как за родительский недосмотр получает на уроке ребенок. Ответственно выполнять все (!!!) задания с самого начала учебного года, даже если это ерундовые палочки в тетради или стишок, который ребенок уже читал раньше. Так воспитывается ответственность за домашнюю подготовку, да и зарекомендуете себя хорошо, и если однажды расслабитесь, будет не так критично».

Итак, с чего же начинается профилактика неуспеваемости? С выполнения домашних заданий!

Домашние задания

Заглянем еще раз в книгу В. А. Сухомлинского. Он пишет:

«В гармоническом развитии ребенка все взаимосвязано. Здоровье зависит от того, какие домашние задания даются ребенку, как и когда он их выполняет. Огромную роль играет эмоциональная окраска самостоятельного умственного труда дома. Если ребенок берется за книгу с нежеланием, это не только угнетает его духовные силы, но и неблагоприятно отражается на сложной системе взаимодействия внутренних органов. Я знаю много случаев, когда у ребенка, переживающего отвращение к занятиям, серьезно расстраивалось пищеварение, возникали желудочно-кишечные заболевания…

Домашний умственный труд не должен быть утомительным, но и обойтись без него невозможно. Нельзя всерьез принимать рассуждения о том, что за счет совершенствования методов обучения на уроках можно будет отказаться от домашних заданий. Эти рассуждения не отражают истинных целей и закономерностей обучения уже потому, что нельзя сосредоточить весь умственный труд ребенка в какие-то 3–4 часа подряд».

В самом деле, зачем учителя задают домашнее задание? Потому что не успевают все «преподать» на уроке? Нет. Учитель (хороший учитель) должен дать ребенку время и возможность самому обдумать изученную тему, взглянуть на нее с другой стороны, закрепить полученные знания на практике. Неслучайно народная мудрость гласит: «Повторение – мать учения». Речь, однако, идет не о тупой зубрежке, а о тренировке, об умении применять изученное правило для решения различных типов задач, упражнений и т. д.

Таким образом, в идеале выполнение заданий должно быть интересной и продуктивной умственной работой. Самостоятельная работа над домашними заданиями должна помочь ребенку глубже понять тему и защитить его от любых неприятных неожиданностей на уроке или контрольной. Как же этого добиться?

Как делать домашние задания?

Начнем всё по порядку.

1. Проветрите комнату, где будет заниматься ребенок. Уберите всё лишнее со стола. Отключите радио, телевизор. Утомление у ребенка наступает гораздо быстрее, если он работает при шуме.

2. Вместе с ребенком определите «фронт работ». Отберите тетради и учебники, которые понадобятся вам при выполнении домашних заданий. В первом классе обычно не заводят дневник, но всё же не стоит целиком и полностью полагаться на память юного ученика. В некоторых школах учителя начальных классов пишут для родителей специальные записки, в которых указывают страницы и номера заданий. Если такое в вашей

школе не принято – просмотрите тетради и учебники, вероятно, задания записаны там.

3. Решите вместе, что будете делать сначала, что потом. Здесь вам пригодятся знания о темпераменте и возможностях ребенка. Холерикам и сангвиникам лучше начать с самых сложных уроков, а потом перейти к легким. Флегматику или меланхолику проще начать с чего-нибудь легкого, чтобы разогреться, потом сделать трудную работу, а закончить снова чем-нибудь легким.

4. Выйдите из комнаты. Это очень важный и трудный момент. У вашего ребенка есть всё, что ему нужно, он знает, что делать, пусть работает самостоятельно. Но что если он не может?

Опытные мамы советуют «уходить не сразу и ненадолго». Если ребенок прекращает работу и начинает крутиться, едва вы выходите за дверь, усадите его за стол, напомните, что уроки – это его работа, и если он ее не сделает, ему будет стыдно. Пусть откроет учебник и тетрадь, вспомнит и расскажет вам, что он сейчас будет делать. Пусть делает, а вы тем временем не гипнотизируйте его спину, займитесь чем-нибудь, до чего у вас никак не доходят руки: почитайте, проверьте свои рабочие бумаги, выучите пару неправильных глаголов английского языка (очень полезно работать рядом с ребенком – вы показываете ему хороший пример и втягиваете его в свой рабочий ритм). Когда ребенок погрузится в работу, выйдите из комнаты на минуту, на следующий день – на три, на пять, на десять и т. д. Каждый день количество сделанного самостоятельно увеличивается. Это долгий и трудный процесс, но результат стоит того, чтобы потрудиться.

Если у ребенка возникают сложности при выполнении задания, не спешите подсказывать ответ. Попробуйте своими вопросами навести его на верную мысль, чтобы он сам нашел решение. Если ребенок ничего не может придумать и очень расстроен, покажите ему решение и предложите для закрепления решить дополнительно похожую задачу.

5. Когда задание выполнено, проверьте его, если видите ошибки, попросите ребенка найти их и исправить. Если он «в упор не видит», можете показать, в каком именно месте, на какой строчке, в каком предложении, слове сделана ошибка. Если нужно, напомните еще раз, что ошибки – наши друзья, они показывают нам, о чем мы должны подумать, что запомнить. Не ругайте ребенка за ошибки, а похвалите за то, что он нашел их и исправил.

6. После того как очередное задание выполнено, дайте ребенку немного поиграть, подвигаться, сбросить напряжение. Если двигаться не хочется, можно полежать с закрытыми глазами, представляя себе что-нибудь красивое и приятное (море, лес, радугу, кошку с котятами и т. д.).

7. Когда домашние задания сделаны, вместе с ребенком соберите портфель на завтра.

Несколько трудных вопросов

Должен ли ребенок дожидаться родителей, чтобы выполнить домашнее задание?

Конечно, лучше, когда ребенок в первые несколько недель выполняет задание под контролем взрослого. Но садиться за уроки в 7–8 часов вечера невыносимо тяжело и для ребенка, и для родителей. В этом случае, наверное, будет лучше, если ребенок будет ходить в группу продленного дня и выполнять там задания вместе со своими одноклассниками под руководством учителя. Кстати, это хороший выход, если вам никак не удается дисциплинировать собственное чадо: за пару месяцев в группе продленного дня у него сформируются все необходимые навыки.

Для очень дисциплинированного ребенка можно повесить на стену памятку «Садимся за уроки» и проверять выполнение заданий поздно вечером.

Нужно ли помогать ребенку учиться?

Конечно, нужно, но именно помогать, а не учиться за него. В этом вопросе каждый родитель должен найти индивидуальный подходи «меру помощи», необходимую именно его ребенку на данном этапе. Это настоящее искусство, но результаты оправдывают затраченные усилия.

Существуют задания, которые детям лучше выполнять вместе с родителями, например составить семейную родословную, придумать и красиво оформить сказку и т. д. Нет ничего зазорного в том, что вы «приложите руку» к выполнению таких творческих заданий: ваш ребенок поучится на вашем примере и у него останутся замечательные воспоминания. Только не делайте за ребенка всю работу (иначе воспоминания будут не такими уж замечательными) и поставьте на работе два имени – ваше и ребенка. К профессиональной честности тоже нужно приучать с младых ногтей.

Как поступить, если ваш ребенок выполнил домашнее задание небрежно?

В этом случае тоже нужен индивидуальный подход. Если ребенок «формально» выполнил уроки потому, что очень устал или сильно расстроен, стоит закрыть глаза на небрежность – нервы дороже.

Если речь идет о небольших огрехах, которые ребенок сам исправил, также лучше ничего не предпринимать.

Если задание было очень трудным и ребенок приложил много сил, не заставляйте его переписывать – пусть лучше почувствует радость от победы над собственным незнанием-неумением, еще будет время отшлифовать результаты.

Но если речь идет о небольшой и несложной работе, которую ребенок выполнил явно небрежно, есть смысл переделать ее. Спросите у

ребенка, приятно ли будет другим людям видеть эту работу, смогут ли они понять, что здесь написано, и т. д. В этом возрасте дети еще не умеют оценивать свои поступки с точки зрения другого человека, но их нужно мягко и постепенно приучать к этой мысли.

Можно ли платить ребенку за хорошо выполненные уроки?

Пожалейте свой кошелек. Если ваш ребенок – не дурак, он быстро начнет поднимать расценки. Если он сам не знает, как заставить себя делать уроки, то деньги тут не помогут. Он всё равно будет отвлекаться, крутиться, плакать или весело рассказывать вам, на что потратит полученные деньги, но дело не сдвинется с мертвой точки. Главное – научить ребенка справляться с самой ситуацией.

Памятка «Садимся за уроки»

1. Садись за уроки всегда в одно и то же время.

2. Проветри комнату за 10 минут до начала занятий.

3. Выключи радио, телевизор. В комнате, где ты работаешь, должно быть тихо.

4. Сотри со стола пыль.

5. Проверь, на своем ли месте находится настольная лампа (дальний левый угол).

6. Уточни расписание уроков на завтра. Проверь, все ли задания записаны в дневнике.

7. Приготовь письменные принадлежности для занятий.

8. Эти принадлежности, а также учебники, тетради, дневник положи на то место, которое ты всегда отводишь им на столе.

9. Убери со стола всё лишнее.

10. Пришло время начать работу. Сядь на стуле удобно, расстегни воротничок рубашки, если он давит шею. Открой учебник…

Письмо

Письмо обычно вызывает наибольшие трудности у детей в начальной школе, и это неудивительно: писать «правильным» почерком действительно трудно. Парадокс в том, что, когда ребенок перейдет в старшие классы, учителей перестанут интересовать особенности его почерка – лишь бы было читаемо. Поэтому советую сказать ребенку правду. А именно:

– научиться красиво писать действительно трудно;

– не стоит сильно из-за этого переживать – за почерком взрослых никто не следит, да и большинство документов в настоящее время создается в электронном виде (слишком серьезное отношение к каллиграфии может вызвать у малыша буквально паралич – рука напрягается, дрожит и не может писать);

– несмотря на это в начальных классах учитель будет требовать от детей точного следования образцам в прописи;

– ничего страшного в этом нет: работая над прописями, ребенок натренирует свою кисть, так что она станет сильной и ловкой, кроме того, он закалит характер и научится преодолевать трудности, а в жизни это пригодится.

И всё же как научиться красиво писать? Хороший почерк начинается с правильной осанки, а умение «держать спину» и контролировать свое тело также очень полезно, и на него стоит потратить время.

Итак, давайте вспомним азы.

Берем ручку тремя пальцами примерно в 1–1,5 см от грифеля: она лежит на верхней фаланге среднего пальца, фиксируется большим и указательным пальцами, причем большой расположен несколько выше указательного; опора – на мизинец; средний и безымянный пальцы расположены примерно перпендикулярно к краю стола. Верхний кончик ручки или карандаша ориентирован на плечо пишущей руки; кисть при письме, рисовании находится в движении, не фиксирована, локоть не отрывается от стола.

Здесь необходимо сделать небольшое отступление. Иногда (довольно редко) строение мелких мышц кисти ребенка не позволяет ему держать ручку классическим способом. Мне пришлось с этим столкнуться, потому что моя свекровь, муж и сын держали ручки одинаково – большим и средним пальцами. Когда же они пытались взять ручку «правильно», они не могли писать, так как пальцам было больно. Свекровь и мужа в свое время пытались переучить, но тщетно, что не помешало мужу сдать на пятерку черчение в техническом вузе. Когда мой сын пошел в школу, я сразу предупредила учительницу об этой особенности. Вскоре она убедилась, что мой сын с его «неправильной хваткой» пишет ничуть не хуже (хотя и не лучше), чем его одноклассники, и разрешила ему держать ручку так, как ему удобнее.

Обращаем внимание на положение всего тела: ребенок сидит за столом прямо, голова (но не туловище!) слегка наклонена, ноги согнуты под прямым углом, подошва ноги всей поверхностью касается пола. Рука, не занятая письмом, лежит на столе параллельно его краю. Она ни в коем случае не должна лежать на коленях – это приводит к приподниманию плеча пишущей руки, что способствует возникновению нарушения осанки.

Когда ваш ребенок выполняет задания по письму, периодически заглядывайте в комнату и мягко (очень мягко!) остановите ребенка, если заметите следующее:

– ребенок держит пишущий предмет «щепотью», собрав пальцы «горсточкой», рука сжата в кулак; ручка лежит не на среднем, а на указательном пальце; и др. (в большинстве случаев такие «неправильности» связаны не с генетически обусловленными особенностями строения кисти, а просто с отсутствием привычки);

– ребенок держит ручку слишком близко к нижнему кончику или слишком далеко от него;

– кисть при письме или рисовании зависает над столом, зависает локоть и др.;

– кисть жестко фиксирована на месте, двигаются только пальцы, локоть фиксирован на месте и др.;

– слишком сильный (чаще) или слабый (реже) нажим при письме или рисовании;

– неправильное положение тела (ребенок принимает неудобную позу, изгибая тело в сторону, подкладывает под себя ногу, приподнимается со стула и др.);

– ребенок активно поворачивает лист бумаги при рисовании и закрашивании.

Учим писать левшу

Вы уже знаете, что маленькому левше придется сложнее, чем его одноклассникам-правшам, особенно если он не абсолютный, а частичный левша. И тем не менее все до одного левши в конце концов учатся писать.

Давайте коротко вспомним «особые правила» для левшей.

1. Тетрадь должна лежать на столе с наклоном вправо, правый нижний угол страницы должен быть направлен к середине груди ребенка, а кисть левой руки с ручкой или карандашом находятся под строкой.

2. Руки ребенка-левши должны лежать на столе так, чтобы локоть левой руки немного выступал за край стола и левая рука свободно двигалась по строке сверху вниз, а правая лежала на столе и придерживала лист.

3. Отмечайте красным цветом левое поле в тетради, а синим – правое. Делайте это до тех пор, пока ребенок не научится писать слева направо (то же самое делайте в книжках по чтению).

4. Пишите буквы по элементам: сначала овал, потом палочка, крючок. В промежутках между элементами ребенок может расслабить руку и отдохнуть.

5. На начальном этапе освоения письма левши обычно пишут со скоростью не больше 4–6 символов в минуту. Постепенно, при автоматизации навыков скорость письма выравнивается. Если ваш ребенок пишет очень медленно и тратит много усилий, попросите у учителя, чтобы он задавал ему чуть поменьше задания – 1–2 строчки. Это будет справедливо, ведь ребенку-левше труднее. Кроме того, лучше успешно написать одну строчку, чем писать много, но через силу и тяп-ляп.

Чтение

Когда ваш ребенок учился говорить, вам, наверное, советовали: говорите с ним как можно больше, когда он наслушается и у него накопится пассивный запас слов, он заговорит. При обучении чтению действует то же самое правило: обязательно читайте ребенку, давайте слушать кассеты со сказками и детской классикой в исполнении актеров, учите стихи, пойте детские песенки, и тогда ребенок быстро научится плавать в море слов. Однако пока он «плещется на мелководье» – учится читать первые слоги и слова, его могут подстерегать некоторые подводные камни.

Трудно выучить буквы

Повесьте печатный и письменный алфавит над столом, где занимается ребенок. Пишите буквы на крупе и на песке, лепите их из пластилина и из теста, вырезайте из бархатной бумаги и делайте аппликации и т. д.

Трудно складывать буквы в слоги

Пойте слоги. Тяните с ребенком букву М, затем без паузы А (палец в это время скользит по строчке (могут помочь прописи, где буквы соединены: пусть ребенок выводит буквы и одновременно пропевает слог).

Никогда не называйте буквы «ЭМ», «ЭН», «ПЕ» только «М», «Н», «П», иначе ребенок так и будет читать «ЭМАЭМА».

Играйте в игры типа «Эрудит», составляя из букв короткие, а затем длинные слова.

Слоги не складываются в слова

Останавливайте ребенка, если он начинает при чтении «рубить» слово на отдельные слоги. Пропевайте слог за слогом.

Можно сыграть в такую игру: вы делаете вид, что «бросаете» ребенку отдельные слоги, а он составляет из них слово. Например, бы выкрикиваете: «Ба!», «Ра!», «Баи!» и с каждым слогом бросаете ребенку мячик. В конце он должен крикнуть: «Барабан!» и вернуть мячик вам. Затем поменяйтесь местами. Когда ребенок научится «слеплять» слоги в

устной речи, ему будет легче сделать это при чтении. Такая игра особенно хорошо работает у «деятелей». «Зрителям» помогут карточки со слогами или кубики Зайцева, слепляющиеся в слова. «Слушателям» очень полезно читать хором вместе с мамой.

Решайте кроссворды и филиворды в детских журналах.

Слова не складываются в предложения

При чтении учите ребенка задавать вопросы к каждому прочитанному слову. МИША (Кто это Миша? Мальчик? Что он делает?) ИДЕТ (Куда идет?) В ШКОЛУ.

Составляйте предложения по заданным первым буквам. Например, СОН: Слон обогнал носорога; ЛЕВ: Лошадка ест ватрушки.

Играйте в длинные и короткие предложения. Удлиняйте предложение, добавляя к нему новые слова (Мальчик идет. – Мальчик идет гулять. – Мальчик идет гулять с мамой) или укорачивайте длинные предложения (Хитрая рыжая лиса перескочила через толстого ленивого пса).

Вот еще одна хорошая игра (особенно для детей с навыками «зрителя»). Она называется «Телеграмма».

Девочка Маша отправила мальчику Пете важную телеграмму. К сожалению, телеграфный аппарат сломался и текст невозможно прочитать. Помоги Пете расшифровать телеграмму. В первой строчке телеграммы подчеркни каждую третью букву, во второй каждую третью – зачеркни. А теперь прочти, что получилось.

ОРАСАУЛЯНЛААГОСНОСИЛЕГШГДООТОДПРНИТЯИМ-

КТЛОГРШПККИТА

РОЗДИРЛАНВЧИЕРПАКГОТГЯТО

Трудности в понимании текста

После прочитанного текста задавайте вопросы по его содержанию. При необходимости возвращайтесь к тексту и перечитывайте отдельные предложения. Читайте по очереди с ребенком: один абзац – вы, один – он. Если в тексте есть диалоги, читайте по ролям.

Никогда не подгоняйте ребенка, даже если он читает очень медленно. Нередко от постоянного напряжения «зажимаются» мышцы в области груди и горла, дыхание сбивается и ребенок еле-еле может дочитать фразу. Тогда надо на несколько дней прекратить читать совсем и обратиться к специалисту. Не доводите своего ребенка до такого состояния.

Математика

Если у малыша возникают трудности с устным счетом, вернитесь к пальцам, счетным палочкам, пуговицам и т. д. Когда числа обретают «материальность», ребенку проще с ними справиться. Хорошо также использовать для решения примеров на сложение-вычитание обыкновенную линейку, которую в данном случае можно гордо называть «числовой прямой». Например, выясняя, сколько будет 3 + 2, ребенок находит деление 3, отсчитывает 2 деления вправо и получает 5. Если же нужно решить пример на вычитание, например 3–1, нужно снова найти тройку, отсчитать одно деление влево и получить 2.

Существует множество игр, помогающих формированию тех или иных навыков по математике или чтению. Понятно, что в игре ребенку гораздо легче преодолеть трудности, чем решая бесконечные задачи. Вы можете посоветоваться с учителем или найти их в специальных книгах.

Вот некоторые игры, которые помогут ребенку научиться хорошо ориентироваться в числовом ряду.

«Считаем и хлопаем»

Считай, как я:

1 – хлопок – 3 – хлопок – 5 хлопок. Как дальше?

А теперь наоборот: 10 – хлопок – 8 – хлопок – 6 – хлопок.

А теперь через два: 2 – хлоп-хлоп – 5 – хлоп-хлоп – 8.

Вместо хлопка можно произносить любую фразу, например: «Ай да я!», так игра будет еще веселее.

И т. д.

Угадай число

Один из игроков задумывает число, другой отгадывает его, называя разные числа и получая ответ, больше или меньше названное число задуманного.

Еще одна игра, помогающая подружиться с числами и заодно научиться распределять и удерживать внимание:

«Сосчитай, не ошибись»

Возьмите лист бумаги и разделите на 20 секторов произвольной формы, 10 секторов заштрихуйте карандашом, 10 оставьте белыми. В белых секторах напишите цифры от 1 до 10 вразбивку. То же сделайте с темными секторами.

Задание: назови и покажи по порядку числа, написанные на белом фоне; назови и покажи числа, написанные на темном фоне; назови и покажи числа от 1 до 10 в следующем порядке: нечетные – на черном фоне,

четные – на белом.

А вот две игры на четыре математических действия:

Билетик

Возьмите билет (автобусный, троллейбусный, трамвайный – всё равно). Выпишите цифры на лист бумаги. А теперь кто быстрее составит из этих чисел верное математическое выражение?

Например, номер билета: 117109.

Решение: 1+1+7=(1+0)x9.

Если игра слишком сложна для вашего ребенка, ее можно упростить – разрешить выкинуть одну цифру. Тогда задачка будет решаться проще. Например, так:

1+1+7=0+9.

Волшебный квадрат

Начертите квадрат 3 на 3 клетки. Постарайтесь вместе с ребенком вписать в клетки цифры так, чтобы суммы по горизонтали и вертикали были одинаковыми. Можно использовать одинаковые цифры несколько раз.

В современных программах много задач на сообразительность. Полезно заранее спросить у ребенка, как он собирается решать задачу, вместе обсудить алгоритм решения, а потом предоставить ребенку возможность поработать самостоятельно.

Многие родители жалуются, что не могут помочь ребенку, так как сами не понимают смысла того или иного задания. В этом случае стоит пробрести методичку для учителей, ведущих уроки по той или иной программе, в них вы найдете подробные объяснения.

Окружающий мир

Тут у вас есть возможность блеснуть. Доставайте с полок детские энциклопедии, составляйте вместе с ребенком доклады, рисуйте схемы, плакаты, иллюстрации, ведите наблюдения в парке, ходите на экскурсии по выходным – словом, не жалейте времени, оно окупится сторицей. Ребенок получит бесценные навыки наблюдений и работы с дополнительной литературой, которые пригодятся ему в старших классах.

ИТОГ

Предмет	Какие трудности возникают у ребенка?	Как ему помочь?

Глава 10
Резервы. Как помочь ребенку, если возникнут трудности

Если ребенок не хочет идти в школу

В 2000 г. на сайте 7я. ру была опубликована такая грустная статья мамы, которая очень желала своей дочери добра, но всё получилось совсем не так, как она хотела.

«Школьные заботы маленького Знайки…

Все родители любят своих детей. Все желают им добра. И только некоторые при этом увлечены идеей раннего развития. В первую очередь потому, что раннее развитие для раннего детства, а что делать с этими детьми дальше, не знает никто. Они не вундеркинды, они просто больше знают и умеют творчески подходить к решению задач. Школ для таких детей нет. И это очень горько, потому что эти детки никак не вписываются в рамки, подготовленные для среднестатистических умненьких, но пока очень мало знающих детей.

То есть для тех, кто к моменту поступления в 1-й класс едва знает буквы и считает до 10. Но все-таки рано или поздно наступает время, когда ребенка надо отдавать в школу.

Серьезно поразмыслив, мы решили, что наша дочь Саша пойдет в школу в неполные шесть лет. К школе она полностью готова, и проблем возникнуть вроде бы не должно.

Для своего ребенка хочется самого лучшего. Поэтому поиск школы начинался со школ с гордым названием “спецшкола”. Первый удар обрушился на нас тотчас же. Ни в одну спецшколу не хотят брать ребенка младше 7 лет. Будь он хоть семи пядей во лбу. Это принципиальный момент. То есть нам предложили походить еще ДВА ГОДА в детский сад.

Тогда, успокоив себя мыслью, что начальная школа зависит от одного учителя, на английский можно походить отдельно, а математикой по-прежнему можно заниматься дома, мы обратили свой взор на обычную школу, самую ближайшую к дому. Но даже в самую обычную школу пятилетнего ребенка брать не хотели. В общем-то, конечно, не из злого умысла – нагрузка считается серьезной.

Заручившись поддержкой школьного детского психолога, который подверг Сашу серьезному тестированию, мы сумели-таки определить ребенка в 1-й класс. Почему мы не захотели подождать два года до 7 лет и потом сразу скакнуть через несколько классов? Во-первых, когда ребенок идет в первый класс, он идет вместе с такими же новичками, пусть несколько старшего возраста, но такими же неопытными. Он проходит процесс адаптации вместе со всеми.

Если ребенок идет сразу в 3-4-й класс, он, не нюхавши пороху, попадает в сложившийся коллектив многоопытных школяров, и если при этом еще оказывается самым младшим, то это может стать для него слишком непосильной ношей.

Итак, о проблемах. Заново учить буквы ребенку, который читает 70–80 слов в минуту, смешно и нелепо. Отношение к уроку чтения сразу становится снисходительным и равнодушным. С математикой проблемы похожего свойства. Например, задача. Даны два отрезка. Отрезок AB=8 см, отрезок BC=2 см. Найти отрезок AC. Если ребенок на уроке математики в первый раз услышал про отрезки, то эту задачу он решит простым сложением. 8+2=10 см. Ребенок, прошедший школу раннего развития и привыкший проводить некоторые исследования в математических задачах, обязательно скажет, что вопрос поставлен некорректно, что отрезок AC может быть любой длины от 6 до 10 см, это зависит от угла между заданными отрезками.

У учителя поползут наверх брови, учитель будет недоволен. И его можно понять: сомнение в правильности его слов заронено, а объяснить сразу всему классу про углы, треугольники, синусы, косинусы и вектора нереально. Учитель чувствует неприязнь к выскочке, заносит его в черный список и не может удержаться и не съехидничать при первой же его неудаче.

Самое трудное в первом классе – это требования по оформлению. Две клеточки сверху, две слева, четыре между работами. Если пример, который начинается с двузначного числа, пишется под примером, который начинается с однозначного числа, он сдвигается влево на одну клеточку. Всё время надо следить за этими клеточками. Если на странице умещается три столбика примеров в ширину, будь добр их уместить, если не уместились и пример залез на поля – сам дурак. Если оставил пустое место там, где теоретически можно было бы что-то написать, – тоже.

Или еще одно чудо невиданное – краткая запись. Вот уж где голову наломаешь, что с большой буквы, что с маленькой записываем, что пишем полностью, а что можно сократить. Саша обычно читает задачу и сразу сообщает ответ. И ребенок недоумевает: зачем писать всё это долго и нудно, когда и так всё понятно.

Контрольная по математике. 12 примеров. Выскочка решает оба варианта без единой ошибки. Но забывает пропустить между ними положенные две клеточки, отступает одну. И вот колючая четверка красуется в дневнике. На чтении выскочка читает быстрее всех, но не отличается звонким голосом. Ага, вот тебе еще одна четверка, получай. А! Вот и слабый конек – письмо. Надо сказать, что в силу возраста все 5-6-летние дети периодически зеркалят – пишут буквы в обратную сторону. Диктант. Буковка уползла выше строчки – раз, буковка в другую сторону – два, и вообще не слишком написано красиво – три. И жирная красная тройка на странице расползается от упавшей слезинки.

И конечно же, с Сашей за одной партой оказывается самая бедовая и самая неподготовленная в классе девочка Любочка. И учительница говорит: ты, Саша, ей должна помогать. И Любочка без конца толкает Сашу в бок: подсказывай мне! А Саша не знает, как она должна помогать, и подсказывает, конечно же, отвлекаясь от собственной работы. И ненавистные клеточки, зеркальные буквы незамедлительно появляются в тетради. “Девочка перегружена! – заявляет ехидным тоном учительница. – У нас в первом классе большая нагрузка, а вы еще ее на английский, на музыку дана танцы водите! ” Водим. И будем водить. Потому что ей это интересно. Потому что если и устает, то не от этого. Потому что на вопрос: Сашенька, если ты устаешь, давай от чего-нибудь откажемся? Саша отвечает: А можно в школу пореже?..

Наши дети привыкли к тому, что мы радуемся их успеху и не замечаем неудач. Школа ориентирована на то, что успех – это так и должно быть, а за неудачу надо наказывать. А учиться не для радости, а чтобы не наказали, невыносимо скучно и несправедливо.

Сейчас Саша заканчивает первый класс. Она среди сильных учеников, но не первая. Учительница добивается своего. Девочка выравнивается. Почерк становится таким же, как у всех в классе. Глупые вопросы на уроках звучат всё реже. Несомненно, за год она повзрослела, стала более самостоятельной и житейски мудрой. Но мы, родители, жалеем о ее дошкольной непосредственности, живости ума и желании учиться.

Оля Павлова

Действительно, печальная история. Но можно ли было как-то предотвратить конфликт, возникший между учительницей, мамой и дочерью? Действительно ли всё дело в раннем развитии девочки или в чем-то другом? А как бы вы поступили на месте мамы девочки или на месте учительницы? Давайте разбираться вместе.

Должна сразу сказать, на мой взгляд, «правее всех» девочка. Она сделала совершенно точный вывод: «Лучше ей ходить в школу пореже». Собственно говоря, ей совсем нечего делать в школе, пока ей не исполнится как минимум 6,5 лет. К сожалению, мама и учительница приложили немало усилий к тому, чтобы у девочки остались не лучшие воспоминания о первом годе в школе.

Стоит разобраться с этой историей подробно, потому что в ней собраны практически все возможные ошибки, которые могут сделать родители и учителя будущего первоклассника.

Начнем с первого абзаца. Ольга Павлова пишет: *«Эти детки никак не вписываются в рамки, подготовленные для среднестатистических умненьких, но пока очень мало знающих детей».* Ошибка номер один: **среднестатистических детей нет.** Это заявление – не уступка политкорректности, это объективная правда. Каждый ребенок уникален. Не в смысле «уникально талантлив», а просто отличается от других детей. Это не хорошо и не плохо. Это факт, с которым необходимо считаться. Нет таких понятий «раннеразвитый ребенок» и «нераннеразвитый ребенок». Из 24 человек, ходивших в наш вполне «среднестатистический» первый класс, 20 человек умели читать и практически все неплохо решали математические задачи. Причем с большинством из них родители вовсе не занимались «ранним развитием» – дети всему научились в обычных детских садах. Далее, поскольку «раннее развитие» каждый из родителей-энтузиастов представляет по-своему, да и дети им достались с разными способностями и интересами, «раннеразвитые дети» могут сильно отличаться друг от друга и по объему знаний, и по способностям к творческому мышлению, поэтому мне кажется, что идея создавать специальные школы для «раннеразвитых детей» надуманная. Дети столкнутся в тех школах точно с такими же проблемами, что и в «среднестатистических».

Повторю еще раз: все дети уникальны. И главное: каждый ребенок приходит в школу, таща за собой «хвост» правил, привычек и установок, почерпнутых в своей семье. Точно такой же «хвост» есть у каждого из детей и даже у учителя. И когда возникает конфликт, это, как правило, конфликт не между «талантливым учеником» и «уравнительной школьной системой», а между семьей и учителем, не сумевшими найти общий язык. Дело не в том, что «среднестатистическая школа» отвергла «слишком развитую» девочку, а в том, что представления и ожидания мамы не оправдались. А могли ли они оправдаться?

Почему мама твердо решила, что ее 5-летняя дочь должна учиться в спецшколе? Мама считала, что дочь «полностью готова» к школе. В чем выражалась эта полная готовность? В том, что девочка много знала и умела творчески подходить к решению задач. Но школа предъявляет к ребенку не только эти требования. Давайте послушаем мнение учителя – Марины Семеновны Аромштам, автора книги «Дом, в котором живет малыш». Сразу подчеркну: Марина Семеновна никогда не встречалась с Ольгой Павловой и ее дочерью. Просто получилось так, что строчки из книги учителя могут послужить ответом на вопросы мамы.

«Ведь что такое школа в первую очередь? Вовсе не развивающая среда (это пока только мечта прогрессивных деятелей образования), а система социализации, дисциплинирующая система.

И построена она по большей части на принуждении. Урок – это форма принуждения. Он проходит под девизом “Ты должен!”: должен сидеть 45 минут, выполнять требования учителя, заниматься тем, чем скажут, а не тем, чем хочется. От таланта учителя, от школьной атмосферы зависит, насколько это принуждение тягостно и травмирующе действует на ребенка, смягчается ли это “Ты должен!” заинтересованностью в обучении, общением, полнотой происходящих в школе событий. Но при этом в самой благополучной и доброжелательной обучающей среде ребенок не сможет успешно учиться, если ему не знакомо слово “нельзя”. Он должен уметь принимать ограничения со стороны других и должен уметь ограничивать сам себя. Кроме того, к моменту поступления в школу ребенок должен обладать известной долей самостоятельности. Если он умеет бегло читать, но не способен завязать шнурки и сложить портфель, пребывание в школе будет осложняться множеством неприятностей».

На самом деле, не так уж плохо, что школа учит ребенка вписываться в определенные рамки. Как при этом не потерять своей индивидуальности – задача довольно сложная, и родителям стоит всерьез подумать над этим. Но также и над тем, что ни один начальник не примет на работу человека, не умеющего «вписываться в рамки» и выполнять требования. Другое дело, что эти требования рассчитаны на 7-летнего ребенка, и 5-летнему довольно трудно им соответствовать. Неслучайно маленькую девочку не захотели принять ни в одну спецшколу. Учителя, в отличие от родителей, прекрасно сознавали, что нагрузка (в первую очередь дисциплинарная) будет слишком велика для маленького ребенка.

Конечно, у хорошего учителя первоклассники очень много играют на уроках и «учатся, играя». Однако невозможно и не нужно играть, к примеру, «в прописи». А ведь обучение письму занимает большую часть уроков в первом классе.

Давайте снова послушаем учителя:

«Первый класс – это прежде всего письмо. А обучение письму – серьезный стресс для первоклассников, особенно для мальчиков. У многих детей процесс освоения прописей происходит крайне болезненно. В первую очередь это касается левшей, детей с плохой моторикой руки, повышенным мышечным тонусом. Письмо отнимает столько сил, что у детей часто наблюдается регресс в изобразительном творчестве, в рисунках – это смежные с письмом виды деятельности.

Кроме того, надо помнить, что детей, поступивших в школу раньше положенного возраста, подкарауливают сложности в курсе математики. Математика обычно меньше всего пугает родителей. Что там такого, в первом классе: два плюс два! Это серьезная ошибка. Действительно, в первом классе, скорее всего, всё пойдет более или менее гладко. Проблемы настигнут ребенка во втором и в третьем классах.

Там он столкнется с составными задачами, к которым не будет готов исключительно в силу возраста: эти задачи будут казаться слишком сложными.

Возрастной разрыв обычно преодолевается к концу начальной школы. Важно, какая цена за это будет заплачена: слезы, двойки, усталость?

Иными словами, если ребенку хорошо в детском саду и проблема его недогрузки – единственное, что вас беспокоит, не торопитесь с поступлением малыша в школу.

Умный, тонкий родитель всегда найдет возможности для развития творческих способностей своего малыша: для этого существуют всевозможные кружки, студии, спортивные секции. Возможно, даже на базе детского сада.

Важно помнить: развитый ребенок и готовый к школе ребенок – это не одно и то же».

Теперь вас не могут удивить те трудности, с которыми столкнулась маленькая, но очень умная девочка Саша. Все «нелепые» требования к оформлению как раз и рассчитаны на то, чтобы ребенок научился не

только находить ответ, но и оформлять его так, чтобы «читатели» без труда могли понять, о чем идет речь. В любой работе, которая предназначена для глаз других людей, будь то школьное сочинение, диплом, диссертация или рукопись книги, поданная в издательство, существуют требования к оформлению. Другое дело, что никто не должен требовать ничего подобного от 5-летнего ребенка. Потому что ему рано учиться в школе.

Вместе с тем если ребенок в состоянии запомнить цифры и умеет считать до 2 и до 3, он может также запомнить и выполнить инструкцию «отступи сверху две клеточки, а слева – 3». Если для него это трудно, возможно, существуют скрытые проблемы с концентрацией внимания, с пространственной ориентацией и с долговременной памятью. Все эти проблемы стоило выявить и решить в оставшиеся два года до школы. Но с большой вероятностью они решились бы сами – мозг ребенка дозрел бы до таких задач, просто ему не дали на это времени.

Точно так же и «зеркальные буковки», которые вполне закономерно появляются в тетради 5-летнего ребенка, «молча кричат» о том, что ему просто рано еще садиться за прописи. Природу не обманешь.

Другое дело, что девочке не должны были снижать оценки за оформление по той простой причине, что в первом классе вообще не должны были ставить оценки. Именно об этом можно было бы говорить с учительницей или с директором школы, если уж искать справедливости.

С дисциплинарными требованиями все понятно. А что значит «система социализации»? Например, если у ребенка возникают сомнения в том, как именно нужно решать задачу про отрезки AB и BC, он должен поднять руку и спросить: «Марина Семеновна, а отрезки расположены на одной прямой?» В ответ учитель, скорее всего, улыбнется и скажет: «Да, конечно, Сашенька, очень хорошо, что ты задала такой вопрос». А вот если ребенок с апломбом заявит: «Вопрос поставлен некорректно», нужно быть ангелом, чтобы не почувствовать раздражения. И снова отчасти дело в возрасте (а отчасти в установках, полученных от мамы): 5-летнему ребенку зачастую очень трудно услышать, как звучит его фраза со стороны, а 7-летний обычно уже обладает достаточным опытом, чтобы вежливо обратиться к старшему.

Кроме того, нет ничего плохого в том, что «развитую» девочку просят помочь «самой бедовой и самой неподготовленной». Это полезно для «хорошей» девочки ничуть не меньше, чем для «плохой». Психологи установили, что первенцы в семьях в большей степени интеллектуально развиты, чем их младшие братья и сестры и даже чем единственные дети. Ученые связывают этот факт именно с тем, что старший ребенок является «учителем» для своих младших братьев и сестер. Так что ситуация, когда один из детей становится «учителем», а другой – «учеником», очень плодотворна для обоих. Другое дело, что настоящий учитель должен организовать «учебный процесс», а не просто усадить

рядом отличника и двоечника. И об этом также имело смысл побеседовать с учительницей.

Теперь давайте поговорим о том, что делать, если умеющему читать (писать, считать) ребенку скучно на уроке. Эта проблема была актуальна и для нашего класса, ведь из наших 24 одноклассников 20 (в том числе и мой сын) умели читать. Однако когда дошло до дела, оказалось, что проблемы на самом деле нет, потому что из 45 минут урока 30 проходили активно: дети вместе играли, разбирали состав слова, составляли рассказ по картинкам и т. д. (а далеко не все хорошо читающие дети не испытывают трудностей при пересказе). Собственно чтению отводилось от силы 10–15 минут (а больше и не нужно, дети быстро устают, и, как я уже неоднократно говорила, лучше поработать 10 минут с полной отдачей, чем полчаса тупо смотреть в книжку). А что же делали «маленькие знайки», пока «незнайки» осваивали премудрости чтения? Они брали книжки из библиотечки класса (собранной родителями) и мирно читали про себя, каждый свою книжку. Так что интересно или неинтересно будет ребенку на уроках, зависит не от его «изначальных знаний», а от учителя. И от родителей, которые вместо того, чтобы констатировать: *«Отношение к уроку чтения сразу становится снисходительным и равнодушным»,* могли бы подойти к учителю и обсудить с ним эту проблему.

«Снисходительное и равнодушное» отношение в самом деле опасно для ребенка, и не потому, что он «становится зазнайкой», а потому, что не сможет вовремя включиться в работу. Например, для моего сына, научившегося быстро и безошибочно считать в пределах двух первых десятков, неожиданно стали камнем преткновения уравнения с одним неизвестным. Такие задачи, как 2+x=5, он решал без труда, не рассуждая и не вычисляя, потому что сразу «видел» ответ. Уравнения вроде 25+x=30 (с числами, заканчивающимися на 0 и 5) также не вызывали трудностей. А вот пример вроде 28+x=56 (с крупными и «неровными» числами) мой сын никак не мог решить, потому что не «видел» ответа, а идея вычислить x с помощью выражения x=56–28 никак не укладывалась у него в голове. Пришлось придумывать истории вроде: «Две машины возили на склад мешки с яблоками. Всего на складе 56 мешков. Мы знаем, что одна машина привезла 28 мешков. Как нам узнать, сколько мешков привезла другая машина?» Сын думал минут пять, потом у него в глазах зажегся огонек: «Надо же отделить!» Это «отделить» было для меня дороже всех пятерок, потому что я увидела, что сын не только нашел решение, но и «поймал» алгоритм и может самостоятельно решать такие задачи, т. е. он мог не только «сразу сказать ответ», но и рассказать (а также кратко записать) ход решения. Но если бы я не спохватилась вовремя, то привычка «сразу говорить ответ» могла бы стать источником больших проблем в будущем.

Вот что пишет об этом Марина Семеновна Аромштам:

«Во-первых, сам термин “интеллектуальное развитие” часто неправильно понимается родителями. Они путают интеллектуальное развитее и обученность.

Обученность – это те умения и навыки, которым ребенка обучили: умение писать, читать, считать.

Интеллектуальное развитие – это некий умственный потенциал, способность ребенка к самодвижению, к самостоятельному обучению, к решению проблемных задач.

То есть обученность а умственное развитие – отнюдь не синонимы.

Например, родители ребенка не были озабочены тем, чтобы он бегло читал или тем более писал. Их больше волновало, как бы научить его играть в шахматы. На момент поступления в школу он читает хуже одноклассников. Но при этом обладает такой высокой обучаемостью (не обученностью), что через несколько месяцев легко их догоняет.

Обученностъ может облегчить жизнь ребенку в первые месяцы в школе и даже создать ему временную успешность. Но в ней же кроется и опасность, что ребенку будет скучно учиться. Кроме того, в определенный момент резерв обученности истощится – на старых запасах долго не проедешь. Поэтому лучше сосредоточить свое внимание не на форсировании учебных умений, которыми ребенок должен, по идее, овладеть в школе, а на развитии психических функций, обеспечивающих обучаемость. А здесь кроме внимания, памяти, мышления, воображения, моторики руки важно развитие социальных умений и навыков».

Итак, у маленькой Саши действительно серьезные проблемы, но они связаны не столько с ее ранним развитием или с ошибками учителя, а в большей степени с амбициями мамы, которая так и не смогла здраво оценить сложившуюся ситуацию и найти общий язык с педагогом. Конечно, учитель тоже совершала ошибки, однако желание мамы во что бы то ни стало «радоваться успехам и не замечать неудач» оказалось помехой для серьезного и уважительного разговора между двумя столь значимыми для ребенка людьми.

Наверное, никто из вас не сомневается, что лучше работать вместе с учителем во имя блага ребенка, чем враждовать и выяснять отношения. Но как это сделать?

План действий

Прежде всего, ничего не делайте сгоряча и не давайте волю эмоциям. Точнее, вы можете вдоволь повозмущаться и погоревать, но дома и желательно в отсутствие ребенка. Когда вы успокоитесь, призовите на помощь логику и решайте проблему последовательно.

Например, ваш ребенок нахватал троек и двоек по математике. Что будем делать?

Определите*, *в чем состоит проблема

В зависимости от склада вашего характера вам, вероятно, прежде всего придет в голову одна из двух причин:

– мой ребенок – лентяй;

– учитель к нему несправедлив.

Между тем существует множество других факторов, влияющих на успеваемость детей, причем вина самих детей, их родителей и учителей неочевидна, а следовательно, проблему можно решить, не ставя никого к «позорному столбу». Возможно, ваш ребенок пропустил или не понял какую-то ключевую тему и нужно просто вернуться на несколько уроков назад и «устранить дефект». Но об этом вам будет трудно узнать без обстоятельного и (главное!) взаимно доброжелательного разговора с учителем.

Возможно, «выплыл на свет» один из скрытых недостатков памяти, внимания или логического мышления, над которым стоит поработать. Вернитесь к таблице в конце главы 4 и просмотрите ее еще раз. Если двойки в основном за устные задания, то, возможно, ваш ребенок не умеет формулировать правильный ответ и стесняется. Если за домашние задания – обратите внимание на то, в какой обстановке ребенок делает их, и т. д.

Конкретные учебные проблемы и их возможные причины

Проблема	Возможные причины
Ребенок делает много ошибок при правописании проверяемых безударных гласных в корне слова (не может подобрать проверочные слова)	*- не знает соответствующего правила;* *- не умеет действовать по правилам;* *- не умеет углублять внимание, не видит «ошибкоопасного» места в слове, где нужно применить правило (1)*[17]*;* *- не может легко переключиться с процесса письма на процесс подбора проверочного слова;* *- не сформированы навыки самоконтроля;* *- с трудом читает и пишет;* *- часто отвлекается при письме (нарушена концентрация внимания, есть «остаточная» гиперактивность);* *- путается в понятиях «левый» и «правый»;* *- недостаточный словарный запас*

Ребенок пропускает буквы в письменных работах, в том числе при списывании текста из учебника	*- не знает или не помнит правила списывания текста (2);* *- слабая концентрация внимания;* *- несформированность фонематического слуха (не может сам себе продиктовать слово);* *- остаточные логопедические проблемы;* *- не произносит и «не слышит» отдельных звуков;* *- трудности с самоконтролем;* *- трудности с чтением и письмом*
Не может найти путь решения задачи	*- не знает общего алгоритма решения задач (3);* *- недостаточно развито логическое мышление;* *- не знает определений и основных правил (например: чтобы найти неизвестное слагаемое, нужно вычесть из суммы второе слагаемое);* *- знает правила, но не умеет ими пользоваться (например, в задаче: «Две девочки вместе нашли 12 грибов. Одна из них нашла 4, сколько грибов нашла вторая девочка?» — не может выявить слагаемые и их сумму: 4 + X = 12 и применить описанное выше правило);* *- нарушение концентрации;* *- трудности с пониманием прочитанного текста;* *- недостаточное развитие воображения (не может представить себе задачу в виде зримого, яркого образа);* *- неумение составить план;* *- нарушение последовательности в действиях;* *- путается в понятиях «левый» и «правый»;* *- путается в понятиях «сначала» и «потом»*
Ошибки при сложении, умножении…	*- не знает правил сложения, вычитания, умножения или деления, плохо видит «состав» числа, не умеет применять правила группировки слагаемых и т. д.;* *- путается в понятиях «правый» и «левый»;* *- низкий уровень развития кратковременной памяти;* *- низкий уровень развития долговременной памяти;* *- слабая концентрация внимания;* *- трудности с самоконтролем*

Ребенок часто не понимает задание, забывает его записать	*- слабая концентрация внимания;* *- неумение углублять внимание;* *- неумение отделять важную информацию от второстепенной;* *- неумение вовремя подключать мышление;* *- путается в понятиях «сначала» и «потом»;* *- «протестная» реакция, связанная с психологическим дискомфортом (ребенок слишком озабочен своими переживаниями, чтобы следить за учебной деятельностью)*
Затруднения при пересказывании текстов	*- трудности при чтении;* *- недостаточный словарный запас;* *- неумение строить предложения;* *- слабое развитие логического мышления;* *- неумение составлять планы;* *- путается в понятиях «сначала» и «потом»;* *- робость, боязнь выступать перед аудиторией*

(1)[17]

(I) «Ошибкоопасные» места возникают там, где звук нельзя расслышать четко и ясно, поэтому появляются сомнения, какую букву писать.

«Ошибкоопасные» места для гласных – там, где они находятся в безударной позиции («петух» или «питух»). В этом случае к ним нужно попытаться подобрать проверочное слово («петух» – потому что «петь»). Если проверочное слово подобрать невозможно, значит, исходное слово относится к словарным и его правописание нужно запоминать (например: «корова», «собака», «стакан»).

«Ошибкоопасные» места для согласных – в конце слова и там, где они оказываются переддругим согласным, кроме **л, м, н, р, в,** которые называются сонорными и обладают «волшебным» свойством не искажать предшествующие согласные звуки. В остальных случаях при сочетании двух согласных часто происходит искажение – «оглушение» или «озвончение» первого из двух согласных звуков (например, слово «сказка» при произношении звучит как «скаска», слово «просьба» – как «прозьба»). В таком случае к слову нужно подбирать проверочное, в котором сомнительный согласный оказывается перед гласным или перед сонорным согласным («сказка» – потому что «сказывать», «просьба» – потому что «просить»).

В конце слова звонкие согласные «оглушаются». В этом случае также нужно подбирать проверочное слово, в котором сомнительный согласный стоит перед гласным (например: «паровоз» – потому что «паровозы», «откос» – потому что «откосы»).

(2) Правила списывания текста.

1. Прочитай текст.

2. Раздели все слова на слоги прямо в тексте.

3. Подчеркни все места, в которых можешь сделать ошибки.

4. Вернись к началу текста. Читай каждое предложение и старайся запомнить, как пишется каждое слово в нём.

5. Списывай по одному предложению, проговаривая каждое слово по слогам.

6. Проверь, сравнив свою запись с текстом.

(3) Алгоритм решения задачи.

1. Прочитай условие задачи. Установи, что уже известно.

2. Установи, что нужно узнать. Уточни: один или несколько вопросов в задаче?

3. Запиши задачу кратко или зарисуй ее условие. Придумай схему, которая сделала бы задачу ясной.

4. Скажи, какие данные надо знать для ответа на главный вопрос задачи.

5. Известны ли эти данные из условия или какие-то из них нужно вычислять дополнительно? Если да, то какие? Как их можно вычислить?

6. Сколько этапов вычислений потребуется для решения задачи? Составь план решения.

7. Запиши решение и выполни нужные вычисления.

8. Проверь решение и запиши ответ.

Представьте себе конечный результат

Когда вы определили причину проблемы, представьте себе, как будет выглядеть ситуация, когда проблема будет устранена. Чему должен научиться ваш ребенок: быстро складывать и вычитать числа в уме?

Аккуратно оформлять работу в тетради? Быть внимательным на уроке? Всегда записывать домашние задания? Отвечать по существу?

На этом этапе неплохо привлечь к делу самого ребенка. Если у него уже есть 1–2 года школьного опыта, он может сделать вид, что

«ему все равно», «он тут ни при чем – это все училка», «дневник сам потерялся», «он завра же всё исправит и больше так не будет» и т. д. На самом деле я не открою страшной тайны, если скажу, что большинство детей (и взрослых) больше всего на свете боятся быть неуспешными. Боятся настолько, что если сталкиваются с проблемой, которую не могут решить сами, предпочитают закрыть на нее глаза.

Но мы, конечно же, не позволим ребенку этого сделать. Мы скажем ему, что ничего страшного не происходит – он для того и ходит в школу, чтобы сталкиваться с трудностями и преодолевать их. Скажем, что мы на его стороне, и учитель на его стороне, и автор книги «Как выжить в начальной школе» тоже на его стороне, а раз так, значит, навалившись с четырех сторон, мы, несомненно, победим любую проблему. Мне нравится идея, предложенная в книге Лоуренса Шапиро «Как воспитать ребенка с высоким EQ (коэффициентом эмоционального развития)». Автор предлагает ребенку и его родителям рассматривать возникшую проблему как личного врага и вести с ним бой по всем правилам. Если ваш ребенок – любитель военных историй, обсудите с ним приведенные далее вопросы – это может подхлестнуть его воображение и помочь найти выход из ситуации.

Отрывок из книги Лоуренса Шапиро «Как воспитать ребенка с высоким EQ (коэффициентом эмоционального развития)»[18]

«План борьбы с проблемами

(Это ваш личный план борьбы с такими проблемами*, *которые делают вас или ваших близких несчастными)

1. Назовите врага (проблему).

2. Какую войну вы намерены выиграть? Опишите разные виды стратегий, которые вы намерены использовать.

3. Опишите, какие “военные хитрости” вы хотели бы применить во время своего похода против врага (проблемы).

4. Наступление во всех направлениях (опишите, каким образом вы думаете бороться со своей проблемой).

5. Тактика партизанской войны (то, что дает определенные положительные результаты).

6. Где будут разворачиваться военные действия?

7. Лучшее время для атаки.

8. Назовите ваших союзников – людей, которым вы полностью доверяете в решении своих проблем. Каким образом они могут помочь вам?

9. Определите зону, свободную от военных действий (это то время и место, когда и где вы можете отдохнуть после изматывающей борьбы).

10. Враги могут оказаться очень хитрыми и пронырливыми. Как вы думаете, что они могут предпринять, чтобы нарушить ваши планы?

11. Каким будет ваш мирный договор? С чем вы можете жить дальше и с чем вы не можете мириться?

12. Как вы узнаете, что война выиграна вами?

13. Каким представляется вам ваше будущее теперь, когда война выиграна?»

Оценка осуществимости

Теперь попробуйте здраво оценить силы свои и ребенка. Сколько времени и сил вам придется потратить на решение вашей проблемы? Может, достаточно посидеть вместе часик в воскресенье? А может быть, потребуются ежедневные занятия по 20–30 минут в течение 1–2 недель? Или отставание так серьезно, что нужно поговорить с учителем о дополнительных занятиях?

Иногда (очень редко) вообще не стоит тратить силы на то или иное задание. Например, если ваш ребенок (неважно, мальчик или девочка) получил двойку по труду за неаккуратную вышивку крестиком, возможно, имеет смысл вообще забыть об этой двойке или сделать вышивку за него. В свое время в старших классах на уроках труда мы, девочки, потратили немало времени на шитье передников, ночных рубашек, юбок и блузок. Я испытывала (и продолжаю испытывать) к этому занятию самую жгучую неприязнь, но никак не могла «отвертеться» от школьной программы. Если бы у меня была крестная-волшебница, я, несомненно, попросила бы ее сделать всю эту работу за меня, а взамен обязалась бы печь ей торты каждое воскресенье на протяжении всего учебного года. Поэтому могу засвидетельствовать со всей ответственностью:
в школьной программе встречаются (хоть и изредка) задания, которые лучше «спустить на тормозах».

Мобилизация ресурсов

Отталкиваться нужно от того, что ребенку хорошо удается. Например, если у него трудности с устным счетом, потому что он «зритель» или «деятель», дайте ему счеты – возможно, дело пойдет. Если он хорошо отвечает устно, но плохо справляется с письменной работой, пусть диктует сам себе вслух, если наоборот – пусть составляет краткий конспект для устного ответа. Напоминаю, очень желательно, чтобы ваш ребенок принимал участие в обсуждении возможных решений: он может предложить неплохие идеи, ведь он знает проблему «изнутри». Стоит также посоветоваться с учителем: он знает и сильные стороны вашего ребенка, и множество педагогических приемов, помогающих добиться результата.

Не забывайте, что большинство детей-младшеклассников много и с удовольствием играют, поэтому в большинстве случаев лучшим способом закрепить знания и потренироваться будет игра. Вот несколько примеров:

Трудности с разделением слов на слоги.

Эта игра напоминает игру в города, но в ней можно использовать любые существительные (названия предметов). Нужно выстроить из слов цепочку так, чтобы последний слог одного слова был первым слогом другого.

Например: компас-астра-трапеция-яблоко-корова-ватрушка-шкатулка и т. д.

Трудности с четными и нечетными числами.

Не так уж сложно объяснить и запомнить, что четные числа делятся пополам без остатка, а у нечетных при делении пополам остается бесхозная единичка (можнорассказать историю о ребятах, которым нужно было разделиться на две команды: оставшегося, конечно же, выбрали судьей). А вот как запомнить эти числа и научиться без запинки называть их? Научите ребенка показывать нехитрый фокус, который, тем не менее, есть в арсенале любого уважающего себя фокусника.

Предложите ребенку задумать четное число от 1 до 10. Затем задайте несколько вопросов:

– Твое число больше 5?

– Да.

– Твое число меньше 9?

– Да.

*– **Твое** число больше 7?*

– Да.

Вы уже догадались, что задумано число 8. Никакого чуда тут нет – простая математика. Чудо в другом: вы просите ребенка заглянуть в вазочку, стоящую на полке. В вазочке лежит бумажка, на которой написано число 8 – именно то, что задумал ребенок.

В чем же секрет? Вы заранее подготовили бумажки с числами 2, 4, 6, 8 и 10 и разложили их в разные места комнаты. В зависимости от того, какое число задумано, вы называете тот или иной «адрес». Наверняка ваш ребенок, узнав секрет фокуса, захочет показать его как минимум всем членам своей семьи. Чтобы фоку с не приедался, напомните ребенку, что существуют еще и нечетные числа, что можно воспользоваться числами от 10 до 20 и т. д. Заодно ребенок не только запомнит четные и нечетные числа, но и как следует затвердит понятия «больше» и «меньше», научится свободно ориентироваться в числовом ряду и потренирует пространственную память.

Трудности с таблицей умножения.

Таблицу умножения стоит повесить над кроватью и по ней учиться сразу умножать и делить. Ведь если 4х5=20, то очевидно, что 20:4=5, а 20:5=4.

Выучив умножение на 2, сразу перескакивайте и учите умножение на 4, на 8. Затем выучите умножение на 3, на 6 и на 9.

Умножение на 5 можно учить по часам, по движениям минутной стрелки, а можно считая пальцы на руках и ногах у всех членов семьи.

«А где же игры?» – спросите вы. Сейчас будут игры, вернее, новый фокус.

Предложите ребенку задумать число. Теперь попросите:

– Умножь его на 2, но результат мне не говори.

– Умножил, – отвечает ребенок.

– Прибавь 6.

– Готово.

– Раздели на 2.

– Есть.

– А теперь вычти число, которое задумал.

– Есть.

– У тебя получилось 3.

– Верно! – удивится ребенок. – Как ты угадал(а)?

– А ты сам подумай, – хитро улыбнетесь вы.

Пусть поломает голову над секретом этого фокуса – это очень полезно.

Сможете ли вы вместе придумать другие, более сложные схемы – с умножением и делением на 3, 4, 5 или 6?

Можно показывать фокус и по-другому:

– Задумай число. Умножь на 2, прибавь 6 и раздели на 2. А теперь скажи, что у тебя получилось.

– 9.

– Значит, ты задумал 6!

Сможет ли ребенок разгадать секрет и этого фокуса? Если да, значит, он отлично научился считать в уме.

Обсуждение возможных стратегий и составление плана

Теперь вы знаете, какую проблему вам предстоит решить, какой результат вы хотите получить «на выходе» и какие ресурсы в вашем распоряжении, поэтому можете составить план действий. Обязательно сделайте это вместе с ребенком, пусть решение принимает он – тогда он разделит с вами ответственность за осуществление плана.

Начало и ритм работы

Полезно составить план в письменном виде и повесить его на стенку, чтобы ребенок отмечал «галочками» выполненные пункты. Это позволит вам и ему следить за тем, как продвигается работа.

Предварительная оценка

Завершив какой-либо из этапов работы, оцените результаты. Может быть, вы взяли слишком быстрый темп и ребенок выдохся? Или, наоборот, ваша стратегия оказалась настолько эффективной, что проблема уже решена и нет смысла заниматься лишней работой?

Вы зашли в тупик

Важно вовремя понять, что вы топчетесь на месте, а проблема не решается. В чем дело? Возможно, вы неправильно оценили саму проблему? В любом случае, вам, скорее всего, понадобится свежий взгляд со стороны. Поговорите с другими родителями, с учителем, с психологом – может быть, они увидят что-то такое, чего вы сами не видите.

Поздравления с успехом

Обязательно устройте дома праздник, когда сын принесет первую пятерку по математике. Похвалите его, и не просто: «Ты молодец, совсем другое дело!», а очень точно и конкретно: «Твоя учительница говорит, что ты стал гораздо внимательнее на уроках, и я вижу, как ты старательно выполняешь домашние задания, и, кажется, ты действительно подружился с этими дробями! Ура!»

Наверняка вы уже сами догадались, что в процессе такой совместной работы ваш ребенок получит просто бесценные уроки и навыки, которые помогут ему не спасовать перед любой жизненной проблемой. Поэтому не жалейте потраченного времени – оно поистине золотое.

Резервы здоровья

Вы помните, какое значение придавал В. А. Сухомлинский сохранению и укреплению здоровья своих учеников? Наверное, любой педагог с ним согласится: ребенок, который плохо себя чувствует, не может хорошо учиться. На этих страницах мы уже не раз писали о том, как облегчить малышу учебу и сохранить его здоровье. Сейчас давайте подведем некий итог.

1. Соблюдайте «мягкий» режим дня, который позволит малышу спать и отдыхать достаточное количество часов и в то же время не станет источником дополнительного стресса.

2. Не увеличивайте нагрузку на ребенка за счет дополнительных кружков и занятий. Часто родители говорят: «Но ему (ей) нужны кружки, иначе он (она) бесится от скуки». Однако то, что ребенок «бесится», и есть первый признак переутомления. Дети редко «падают от усталости», как взрослые. Наоборот, их система нервного торможения очень уязвима и обычно страдает первой. Они так устают, что не могут остановиться. Попробуйте привлекать ребенка к домашним делам, которые он мог бы сделать вместе с вами (помыть посуду, пока вы готовите ужин, вытереть

пыль, пока вы пылесосите, и т. д.). Возможно, на самом деле ему нужно проводить больше времени с вами.

3. Обеспечьте ребенку полноценное питание. Постарайтесь сократить употребление продуктов, содержащих большие количества соли, сахара, шоколада, кофеина, искусственных красителей и консервантов. Обращайте внимание на «витаминную насыщенность» питания ребенка, особенно в осенние и зимние месяцы. Мы привыкли связывать понятие «витамины» с фруктами, но на самом деле такие продукты, как квашеная капуста, зерновой хлеб, зелень (укроп, петрушка, шпинат), греча, нешлифованный рис, печень, рыба, содержат гораздо больше необходимых ребенку витаминов. Выбирайте из продуктов те, которые подойдут именно вашему ребенку.

4. При любой возможности старайтесь больше бывать на свежем воздухе. Многие дети и взрослые «спят на ходу» в те месяцы, когда световой день особенно короткий (ноябрь, декабрь). Чтобы избавиться от этой напасти, нужно стараться как можно больше бывать на солнце. Солнечные лучи «будят» шишковидную железу, которая является «часами» для всего организма. Ребенку могут помочь также сеансы ультрафиолетового облучения, но их нельзя проводить без предварительной консультации с врачом.

5. По возможности проводите закаливающие процедуры. Будем честны: только уникальный ребенок согласится обливаться по утрам холодной водой. Лучше ополоснуть перед сном прохладной водой ноги. По утрам гораздо эффективнее другая процедура – махровым полотенцем, смоченным в теплой воде, растереть докрасна шею, уши и воротниковую зону. Кровь приливает к голове, и мозг сразу просыпается.

6. Используйте для профилактики простудных заболеваний препараты, назначенные врачом. Регулярно делайте дыхательную гимнастику, укрепляющую дыхательную систему ребенка. Эти упражнения необязательно делать утром, можно и во второй половине дня (например, после приготовления уроков). Во время простудных заболеваний стоит делать их каждый день, как только позволит состояние ребенка: они помогают избежать осложнений при простуде.

7. Тщательно долечивайте дома даже легкие простуды, не отправляйте в школу полубольного ребенка. Я отлично понимаю, как это трудно, и всё же это именно тот случай, когда стоит собрать волю в кулак. Не выздоровевший до конца ребенок не сможет толком учиться, будет мешать себе и окружающим, заразит половину класса, а главное – с легкостью подцепит любую инфекцию, циркулирующую по школе. Подавляющее большинство детей в младших классах периодически простужаются, к этому стоит относиться философски. Но нельзя допускать, чтобы легкие простуды тянули за собой осложнения в виде гнойных отитов, гайморитов, тонзиллитов и т. д. и превращались в хронические заболевания. От здоровья ребенка в младшем школьном

возрасте зависит его состояние в периоде полового созревания, а этот период, как правило, является ключом к здоровью на всем дальнейшем протяжении человеческой жизни. Не экономьте время, экономьте здоровье ребенка. В начальной школе он вряд ли сможет серьезно отстать от программы за неделю или даже за две, особенно если будет регулярно делать уроки.

8. Следите за состоянием ребенка и вовремя замечайте «скачки роста».

В возрасте 7-10 лет дети довольно интенсивно растут, причем, как правило, скачками. Часто в период таких «скачов роста» ребенокдовольно ощутимо «тупеет» и начинает плохо себя вести. Это неудивительно: у него все силы уходят «в рост» и нормальная в обычных условиях нагрузка становится чрезмерной. Такому ребенку нужны снижение нагрузки (если есть дополнительные секции, лучше на время от них отказаться), хорошее питание, витамины. Подумайте о том, чтобы провести выходные или каникулы за городом. Если у ребенка есть скрытые неврологические проблемы, в этот период ему могут понадобиться препараты, улучшающие кровообращение в сосудах головного мозга (их назначает невролог).

Как определить, что ваш ребенок вошел в «скачок роста»? Послушайте совет Януша Корчака:

«Вечер, ужин окончен, малышей послали спать.

В этот момент одна из старших девочек, откусив небольшой кусочек хлеба, демонстративно швыряет остаток порции на стол, за которым я сижу, и идет дальше, шаркая ногами. Я был так изумлен, что не нашелся ничего сказать, кроме: Падкая, наглая девчонка". В ответ презрительное пожатие плечами – слезы – обиженная, она направляется в спальню.

Я удивился, когда застал ее вскоре в постели и уже спящей.

Несколько дней спустя я понял причину этого, казалось бы, явно нелепого поступка, когда та же самая девочка заявила, что хочет ложиться спать раньше, вместе с маленькими.

Самолюбивая, она не сразу могла решиться на такое унижение – ложиться спать вместе с малышами. И вот полусознательно или подсознательно спровоцировала меня на вспышку гнева, чтобы иметь повод обидеться, расплакаться и раньше, чем положено, лечь спать…

Несколько слов о ее шаркающей походке.

Ходила она, не поднимая ног, а везя их по полу. Некоторым детям это нравилось, и они стали ей подражать. Эта старческая походка у ребенка казалась мне неестественной, смешной, безобразной и, добавлю, какой-то неуважительной. Несколько позже я заметил, что такая походка не только естественна, но и свойственна детям в период интенсивного развития. Это походка усталых.

Когда я занимался частной практикой, я не раз спрашивал:

– А вы не заметили, что у вашего ребенка изменилась походка?

– Да, да, идет, надуется, точно принцесса какая. Ну просто беда, а иной раз и злость разбирает. Волочит ноги, словно столетняя старуха или бог весть как наработалась»[19].

9. Дайте возможность ребенку чувствовать вашу любовь, понимание и поддержку. Очень часто болезнь – единственный способ для ребенка повлиять на поведение взрослого. Например, ребенок не хочет идти в школу из-за конфликта с одноклассниками. Усталый и раздраженный взрослый отвечает ему что-то вроде: «Прекрати ныть, разбирайся сам (сама), ты уже большой (большая)». Поскольку ребенок не может сам найти адекватное решение проблемы, он уходит от нее, заболевая. Болезнь дает ему желанную возможность не ходить в школу, упокоиться, выйти из стресса и собраться с силами. Однако было бы гораздо лучше, если бы родители разрешили ребенку отдохнуть денек дома, а за этот день обсудили бы с ребенком сложившуюся ситуацию и наметили пути решения проблемы. Тогда ребенку не пришлось бы болеть лишний раз.

Ленивый ребенок

Обычно с этой проблемой родители сталкиваются в 3-4-м классе. Если первоклассники еще полны энтузиазма, то в более старших классах многие ученики (в основном те, кто испытывает проблемы с учебой) начинают потихоньку «спускать рукава» – бездельничать на уроках, забывать записывать домашнее задание, делать его кое-как, а то и совсем не делать. При этом они могут прилагать довольно значительные усилия для того, чтобы скрыть результаты своих «учебных подвигов»: переписывать дневники сдвойкам, подделывать записки от родителей, придумывать невероятные истории, объясняющие, почему они не сделали домашнее задание, однако простейший выход из ситуации – сесть и сделать уроки – для них абсолютно неприемлем. Что происходит?

Для такого поведения есть много причин

1. Школа из приключения становится обыденной рутиной, дети просто начинают скучать. По идее, сейчас должны были бы проснуться любознательность и удовольствие от познания нового, но так это будет или нет, зависит от родителей. Естественная, врожденная любознательность ребенка легко удовлетворяется и гаснет. Интеллектуальный труд должен стать привычкой, а это возможно лишь в том случае, если ребенок берет пример с родителей.

2. Если в начальных классах не были сформированы навыки обучения на уроках, выполнения домашнего задания, работы над ошибками, то сейчас, когда «обученность» (т. е. знания, полученные до школы) иссякает, а задания значительно усложняются, ребенок начинает «сдавать».

3. Накапливается неблагоприятный опыт, иссякают врожденный оптимизм и уверенность в своих силах. Ребенок решает, что «не стоит стараться, всё равно ничего не получится».

4. Нарастает недовольство школой, одноклассниками, родителями. Дети 9-11 лет зачастую уже достаточно «цивилизованны» для того, чтобы не выражать свой гнев криком или слезами. Они изобретают тактику пассивного протеста. «Вы хотите, чтобы я во всем слушался вас, и не прислушиваетесь к моим просьбам и желаниям. Хорошо, тогда я буду тряпичной куклой, которая не шевелится, если ее не дернуть за веревочку». Конечно, дети не формулируют это на сознательном уровне, но поступают именно так.

5. В возрасте 9-11 лет наступает физиологическая «пауза» перед подростковым периодом. Ребенок как будто «затаивается», «замирает», накапливая силы для грядущих колоссальных изменений. Если на этот период наслаивается значительное повышение нагрузки (усложнение программы, появление дополнительных занятий), то ребенок просто устает, иногда буквально до изнеможения. В таком случае «лень» и «безделье» – это просто защитная реакция в ответ на избыточную нагрузку.

Что вы можете с этим сделать?

1. Открыто признайте чувства ребенка. «Похоже, тебе надоела школа», «Кажется, ты сильно обижена на учительницу», «По-моему, ты очень устала». Когда ребенок почувствует вашу поддержку, у него появится возможность высказать свои негативные чувства в словах, и вы сможете вместе поискать выход из сложившейся ситуации.

2. Четко обозначьте границы. «Уроки – это твоя обязанность прежде всего перед самим собой, твоя работа на будущее. Остальное время – твое, и ты сам можешь решить, как лучше его провести».

3. Если проблема в том, что у ребенка трудности с выполнением домашнего задания, вернитесь к главе 8 и начинайте заниматься с ребенком как с первоклассником, постепенно приучая его к самостоятельности. Возможно, вам понадобится всего несколько недель для того, чтобы навести порядок в его тетради, в дневнике, а главное – в голове.

4. Побольше обращайте внимание на то, что получается у ребенка. Хвалите его, поощряйте его занятия. Позаботьтесь о том, чтобы ребенок мог чувствовать себя сильным и компетентным хоть в какой-то области.

Например, если он страстный болельщик «Зенита», купите ему фирменную футболку, кепку, мяч с логотипом команды и т. д. Вам это занятие может показаться полной ерундой, но оно может оказаться очень важным для самооценки ребенка и его статуса среди сверстников. Что касается знаний, далеких от школьной программы (например, знание тактики и стратегии игры различных футбольных команд), то любые знания хороши, если ребенок учится приводить их в систему.

5. Снижайте нагрузку, избавьте ребенка от тех дополнительных занятий, которые ему не нравятся. Не задавайте каверзных вопросов типа: «Ты же хочешь ходить на английский?» Ребенок прекрасно знает, какого ответа вы ждете, и с большой вероятностью захочет вам угодить. Лучше скажите: «Больше ты на английский ходить не будешь!», и если за этими словами последует взрыв возмущения, значит, посещать занятия все-таки стоит. Если же ребенок равнодушно пожмет плечами: «Ну ладно», вздохнет с облегчением или просто закричит: «Ура!», значит, с английским и правда лучше повременить. Попробуйте еще раз в следующем ученом году и у другого преподавателя.

6. Разрешите ребенку в свободное время заниматься тем, что ему нравится, пусть даже это будет телевизор или компьютерные игры. Иногда ребенку просто необходимо отгородиться от пугающей реальности (а мы прекрасно знаем, насколько пугающей она может быть), чтобы отдохнуть и набраться сил. Очень хорошо, если кто-то в семье разделяет интересы вашего ребенка: пусть лучше он играет в компьютерные игры, но в хорошей компании, чем изучает историю искусства, но в гордом одиночестве и умирая от скуки.

Мне запомнился один эпизод из романа Эрнеста Хемингуэя «Острова в океане». Сын главного героя говорит отцу: «Помнишь, когда мне было десять лет, я читал только комиксы. Сам не знаю, что на меня тогда нашло. Хорошо, что через полгода всё кончилось». Отец мальчика – писатель. Он мог бы возмутиться отвратительными привычками сына и серьезно испортить отношения с ним на долгие годы. Но он этого не сделал. Он терпеливо ждал, когда всё кончится, и сохранил добрые отношения. А сын вырос прекрасным и образованным человеком.

7. Предложите ребенку новые занятия вместо надоевших. Например, вместо того же английского девочка может захотеть заняться танцами (и необязательно бальными), мальчик – пойти в кружок авиамоделирования. Не думайте о том, пригодятся ли эти занятия ему в будущем. Когда мне было 10 лет, я попросила родителей записать меня в театральную студию и занималась там три года. Актрисой я не стала. Что осталось от этих лет? Только прекрасные воспоминания и сознание того, что я могу выступать на сцене, если захочу. Но разве этого мало?

8. Если круг интересов вашего ребенка кажется вам крайне ограниченным, подумайте о своем круге интересов и о своих занятиях. Попробуйте сами интересно проводить выходные: ходите на концерты, в

музеи, устраивайте пикники, небольшие путешествия и т. д. Не «тяните» за собой ребенка – пусть сам выразит желание к вам присоединиться.

9. Дайте ребенку больше самостоятельности. Давайте ему столько карманных денег, чтобы он мог покупать не только сладости и карандаши, но и кое-какую одежду или предметы, которые нужны ему для его увлечений. Учите его самостоятельно готовить несложные блюда, пришивать пуговицы, стирать одежду (независимо от того, мальчику вас или девочка). Пусть сам составит план празднования собственного дня рождения, внесет свои предложения о том, как вам интереснее провести выходные дни или отпуск. Если вы согласились с его предложением, спросите, что он может сделать для осуществления задуманного. Пусть сам выберет себе обязанности по дому. Разрешайте ему менять свои обязанности раз в 2–3 месяца, чтобы домашняя работа не становилась каторгой.

10. Начинайте готовить ребенка к подростковому возрасту. Приведу речь, с которой советует родителям обратиться к подростку знаменитый американский педагог Джеймс Добсон:

«Вам необходимо побеседовать с ребенком о его постепенном “отдалении” от родителей и отчего дома, которое его ожидает в ближайшем будущем. Я бы предложил вам построить разговор примерно таким образом: “Пол, ты родился в нашей семье и был вначале совершенно беспомощным, зависимым от нас ребенком. Пока ты был маленьким, мы с мамой учили тебя всему, что считаем правильным. Но наши отношения с тобой не всегда будут такими, как сейчас. Пройдет лет десять, и ты, наверное, будешь жить отдельно от нас, сам станешь зарабатывать себе на жизнь, сам будешь принимать решения. Ты превратишься во взрослого человека, у тебя будет своя семья, о которой ты станешь заботиться. Иногда дети слишком торопятся расти – начинают принимать решения, к которым они еще не готовы, и родителям приходится их осаживать. Другие подростки хотят всю жизнь прожить с родителями, есть и пить за их счет и при этом бездельничать. Это приводит к конфликтам в семье, потому что родные люди начинают друг на друга злиться.

Чтобы не было никаких неясностей по этому поводу, нужно разговаривать и стараться понять друг друга. Я хочу, чтобы ты кое-что запомнил. Во-первых, с каждым годом я буду предоставлять тебе всё больше свободы. Кое с чем, пока ты живешь в отчем доме, тебе придется считаться, и, наверное, это не всегда придется тебе по душе. Однако мы с мамой постепенно будем позволять тебе принимать самостоятельные решения.

Во-вторых, чем больше у тебя будет свободы, тем больше у тебя будет и ответственности. Я надеюсь, что ты станешь больше

заботиться о нашей семье и больше зарабатывать денег. Такая ответственность поможет тебе подготовиться к взрослой, самостоятельной жизни.

В-третьих, если ты когда-нибудь почувствуешь, что мы с мамой поступаем нечестно по отношению к тебе, ты можешь прийти к нам и высказать все свои претензии. Ты можешь говорить откровенно, и я обещаю отнестись к сказанному тобой со всей серьезностью. Однако я не потерплю эмоциональных срывов. Если ты начнешь хлопать дверью и кричать, как делают многие молодые люди, когда злятся, ты ничего этим не добьешься.

В-четвертых (и это самое главное), помни, что мы с мамой очень любим тебя, и всё, что мы для тебя делаем, продиктовано только этим чувством. Даже если мы будем с тобой ссориться, знай, что наша любовь к тебе никогда и никуда не исчезнет. Я знаю, когда-нибудь ты покинешь нас, и у нас останутся только приятные воспоминания о совместно прожитых годах. Давай же жить как единая дружная семья".

Подобная беседа должна хотя бы отчасти сгладить противоречия между родителями и детьми, вступающими в юность. Юность детей может протекать достаточно спокойно, если в семье к ней правильно подготовятся. Игнорировать же этот приближающийся период – всё равно что забраться по подвесной дороге на самую вершину горнолыжного склона, не зная, что делать дальше. Спуск вниз на горных лыжах страшен для каждого новичка. Но можно предварительно хорошо потренироваться, и тогда лыжник чувствует себя значительно увереннее».

Обдумайте эти слова, решите, с чем вы согласны, а с чем нет, подумайте о том, какой вы хотели бы видеть жизнь рядом с вашим подрастающим ребенком, к каким изменениям вам обоим нужно подготовиться, расскажите ребенку то, что считаете нужным, и выслушайте его мнение. Также подарите ему хорошую книгу, рассказывающую о физиологических изменениях в подростковом возрасте. И (да! да!) о сексе. Скорее всего, он (или она)уже знает о сексе достаточно много, так что книга нужна не столько для того, чтобы просветить (или «развратить»), а для того, чтобы навести порядок у ребенка в голове. На этот счет хочу дать вам еще один маленький совет, о котором почему-то забывают многие авторы соответствующих книг. Предупредите ребенка: «Когда ты слышишь рассказы о сексе, многое может показаться тебе странным и диким. И это правильно, потому что твое тело еще совершенно не готово к сексу и ты не можешь чувствовать того, что чувствуют взрослые. Здесь всё так же, как и с алкоголем: для взрослого алкоголь в небольших дозах приятен, а для ребенка это яд. Так же и многие лекарства: они хорошо лечат взрослых, но вредны для детей. Так же и секс. Когда твое тело полностью созреет и в крови будет

нужный уровень гормонов, разговоры о сексе перестанут казаться тебе странными и глупыми. Обычно это происходит в 15–17 лет. Но полностью человек готов к сексуальной жизни примерно в 18–20 лет. Многие юноши и девушки начинают заниматься сексом раньше, но для них обычно это означает мало удовольствия, много страхов и разочарований».

11. Не забывайте посещать врачей. Иногда постоянная усталость может быть симптомом хронического заболевания.

Конфликт с одноклассниками – как вести себя родителям?

Как-то на одном форуме в интернете обсуждалась проблема, возникшая в 3-м классе. Проблема довольно обычная: драчливый мальчишка, от которого страдал весь класс. Особенно, как водится, доставалось его соседу по парте, мама которого и обратилась на форум с вопросом: «Что делать?» При этом мальчик ни за что не хотел давать сдачи, приводя свой аргумент: «Ты же, мама, сама говоришь, что драться – это плохо».

Что посоветовали маме другие родители? Воинственные папы все как один говорили: мальчишку нужно немедленно убедить в том, что драться хорошо, и для этого отдать его в секцию борьбы. Один из «идущих путем воина» родителей даже писал: «Только он должен быть готов, вступая в бой, или убить врага, или умереть самому!» (напоминаю, полем боя был 3-й класс). Более предприимчивые мамы, которым, по-видимому, было жалко будущего воина, советовали папе пострадавшего мальчика прийти в школу и как следует напугать обидчика. Когда выяснилось, что папы у несчастного мальчика нет в наличии, разыгравшееся воображение стало подсказывать мамам следующие действия: нанять старшеклассника, соседа, милиционера, чтобы тот подстерег обидчика, когда он будет возвращаться из школы, и показал ему где раки зимуют. Когда я спросила, может быть, тогда проще сразу нанять киллера, ответом мне был взрыв возмущения: как я смею шутить, когда обсуждается такая серьезная проблема.

Наконец, одна весьма решительная дама (директор небольшого частного предприятия) посоветовала растерянной маме добиться увольнения драчуна, т. е. исключения из школы. Когда я спросила, как они представляют себе исключение из школы 9-летнего ребенка и его будущую судьбу, а главное – не будут ли «исключители» всю жизнь бояться встречи с «исключенным» в темной подворотне, мне опять посоветовали быть серьезнее и не отвлекать внимание собравшихся здесь людей надуманными построениями и нелепыми угрозами.

Что меня поразило в этой истории – полная беспомощность взрослых людей, которые не смогли предложить ни одного «взрослого» решения. Собственно, все написанные ими варианты сводились к тому, чтобы так

или иначе дать обидчику сдачи – или руками побитого мальчика, или руками наемника, или с помощью администрации школы. Но эта тактика срабатывает только в песочнице, да и то не всегда.

Я ничего не имею против спортивных секций, хотя несколько странно отправлять туда ребенка с напутствием: «Это чтобы ты мог как следует врезать Васе». Главное в другом – очевидно, что проблема в данном случае была не у обиженного, а у обидчика, именно ему было жизненно необходимо научиться держать себя в руках и добиваться своего не только с помощью кулаков. По моему опыту, лучше всего эту проблему решают детские психологи в специальных группах, создаваемых на базе психологических центров (в Санкт-Петербурге существуют государственные районные психологические центры для детей и подростков, услуги этих центров бесплатны). Большой плюс такой психологической группы в том, что она создается «с нуля» и психологи поддерживают в ней ровную и дружелюбную атмосферу, поэтому ребенок приходит в нее, оставив свою дурную репутацию за дверью, и может попробовать новые способы общения с детьми. Вполне вероятно, что родители ребенка-агрессора вовсе не горели желанием водить его на дополнительные занятия, но поскольку его поведение мешало всему классу, учитель мог бы настоятельно посоветовать им такой вариант. Родительский комитет мог бы присоединиться к этой рекомендации. В свою очередь учительница могла бы сделать многое для того, чтобы помочь мальчику-агрессору улучшить успеваемость, ведь, как правило, именно заядлые двоечники с низкой самооценкой становятся самыми отчаянными драчунами.

Но когда я посоветовала это маме «жертвы», та ответила: «У меня нет времени этим заниматься, я работаю по 12 часов вдень, лучше я отдам ребенка в секцию, пусть его научат давать сдачи». Другими словами: «Я не хочу решать эту проблему, пусть это сделают тренер секции и мой ребенок».

Очень часто за спиной ребенка-драчуна стоит разгневанный родитель. Однажды я стала свидетельницей такой сцены: на детской площадке мама одного из детей, едва ее сына случайно толкал кто-то из приятелей, тут же вскакивала с места и кричала: «Дай сдачи! А ну-ка дай сдачи!» Мальчик вовсе не был напуган или обижен несильными толчками, но покорно шел «давать сдачи», и мелкий инцидент тут же перерастал в крупную ссору. Из разговоров на площадке я узнала, что около месяца назад муж этой женщины, человек очень властный и патриархальных убеждений, заставил ее бросить любимую работу и остаться дома. Бедной женщине, вероятно, очень хотелось «дать сдачи» обидчику-мужу, но этого она сделать никак не могла и выплескивала свою обиду на детской площадке. Возможно, ей казалось, что если она научит сына «давать сдачи» сейчас, он в будущем не окажется в том положении, в котором оказалась она.

Разумеется, если родитель ребенка-агрессора сам находится в состоянии невроза, вряд ли он адекватно отреагирует на ваши советы. Но мы же с вами взрослые люди! Начните с сочувствия, тем более что посочувствовать есть чему. Скажите, что вы представляете, как тяжело вашему собеседнику: он столько работает, а тут еще и в школе нет покоя, расскажите, что подобная история была у вашей двоюродной сестры, и она вся извелась, пока не… Словом, подведите собеседника к тому, чтобы он сам попросил совета. Однако не надейтесь слишком на многое: люди не машины, и нельзя, нажав кнопку, дождаться соответствующей реакции. Однако если учитель и родители будут проводить одну линию: «Вася – замечательный мальчик, но ему нужно научиться держать себя в руках, иначе никто не увидит, какой он замечательный», то это со временем может принести плоды. И главное – никого не придется исключать из школы и бить в подворотнях.

Почему дети такие агрессивные?

В школьной рекреации рядом с гардеробом дерутся двое первоклассников. Дерутся всерьез, не ради развлечения, а для того, чтобы причинить друг другу боль. Вы хватаете за пиджак победителя, который уже успел выдрать изрядный клок волос у побежденного, и тут замечаете, что он на целую голову выше своего противника.

– Как же тебе не стыдно бить слабого? – спрашиваете вы возмущенно.

Победитель со слезами в голосе, но гордо вскинув голову, объясняет, что противник начал первым, причем ударил маленькую сестренку победителя, так что тот просто обязан был вступиться за честь дамы.

Теперь вы внутренне соглашаетесь с мужественным рыцарем и переключаете свой гнев на второго драчуна:

– Как же тебе не стыдно бить девочку, да еще маленькую?!

– Я ей говорил – не лезь, а она мне лицо оцарапала, ну я ее и оттолкнул.

На самом деле, если вы поговорите с обидчиком девочки по душам, то узнаете, что вчера его побили ногами трое второклассников, и с тех пор он постоянно ходит «в боевой готовности», и когда девочка замахала руками перед его лицом и случайно задела, он ударил ее прежде, чем успел подумать, просто потому, что весь день готовился ответить ударом на удар.

Получается, во всем виновата банда второклассников? Но посмотрите личные дела всех троих и узнаете, что они из неблагополучных семей, можно предположить, что тычки и затрещины – это привычные для них меры воспитания, и они бьют других, чтобы чувствовать себя сильными. А если при этом у них есть трудности с учебой и им постоянно достается за двойки, то они сами целыми днями ходят в боевой готовности и

неосознанно пользуются любым поводом, чтобы сбросить нервную нагрузку.

Итак, почему дети дерутся?

Потому что:

– они испуганы, и им кажется, что они должны «когтями и зубами» защищать свою жизнь;

– они не знают, как выйти с достоинством из трудной ситуации;

– они чувствуют себя беспомощными и видят единственный способ показать себе и другим, что они что-то могут, – с помощью физической силы;

– они предполагают, что на них не обратят внимания, пока они силой не заставят слушать себя;

– они хотят отомстить за перенесенное унижение (причем необязательно обидчику).

Почему дети дразнятся, мучают, изводят друг друга? Всё потому же.

В результате 99 % школьных конфликтов являются результатом недоразумений. Детям, на самом деле, нечего делить, однако они приносят в школу агрессию, накопленную в семье или в детском саду (где им совсем маленьким пришлось остаться одним в труднейшей социальной ситуации и где они, скорее всего, научились самоутверждаться и защищать себя кулаками). Они просто не знают, что можно разрешить конфликт и при этом остаться друзьями, если соблюдать элементарную сдержанность и вежливость и не стараться «победить в конфликте любой ценой». Однако они и не обязаны это знать. Это задача взрослых – объяснить и научить ребенка.

Есть ли у них совесть?

Наверное, вам уже приходилось спрашивать своего или чужого ребенка: «Как ты мог так поступить? У тебя вообще совесть есть?» При этом вам вряд ли приходило в голову поинтересоваться, знает ли ребенок, что такое «совесть». И, положа руку на сердце, можем ли мы сами, не раздумывая, дать определение совести?

Когда я была подростком, у меня была любимая пластинка с песнями бардов, и среди них была одна как раз на эту тему. К сожалению, я не помню автора этой песни, зато слова и сейчас могу воспроизвести наизусть. Начиналась она так:

Я недавно сделал открытие,
Открыл я недавно словарь.
Оказывается, совесть – это нравственная категория,
Позволяющая безошибочно

Отличать дурное от доброго.

Дальше автор предлагал слушателю различные ситуации, в которых довольно трудно определить, как поступить «по совести». Например:

А как же быть, когда идет игра,
Партнеры лгут, блефует кто как может,
И для победы правды и добра
Тебе солгать необходимо тоже?
И как же быть тогда? И как же быть тогда?

И отвечал сам себе:

Я не знаю, я ведь только говорю, что совесть —
Это нравственная категория,
Позволяющая безошибочно
Отличать дурное от доброго.

Итак, воспользовавшись помощью автора этой песни, вы можете сказать своему ребенку: «Совесть – это та часть тебя, которая тебе подсказывает, как поступить правильно». При этом ребенок вряд ли задаст вам следующий вопрос: «А кто именно решил, что правильно, а что нет? И чью точку зрения мы принимаем, когда отличаем дурное от доброго?» Ведь известно, что представления о добре и зле, о правильном и неправильном у разных людей могут сильно различаться. Разумеется, большинство людей сойдутся во мнении, что убивать, красть или грубить родителям – плохо. Но если спросить, можно ли обманывать другого человека, лишь очень немногие люди ответят прямо и однозначно: нет, нельзя, это очень плохо. Большинство начнут выстраивать довольно сложную систему, перечисляя случаи, когда обман разрешен (шпион может обманывать врагов, врач может обманывать больного, родители могут обманывать ребенка для его же блага и т. д.). А уж если спросить, можно ли мальчику плакать, девочке драться, женщине делать аборты, незамужней рожать ребенка, семейной паре не заводить детей и т. д., то прийти к единому мнению будет просто невозможно: скажутся семейные традиции, религиозная принадлежность, мнение людей, которые являются авторитетом для того или иного человека, и т. д. и т. п. Получается, что у разных людей совесть настроена «на разную волну». И если мы попытаемся «усовестить» ребенка, особенно чужого, то велика вероятность, что он нас просто не поймет.

В 1960-х годах американский психолог Лоуренс Колберг задался вопросом: «Как именно ребенок становится нравственным и через какие

стадии развития нравственности он проходит?» Он формулировал для детей разного возраста ситуационные задачи, подобные той, которую использовал автор приведенной песни. Например, он спрашивал их, что делать, если один из двух братьев решил убежать из дома и взял со второго брата клятву, что тот должен молчать? Может ли брат нарушить клятву и рассказать обо всем отцу? Или что делать человеку, если его жена тяжело больна, а лекарство стоит слишком дорого? Вправе ли он ограбить аптеку, чтобы спасти жизнь жене?

В результате своих исследований Л. Колберг выделил шесть стадий морального развития:

1) ребенок ориентируется только на поощрение и наказание со стороны взрослых (т. е. он понимает, что поступил неправильно, только после наказания); основной мотив – боязнь наказания;

2) ребенок считает хорошим то, что удовлетворяет его потребности (отнять или украсть понравившуюся игрушку хорошо, даже если потом за это накажут); основной мотив – избежать страдания в настоящем;

3) ребенку нравится быть «хорошим», он свершает «хорошие поступки», чтобы угодить авторитетным лицам (родителям, учителям); основной мотив – избежать осуждения;

4) человек ориентируется на закон и поддержание общественного порядка (хорошо то, что законно); основной мотив – избежать чувства вины;

5) человек ориентируется на религиозные или общечеловеческие ценности (хорошо то, что способствует выживанию общества); основной мотив – избежать отторжения со стороны общества;

6) человек ориентируется на индивидуальную философию (может противопоставить свои нравственные ценности обществу, как Махатма Ганди или Мартин Лютер Кинг); основной мотив – избежать самоосуждения.

На какой же уровень нравственности вы можете рассчитывать, общаясь с ребенком 7-10 лет?

Исследования Л. Колберга отвечают и на этот вопрос. Они показывают, что в возрасте 7 лет примерно 70 % детей находятся на «первом уровне» – «поощрение/наказание», 30 % детей – на втором – «исполнение желаний» (это именно те дети, которые «умеют поставить на своем»), а суждения более высоких уровней среди детей такого возраста практически не встречаются.

В 10 лет примерно 30 % детей всё еще ориентируются на «награду/наказание», еще 30 – на удовлетворение своих потребностей, примерно 20 – на осуждение/одобрение взрослых и еще 20 % – на соблюдение закона. В возрасте 13 лет распределение примерно таково: 10 % – наказание, 10 – удовлетворение потребностей, 35 – осуждение авторитетных людей, 35 – соблюдение законов и 10 % – осуждение со

стороны общества. В 16 лет примерно 25 % подростков ориентируются на осуждение или похвалу взрослых, 40 – на соблюдение закона, 25 % – на защиту интересов общества, остальные «застряли» на более ранних стадиях. Что же касается шестой стадии, то ее, по мнению Л. Колберга, достигают далеко не все взрослые, а среди детей на создание собственных моральных принципов способны лишь нравственные гении.

Таким образом, если мы хотим усовестить младшего школьника, бесполезно взывать к силе закона или общечеловеческим моральным ценностям. Гораздо эффективнее будет обратить внимание ребенка на естественные последствия его поступков: «Если ты будешь продолжать драться, то скоро останешься без друзей», «Если ты будешь мне врать, я не буду знать, когда тебе верить, а когда нет» или на реакцию со стороны взрослых: «Если ты будешь продолжать всех бить, твоей маме будет очень стыдно за тебя», «Если ты будешь врать, тебе никто не будет доверять».

Исследования Л. Колберта также демонстрируют, насколько младшие школьники зависимы в своем поведении от значимых взрослых. Практически невозможно повлиять на поведение ребенка, если его родители не приложат к этому своих усилий. Однако родители, которым безразлично, как их ребенок себя ведет, или одобряющие асоциальное поведение, встречаются довольно редко. Гораздо чаще родители просто не сознают своего влияния на ребенка, не знают, как взяться за дело, и стесняются своего незнания, поэтому доброжелательная беседа с учителем или со школьным психологом могла бы им помочь сдвинуть дело с мертвой точки.

В начальных классах авторитетом для детей является учитель (особенно если родители не прикладывают усилий к тому, чтобы дискредитировать этот авторитет). Он может сделать многое для того, чтобы создать в классе здоровую атмосферу.

Вот как об этом рассказывает американский педагог Джеймс Добсон в своей книге «Прятаться или искать»[20]:

«В качестве негативного примера могу привести историю одной матери и ее дочери, учившейся в четвертом классе. Мать помогала учительнице этого класса в подготовке к Дню святого Валентина. Нужно сказать, что для “непопулярного” ребенка День святого Валентина может стать самым горьким днем в году, в связи с чем во многих школах либо специально не проводят в этот день традиционный обмен открытками, либо заранее договариваются не обмениваться открытками выборочно, чтобы никого не обидеть. Ведь ученики часто судят о своей популярности по количеству полученных открыток. Во время того празднования, о котором я веду речь, учительница объявила, что собирается организовать игру, в которой мальчики будут играть вместе с девочками. Это была ее

первая ошибка, поскольку мальчики и девочки в том четвертом классе не были тактичны. Когда учительница сказала, чтобы каждый ученик выбрал себе пару, мальчики засмеялись и стали показывать на самую некрасивую в классе девочку. Она страдала от излишнего веса, у нее выпирали зубы, и она была настолько "забитой", что боялась смотреть людям в глаза.

"Не ставьте нас с Хейли", – закричали мальчики в один голос с выражением неподдельного ужаса на лице. "С кем угодно, только не с Хейли! Лучше удавиться! Избавьте нас от нее!" Мать, слыша всё это, понадеялась, что учительница, всегда державшая свой класс в строгой дисциплине, встанет на защиту несчастной девочки. Но, к ее великому разочарованию, та ничего не сказала мальчикам. Вместо этого она просто оставила Хейли одну, наедине с ее болью.

Насмешки со стороны представителей одного с тобой пола всегда обидны, но неприятие представителей противоположного пола подобно удару ножа в спину. Что можно было сказать этому несчастному ребенку? Как ей можно было защититься от девятерых агрессивных мальчишек? Что ей еще оставалось, как не покраснеть от унижения и остаться на своем месте? Ребенок, которого Бог любит больше всех сокровищ этого мира, никогда не забудет этот момент, как не забудет и учительницу, бросившую ее без поддержки.

Дети жестоки к слабым и обездоленным, потому что мы, взрослые, не потрудились научить их уважать других.

Будь я учителем того класса во время Дня святого Валентина, этим шутникам и насмешникам пришлось бы очень несладко. Конечно, было бы лучше с самого начала предотвратить такую ситуацию, заранее поговорив с учениками об уважении чувств ближнего. Но раз уж конфликт возник в такой жестокой по отношению к Хейли форме, я бы всем своим авторитетом встал на защиту девочки.

Мой ответ на их слова был бы примерно следующим: "Прекратите сейчас же! Интересно, кто вам дал право так говорить о Хейли? Или, может быть, кто-то из вас так безгрешен и свят, что никто не может о вас сказать ничего плохого? Я вас всех знаю достаточно хорошо. Знаю ваших родителей, ваши школьные успехи и даже некоторые ваши личные секреты. Может быть, мне рассказать о них всему классу, чтобы мы тут все посмеялись над вами точно так же, как вы сейчас над Хейли? Так я могу вам это устроить! Я могу сделать так, что вам тут же захочется сквозь землю провалиться. Но я не стану так поступать. Знаете, почему? Потому что я знаю, как больно, когда над тобой смеются друзья. Эта боль посильнее боли от пчелиного жала или острого ножа.

Над кем-нибудь из вас когда-нибудь смеялись ваши же сверстники? Если нет, не обольщайтесь. Рано или поздно, но это произойдет и с вами. Достаточно вам будет сказать какую-нибудь глупость… и на

вас станут показывать пальцами и смеяться вам в лицо. И когда это произойдет, мне бы хотелось, чтобы вы вспомнили всё то, что произошло здесь сегодня.

Ребята, пусть это недоразумение послужит уроком. Во-первых, никогда не причиняйте никому обиду. Смейтесь, когда всем весело, но не смейте этого делать, когда кому-то от этого становится плохо. Во-вторых, я никогда и никого не посмею умышленно обидеть в классе. Будьте в этом уверены. Каждый из вас – дитя Божье. Он сотворил вас своими любящими руками и сказал, что вы все равны. Это значит, что Майкл не лучше и не хуже Брайана, Молли или Брента. Иногда мне кажется, что кто-то из вас считает себя лучше остальных. Это не так. Каждый из вас бесценен для Бога, и каждого из вас ждет вечность! Вот как вы Ему дороги, Бог любит всех мальчиков и всех девочек в классе, и я тоже всех вас люблю. Он хочет, чтобы мы были добры друг к другу, так давайте же не забывать об этом".

Когда волевой и любящий учитель приходит на помощь отверженному одноклассниками ребенку, эмоциональная атмосфера этого класса начинает резко меняться. Каждый ребенок в классе начинает испытывать большое облегчение. Одна и та же мысль овладевает детьми: "Уж если нельзя смеяться над Хейли – над толстушкой Хейли, – то тем более нельзя смеяться надо мной». Защищая самого непопулярного ребенка, учитель ясно показывает, что нельзя ни из кого делать посмешище. Хороший учитель уважает каждого ученика и будет бороться за всякого, с кем поступают несправедливо. Я бы посоветовал и родителям всегда решительно вставать на защиту притесняемых в своем квартале. Пусть все знают, что вы всегда готовы дать решительный отпор обидчикам. Пусть о вашей позиции узнают ваши соседи. Постарайтесь создать эмоциональную "гавань" для детей, чей "корабль" постоянно попадает в бури неприятия со стороны сверстников. Не бойтесь брать на себя инициативу по защите обиженного ребенка. Это стоит затраченных усилий и времени».

Что вы можете сделать, если вашего ребенка обижают в школе?

Разумеется, в ситуациях, где затронуты отношения между людьми, не может быть стопроцентно верных решений. Всё, что изложено выше и ниже, – не панацея и не волшебные заклинания, мгновенно превращающие врага в друга. Это просто несколько идей, с которых можно начать.

1. Попытайтесь разобраться в причинах происходящего. Поговорите с учителем, родителями, другими детьми. Вполне возможно, что ваш

ребенок тоже не идеален: например, он любит подразнить одноклассников. В таком случае имеет смысл заключить мирный договор: он не дразнится, они не дерутся. Если же он, забывшись, снова начинает дразниться, ему напоминают об этом, но словами, а не с помощью кулаков.

2. Объясните вашему ребенку, что он, конечно, может «дать сдачи», но высока вероятность, что он тоже окажется в «виноватых», поэтому будет лучше, если он просто громко крикнет: «Прекрати! Отойди от меня!», если одноклассник перейдет границы.

Мой сын через месяц учебы в первом классе сделал такой вывод: «Если он меня толкнет, а я в ответ ударю, он обидится и будет прав. А если я ему скажу: “Осторожно!”, ему станет стыдно, и он больше не будет».

К сожалению, далеко не всем детям становится стыдно. Некоторые сознательно причиняют другим боль и испытывают при этом удовольствие. При этом чем дольше дети учатся в школе, тем больше среди них таких «маленьких садистов». Такие дети попадают в очень трудную ситуацию. Они окончательно запутались и им действительно нужна помощь психологов. И всё же большинство детей причиняют боль или обижают одноклассников не со зла, а по незнанию или по недомыслию. Если вместо ответного нападения их попросить быть осторожнее, они прекратят агрессивные действия.

3. Поговорите с учителем и попросите его по возможности гасить конфликт в зародыше.

4. Поговорите с обидчиком. Вполне вероятно, что у него есть свой повод для обиды. Скажите ему, что он может выразить свои претензии словами, но драться вы ему запрещаете (ребенок может сказать: «Вы не можете мне запрещать, вы – не моя мама», на это стоит ответить: «Давай спросим у твоей мамы, разрешит ли она тебе драться и будет ли гордиться сыном-драчуном?»). Этот разговор будет очень полезен и для вашего ребенка: он почувствует вашу защиту и уверенность в себе.

5. Поддерживайте дружбу ребенка с теми одноклассниками, с кем у него хорошие взаимоотношения. Приглашайте их в гости, договоритесь с родителями о совместных развлечениях (походах в зоопарк, выездах за город и т. д.).

6. Если ситуация серьезная и поведение ребенка мешает всем его одноклассникам, попытайтесь решить проблему на родительском собрании, предложите родителям «агрессора» проконсультировать своего ребенка у психолога.

Если ваш ребенок – хулиган

Словами не описать, как это больно, когда твой ребенок приходит из школы весь в слезах, но не менее тяжело, когда ребенок весел и

щебечет, как птичка, а вот учитель каждый раз делает ему замечание, и в этих замечаниях немало справедливого. «Дрался, вертелся на уроке, грубо разговаривал со старшим», – никому не хочется услышать такое про своего ребенка. Однако что делать, если вы всё же услышали?

Прежде всего – не отчаивайтесь и не ставьте на себе и ребенке клеймо «неудачников». «Школьные хулиганы» – это зачастую дети с сильными эмоциями, хорошим воображением, активной жизненной позицией, твердой волей. Они могут многого добиться в жизни, если только научатся использовать свою энергию в мирных целях. Кроме того, часто это дети с заниженной самооценкой, потому что они постоянно слышат упреки и угрозы, а каждая неумелая попытка вырваться из замкнутого круга всеобщего неодобрения только добавляет им неприятностей. Этим детям как воздух нужны любовь и действенная помощь. Что же вы можете сделать?

1. Поговорите с ребенком о его чувствах. Как правило, если вы после очередного «приключения» спросите у ребенка: «Какже это произошло? Почему ты так поступил?», вы не услышите ничего внятного. Просто для ребенка всё случилось слишком быстро. Он начал действовать, не поняв до конца, что происходит, поэтому вам нужно вернуться в этот момент и помочь ребенку осознать те эмоции, которые толкнули его на дурное поведение. «Ты, наверное, здорово разозлился», «Ты испугалась и не знала, что делать», «Тебе было очень скучно и хотелось как-то себя развлечь». Дайте ребенку высказаться, пусть расскажет о том, что он пережил. Например, если 7-летняя девочка схватила на уроке тетрадь соседки по парте и разорвала ее в клочки, для начала поверьте ей, когда она рассказывает, как соседка ее дразнила. Вполне вероятно, что так и было, а ваше доверие и поддержка нужны ребенку, чтобы самому осудить свое поведение.

2. Расставьте границы. «Ты имеешь право злиться, если тебя дразнят. Но рвать чужую тетрадку – очень глупо. Если твоя соседка никак не желала оставить тебя в покое, ты должна была поднять руку и попросить учительницу вас рассадить».

3. Поговорите с ребенком о чувствах других. Возможно, эта девочка тоже чем-то расстроена. Когда человек расстроен, он часто делает неприятности другим. Это очень глупо, но не все люди могут заметить это и остановиться. Скорее всего, для вашего ребенка чувства других людей – это terra incognita. В возрасте 7–9 лет многие дети еще не выросли из естественного детского эгоцентризма. Однако если вы показываете ребенку пример того, как можно понимать причины поступков других людей и прощать их, вы помогаете ему становиться взрослее.

4. Помогите ребенку объясниться с обиженным и попросить прощения, а также защитить свои права. «Извини, что я порвала твою тетрадку. Вот

тебе новая. Но и ты, пожалуйста, не дразни меня больше. Я не хочу, чтобы мы всё время ссорились».

5. Следите за школьными успехами ребенка. Замкнутый круг: «двоечник – хулиган» – худшее, что может случиться с ребенком в начальной школе. Последствия этого вы и ребенок можете потом расхлебывать всю жизнь.

6. Поддерживайте дружбу ребенка с одноклассниками.

7. Контролируйте его поведение, когда вы находитесь вместе (договоритесь об условном знаке, который вы можете подать ребенку, если чувствуете, что его «несет не туда»).

8. Обращайте внимание ребенка на последствия его поступков. «Видишь, когда ты не можешь себя сдержать, ты обижаешь своих друзей. Такты можешь вовсе потерять их». Если ребенок буркнет: «Ну и ладно! Не очень-то и хотелось!», спокойно возразите: «Неправда. В тебе сейчас говорит обида. Я вижу, как тебе нравится играть с Ваней. Но ты можешь попросить прощения и исправить положение».

9. Покажите ребенку хороший пример. Рассказывайте ему о том, как вы с успехом вышли из трудных ситуаций. «Знаешь, сегодня в автобусе одна женщина на меня накричала. Ей казалось, что я неудачно стою и занимаю слишком много места. А я ей ответила: “А представьте, что я – детский хирург и еду в больницу, чтобы делать операцию. Как вы думаете, стоит на меня кричать или можно вежливо попросить подвинуться?” И она просто не знала, что сказать».

10. Замечайте и поддерживайте успехи ребенка в обретении самоконтроля, даже если эти успехи незначительны. «Ты, кажется, действительно разозлился на того мальчика. Но ты не стал драться, не стал ломать вещи, не стал пинать собаку. Молодец. Конечно, не стоило и ругаться. Но всему свое время. Когда ты станешь еще немного старше, ты научишься выражать свой гнев вежливыми словами, и тогда твой обидчик все-таки прислушается к тебе».

11. Замечайте и поощряйте любые успехи ребенка, чтобы поддерживать его самооценку на высоком уровне.

12. Проводите много времени с ребенком, демонстрируйте ему свою любовь лаской, общением, эмоциональной поддержкой. Очень часто агрессия – это следствие чувства одиночества и безысходности. Проявляя агрессию, ребенок пытается добиться внимания родителей, пусть даже негативного.

13. Обратитесь за помощью к специалистам, если сами находитесь в трудной ситуации. Например, ребенок тяжело переживает развод родителей, и его поведение стремительно ухудшается. Мама испытывает сильное чувство вины, потому что «лишила ребенка отца», одновременно нарастает ее раздражение, ей кажется, что ребенок ведет себя так нарочно, чтобы «наказать ее». При этом в глубине души она

чувствует себя отчаявшейся и беспомощной и хочет, чтобы от нее «наконец все отстали». Конечно, в таком состоянии она мало чем сможет помочь своему сыну – она сама нуждается в помощи.

Конфликт с учителем

Я очень хорошо понимаю учителей, потому что несколько лет проработала врачом. Дело в том, что, общаясь с учителями и врачами, люди очень часто теряют «чувство реальности». Им почему-то кажется, что в педагогическом или медицинском институте с помощью особых заклинаний обычных людей превращают в суперроботов, которые никогда не ошибаются, а затем еще дают им в придачу ангельское терпение, кротость, доброту и всепрощение.

Разумеется, это не так. И врачи, и учителя – обычные люди, в большинстве своем неплохие, но далеко не идеальные, а их профессии связаны с высочайшими психологическими нагрузками, поэтому нам всем стоило бы взять за правило беречь им нервы. Это в наших же интересах.

Время от времени случается так, что ребенок вступает в конфликт с учителем. И у нас, родителей, появляется прекрасная возможность показать ребенку, как именно взрослый человек может уладить подобный конфликт. Для начала стоит попытаться рассматривать себя и учителя не как непримиримых врагов, которые ждут только повода, чтобы вступить в схватку, а как двух людей, которые столкнулись с проблемой и хотят помочь друг другу ее разрешить.

Как это лучше сделать?

1. Узнайте точку зрения ребенка. Как он понимает этот конфликт? Посочувствуйте ему: «Тебе, наверное, было очень обидно», «Ты, похоже, просто не знал, что делать», «Ты, наверное, испугалась». Обратите внимание: вы не говорите ему, что он поступил правильно или неправильно, вы говорите нечто гораздо более важное – что он попал в сложную ситуацию и вы поможете ему найти из нее достойный выход.

2. Выслушайте точку зрения учителя. Выслушайте внимательно и уважительно. Подумайте, смогли бы вы сами в подобной ситуации быстро принять верное решение (как правило, учителям и врачам приходится принимать решения очень быстро).

3. Признайте вину своего ребенка там, где он действительно виноват. «Да, он поступил глупо, когда вышел отвечать к доске с набитым ртом», «Да, он не должен был драться», «Да, моя дочь не должна была разговаривать с вами таким тоном».

4. Сформулируйте, в чем, по вашему мнению, ребенок не виноват. «Он поступил глупо, но он не хотел никого обидеть», «Он ввязался в драку,

но, кажется, его сосед по парте всерьез его “достал”», «Моя дочь очень старается сдерживаться, но сегодня она не выспалась и, возможно, поэтому сорвалась. Отчасти это моя вина: я вчера не уложила ее вовремя». Не ищите оправданий – ищите объяснений. Одной маме чувствительного, эмоционального и творчески одаренного мальчика однажды пришлось услышать от учительницы такую претензию: «Ваш ребенок часто плачет от обиды, а мальчики в 7 лет вообще не должны плакать». На что мама ответила: «Мне кажется, дети плачут, чтобы погасить стресс. Взрослые в этой ситуации обычно курят, пьют или матерятся. Пусть уж лучше плачет». Учительница с ней согласилась.

5. Спросите у учительницы, что, по ее мнению, вам следует делать в этой ситуации. Если вы не можете с ней согласиться, вежливо скажите ей об этом и объясните, почему вы так считаете. Постарайтесь прийти к взаимопониманию.

6. Расскажите ребенку о решении, которое вы приняли вместе с учительницей, и спросите, устраивает ли оно его. Если нет, обсудите ситуацию вместе с ребенком и постарайтесь найти приемлемый для всех выход. Скажите ему, в чем, по вашему мнению, он виноват, а в чем нет, и спросите, согласен ли он с такой оценкой. Если он признает свою вину, спросите у него, как он мог бы исправить ситуацию (извиниться, возместить нанесенный ущерб, сделать что-то хорошее человеку, которого обидел). Объясните ему, что нужно извиняться, даже если ты не хотел ничего плохого, а всё получилось случайно. «Извини, пожалуйста, я случайно тебя толкнул, я не хотел сделать тебе больно, мне очень жаль, что так вышло». Иногда стоит сказать ребенку, что учительница была неправа, но ее нужно простить. «Да, она не должна была кричать на тебя. Но был конец дня, она сильно устала, а когда человек устает, он часто ошибается. С тобой такое тоже бывает, правда?»

7. Спросите у ребенка, нужна ли ему ваша поддержка при разговоре с учителем (или другим участником конфликта) или он постарается всё уладить сам.

Может показаться, что я выступаю за «мир любой ценой». Это не совсем так. Да, я действительно «за мир» между родителями и учителем. Это прежде всего в интересах ребенка. Но не любой ценой. Бывают ситуации, когда приходится идти на конфликт. Психологи советуют «поставить границу» заранее, но как-то странно думать «заранее» о милой и интеллигентной женщине: «Если она назовет моего ребенка сволочью, значит, пришло время вмешаться». Поэтому примите на вооружение старинное русское правило: утро вечера мудренее. Если утром вас всё еще трясет от возмущения, а ребенок категорически отказывается идти в школу, значит, настало время действовать.

К счастью, мне (пока?) не приходилось попадать в подобные ситуации, поэтому я приведу отрывок из книги Л. Н. Лордкипанидзе, в котором она рассказывает о конфликте, возникшем между ее сыном и учительницей, и о выводах, которые она сделала из этой истории[21]*:*

«Когда-то, когда мои сыновья еще были школьниками, случилось, что меня вызвали к завучу, чтобы обвинить в плохом воспитании сына, осмелившегося дерзить учителю. Конфликт возник на уроке биологии, преподавала которую пожилая женщина-пенсионерка. Тема урока была – расы и национальности. Учительнице не нравился мой мальчик, наверное, у нее были для этого основания. Рассказывая о расовых особенностях внешности, она коснулась рукой головы Тимура и сказала:

– У всех вредных и упрямых людей жесткие волосы.

Полагаю, что она была очень удивлена, обнаружив, что его жесткие на вид черные кудри оказались мягкими, как шелк. Решив, по-видимому, быть честной, она, зная, что мама Тимура – грузинка, заявила:

– Люди кавказской национальности, особенно грузины, очень грубые и жестокие.

На что мой сын “грубо” ответил:

– С вашими взглядами вам не место в школе!

Не трудно представить реакцию учительницы…

Смущаясь – ему было обидно за меня и стыдно за учительницу, – "грубиян” пересказывал мне эту историю, потупив глаза и извиняясь за то, что мне придется пойти в школу, так как его выгнали с уроков и без родителей не допустят к занятиям.

На следующее утро, выслушав упреки завуча в адрес своего сына, “из-за которого учительница ушла домой с сердечным приступом”, я выразила сожаление только по поводу приступа. Но не стала ни оправдываться, ни извиняться за сына, потому что считала и считаю, что он был абсолютно прав. Я так и сказала завучу. “Поддерживать авторитет учителя в любой ситуации” является обязанностью родителей, по мнению школьного администратора. Мое несогласие с такой точкой зрения было расценено как “возмутительное”.

Однако я высказала свои аргументы, которые, быть может, помогут и вам не предавать своих детей. У моего сына было, есть и будет много разных учителей, а я – мама, одна. Больше, чем авторитет того или другого учителя, меня волнует, как мой сын относится ко мне; для меня важно, чтобы он доверял мне и уважал меня. Поэтому я не стану убеждать сына в том, что учитель прав, когда я уверена в обратном. Я не считаю возможным терять доверие и уважение сына ради того, чтобы поддержать сомнительный авторитет учителя. Учитель сам должен заботиться о своем авторитете.

Конечно, это не оправдывает крайностей – когда родители, не пытаясь разобраться в ситуации, во всем обвиняют учителя, считая своего ребенка безгрешным агнцем…

Не стану утверждать, что я убедила рассерженную даму. Но цель моя была в другом: хотя мой сын и не присутствовал при нашей беседе, он, я знаю, был уверен в том, что я не предам его.

Не оставляйте своего ребенка без поддержки. Вы ведь прекрасно понимаете, что любой человек может быть неправ, и учитель – не исключение. Представьте, как обидно вашему ребенку, если вы поддерживаете несправедливые обвинения в его адрес. Станьте преданным и любящим другом своего подрастающего сына, самой верной и искренней подругой своей дочери, и тогда в ваших душах и в душах ваших детей воцарится спокойствие».

Другой случай – на этот раз в старших классах. На уроке истории учитель говорит: «Поднимите руки, у кого родные были репрессированы. А теперь те, у кого бабушки и дедушки были рабочими или крестьянами. Вот видите, репрессии не коснулись рабочего класса, только интеллигенции, народ от них не пострадал». Когда одна из девочек из «неблагонадежной» семьи попыталась ей возразить, учительница оборвала ее: «Аты заткни рот!»

Словом, когда начинается «переход на личности», бороться за права ребенка можно и нужно. Личность ребенка (как и его тело) неприкосновенна. Если ребенок почувствовал себя беззащитным в той ситуации, когда взрослый повел себя по отношению к нему явно несправедливо, то эта горечь останется с ним надолго и будет отравлять ему жизнь. Нас не удивляет, что жертва физического насилия долгие годы не может восстановить доверие к людям и окружающему миру. Но жертвам психологического насилия не менее трудно наладить доверительные отношения с людьми. Именно в такой ситуации вы должны ясно дать понять ребенку, что он не один, что вы тоже считаете, что случившееся с ним неправильно, и готовы защищать его права. Поверьте, он будет вспоминать об этом с благодарностью долгие годы и передаст своим детям то же чувство защищенности и взаимовыручки.

Возможно, вам также помогут советы еще одной мамы – журналистки Л. А. Коваленко, автора книги «Диалоги с сыном», ведь отношения в треугольнике родители-ребенок-школа порой настолько сложны и неоднозначны, что стоит выслушать как можно больше различных мнений, чтобы сформулировать свое. А как мне кажется, у Л. А. Коваленко очень здравый взгляд на положение дел в школе (которое, кстати, не сильно изменилось с 1991 г., когда была написана эта книга)[22]:

«Завидую родителям, которым никогда не приходилось выслушивать учительских замечаний по поводу способностей, прилежания и послушания любимого чада. По молодости лет я настолько истово воспринимала разнообразные эти претензии, что в первый момент даже не удивилась, когда немолодая, опытная учительница посетовала, что мой сын-первоклассник "уж очень живой". "Шалит на уроках?" – встревожилась я. "Нет, как раз на уроках он очень внимателен, но вот на переменах любит побегать", – последовал ответ. По дороге домой я мучительно старалась сообразить, почему плохо ребенку семи лет от роду быть "живым" и какая существует этому состоянию приемлемая альтернатива?

В последующей школьной жизни тот разговор вспоминался мне довольно часто, очевидно, в связи со всё новыми и зачастую не совсем ясными претензиями. Материнский комплекс неполноценности, впрочем, потерял остроту после первого же родительского собрания – выяснилось, что не только мой, но и подавляющее большинство остальных детей слишком "живые", чересчур "характерные", излишне "самостоятельные" и так далее. Гораздо позже я поняла, что винить учителя в излишней придирчивости к своим питомцам по меньшей мере несправедливо. Когда под твоим крылом тридцать-сорок живых, беспокойных, шумных ребятишек, тебе не до развития каждой отдельной индивидуальности – уследить бы, чтобы носы себе не поразбивали да ноги не поломали.

Разумеется, отлично было бы иметь классы численностью по десять-пятнадцать человек, школьные здания с бассейном и компьютерным классом, специальных преподавателей по музыке, ритмике, живописи и ваянию. И еще школьного психолога. И чтобы уроки по полчаса, и физкультура каждый день, и экскурсии в музей, как в Японии, и никаких домашних заданий хотя бы на воскресенье… Наверное, когда-нибудь так и будет. А учить наших малышей и подростков станут исключительно таланты уровня Амонашвили или Лысенковой. Однако на сегодняшний день мы имеем несколько другую школу, и именно в ней, обыкновенной и в высшей степени средней, учится наш ребенок. Говорят, есть дети, прекрасно адаптирующиеся и в современной учебной обстановке, не знаю, как-то не повезло встретить. Зато девять родителей из десяти при упоминании о школьных делах сына или дочери немедленно приходят в дурное расположение духа. Кто-то на чем свет стоит поносит систему народного образования, другие удивляются низкому профессиональному и моральному уровню педагогов, третьи бранят детей. Контакт школы с семьей, тот настоящий творческий и плодотворный контакт, о каком мы все мечтаем, увы, принадлежит к разряду исключений из общего правила взаимной неприязни…

…К тому же нелепо было бы перекладывать всю без исключения ответственность за качество образования наших детей лишь на

школу. В конце концов, дети-то наши, и у кого, как не у родителей, должно больше всего болеть сердце о том, вырастет чадо Митрофанушкой или же интеллигентным человеком, независимо от того, какую выберет профессию? К несчастью, задача усложняется хроническим взаимонепониманием родителей и педагогов. В более легких случаях отношения сторон носят характер вооруженного нейтралитета, в других – превращаются в настоящее сражение, но в проигрыше всегда оказывается третий – ребенок или подросток.

Не стану утомлять вас голыми декларациями о возможности и необходимости мирного сосуществования семьи и школы, вы и сами отлично знаете, что контакт во всех отношениях выгоднее конфликта. В теории. Между тем на практике вам приходится сталкиваться с бездушием и грубостью, высокомерием и даже, что греха таить, с малограмотностью иных наставников. И это бы еще полбеды. Но в первые же школьные недели проявляются и собственные наши просчеты в подготовке малыша к новой жизни: неусидчив, суетлив, не доводит начатое до конца, в коллективе замкнут или, наоборот, чрезмерно раскован… Мы еще долго будем "кашлять" этими семейными недоделками, и ах как захочется свалить их на "смежников"-педагогов, вслух иронизируя над низкой учительской квалификацией или так же громогласно возмущаясь методикой преподавания. Душу-то мы отведем, а что пользы? Может, целесообразнее домашними методами восполнить то, что, по нашему мнению, недодали ребенку в школе? Мне кажется, такая позиция всё же более конструктивна. Раз уж современная школа не в силах обеспечить индивидуальный подход к каждому, давайте поможем и школе, и детям. Нам вроде бы сподручнее…

…Только опять же не надо во всем винить школу. Мне представляется, будто многие папы и мамы тоже страдают своеобразным недомоганием, уж не знаю, как его и квалифицировать, "школьно-родительским неврозом" что ли… В самом деле, ну почему нас так гипнотизируют выставленные в дневнике оценки, почему столь охотно обрушиваемся мы с упреками на десятилетнего шалуна, заработавшего замечание типа "хулиганил на уроке" или "бегал на перемене"? Казалось бы, чего проще – спросить у сына, отчего вдруг ему вздумалось хрюкнуть на уроке и с какой стати он носился как угорелый по коридору? Кстати, умный и внимательный педагог не стал бы пачкать страницы дневника подобными высказываниями, любое озорство можно нейтрализовать шуткой, иронией, спокойным и веским словом. И вовсе не обязательно возмущаться громко, призывать на голову "малолетнего преступника" всевозможные кары и по каждому поводу апеллировать к родительской власти.

Я вовсе не хочу вбить очередной клин между семьей и школой, однако пренебрежение "человеческим фактором" в современной системе народного образования достигло таких пределов, что, право, страшно

становится не только за знания и нравственность наших детей, но уже за их здоровье и психику. Между тем с окончанием школы жизнь-то только начинается, и никакой суперпятерочный аттестат не компенсирует понесенных потерь. Говорю об этом, опираясь в известной мере на свой личный опыт. Много лет после окончания школы пришлось мне вытравлять из своего сознания своеобразный “синдром отличницы”, приобретенный, признаться, в основном за счет собственного самолюбия, так как мои родители одинаково ровно относились к любым отметкам, изредка позволяя себе удивиться неожиданной единице. Но стремление “делать как надо” еще долго мешало мне и в учебе, и в работе, и в творчестве – страшновато было пойти по нехоженому до меня пути, а вдруг… двойку поставят?

Есть и еще одно опасное следствие несовершенства нашей школьной системы, вытравляющей одно из богатейших качеств детской да и вообще человеческой натуры – любознательность. Скажем, подавляющее большинство подростков практически не читают не связанной с программой литературы, да и программную-то пробегают “по диагонали”. Мало того, многие ребята не смотрят телевизор, не слушают радио, не берут в руки газет. Вот такая удивительная добровольная слепоглухота, с ней-то как бороться? Рецептов, разумеется, не существует. Мы, например, действовали традиционным способом – вечерами читали вслух Даррелла, Кассиля, Гоголя и Булгакова. Подсовывали сыну книжку по интересующим его темам – о кошках там или о магнитофонах, о парусных кораблях или о войне 1812 года. Вплоть до восьмого класса в выходные таскали его в музеи, на выставки или концерты, а отпуск проводили также в совместных путешествиях… Нельзя сказать, чтобы всё это мы проделывали по заранее намеченной программе – просто нам всегда интересна была жизнь сына и его личность, на глазах меняющаяся и преподносящая нам кучу сюрпризов.

…А в аттестате оказалось у нас две тройки и пополам четверок и пятерок. Впрочем, о школе сын вспоминает без всякого зла».

А ведь это и наша главная цель, правда?

ИТОГ

Проблемы в обучении

Проблема	Возможные причины	План действий	Результат

Глава 11
Пятая колонна. Родительский комитет: зачем он нужен

– Кто из вас согласится участвовать в работе родительского комитета? – без особой надежды спрашивает учительница.

И родители опускают глаза. Никому из них не хочется брать на себя лишние обязанности. А между тем они лишают себя и важного права – активно влиять на жизнь школы.

Вот что думают об участии родителей в школьной жизни сами педагоги.

«Как бы ни хотел учитель казаться беспристрастным, все родители для него делятся на три категории: активно помогающие, безразличные, агрессивно настроенные. Первые – помощники – совершенно необходимы в жизни любого класса. Учитель им доверяет и склонен внимательно относиться к их проблемам. Такие родители, если у ребенка возникают трудности, всегда имеют возможность обсудить их открыто и без стеснения, рассчитывая на понимание и дружескую помощь.

Вторые – безразличные – непонятны в своем отношении к школе и к учителю, поэтому, скорее всего, по отношению к ним возникает недоверие: неизвестно, чего от них ждать в критическую минуту.

Третьих – агрессивных – избегают всеми возможными способами. Им редко неформально идут навстречу и стараются не вникать в их сложности и проблемы; любая попытка общения с ними для учителя тяжела и опасна.

Даже если с учебой у ребенка всё в порядке, часто бывает необходимо поговорить о нем с человеком, который наблюдает его в неизвестных вам ситуациях. Учитель может рассказать вам интересные подробности его жизни, какие-нибудь факты, ускользающие от вашего внимания. Для этого учителю нужно потратить дополнительное, нерабочее время, но для вас его не жалко, если вы не раз отзывались на его просьбы о помощи, когда больше и обратиться-то было не к кому. Поэтому помогайте школе. Ищите способ помочь учителю в организации классной жизни, в ремонте помещения, в приобретении пособий, никогда ни под каким видом не игнорируйте субботники. Честное слово, некому в школе мыть окна, кроме учителей и детей. И учителя это делать не должны. Они просто хотят работать и учить детей в чистых классах, а на технический персонал школе уже десять лет как не отпускают настоящих денег. Категорическое заявление родителя «Это немое дело!» – всегда очень обидно для учителя. Оно демонстрирует ваше неуважительное отношение к нему. Вы не можете снизойти до мытья полов и окон, а он должен это делать? Но

ведь это не входит в круг его обязанностей. Вы грубо указываете ему его место на социальной лестнице в сфере обслуживания? Пожалуйста, но и учитель будет помнить: вы его не уважаете»[23].

Итак, почему вам стоит хотя бы время от времени принимать участие в работе родительского комитета? Для того чтобы наладить хорошие отношения с учителем? Это по-настоящему важно. Но это не всё.

Что может родительский комитет?

1. Позаботиться о безопасности в школе: собрать деньги на установку системы видеонаблюдения, на зарплату охраннику или гардеробщику в «закрытом» гардеробе и т. д.

2. Контролировать сбор и расходование «школьных денег». Члены родительского комитета могут открыть собственный счет и самостоятельно снимать с него деньги, расходуя на школьные нужды по решению родительского собрания. Многие родители не хотят идти в родительский комитет именно потому, что боятся подозрений в «нецелевом использовании» средств или в «вымогательстве» денег. Но такие подозрения никогда не возникнут, если родители будут видеть результаты своих вложений – новые занавески в классе, абонемент в Эрмитаж для всего класса, с любовью и умением выбранные новогодние подарки для детей. Например, в одной школе родительский комитет купил девочкам на 8 Марта в подарок наборы игрушек, в которых были нарядные короны. В тот день все девочки ходили по школе «королевами». Позже одна из мам рассказывала,

что и в комнате ее дочери, и в домах ее одноклассниц эти короны лежат на видном месте – как память о том празднике. Девочки часто наряжались в них, чтобы чувствовать себя «настоящими принцессами». Конечно же, их родители тоже были очень довольны.

Нет ничего проще, чем жаловаться на «поборы». Взять денежные вопросы в свои руки и позаботиться о том, чтобы деньги, заплаченные родителями, возвращались их же детям, труднее, но гораздо эффективнее.

Если же вы предполагаете, что администрация школы расходует деньги «наличные нужды» или применяет меры воздействия к тем, кто не хочет платить «добровольные взносы», вы можете обратиться в Комитет по образованию, воспользовавшись «горячей линией». Телефон можно узнать в справочной службе или в телефонном справочнике. Вам не придется называть свою фамилию, только номер школы и описание сложившейся ситуации.

3. Помогая учителю провести детские праздники, организовать для детей интересные экскурсии и выезды за город, родители способствуют тому, чтобы класс был дружным, не разбивался на враждующие группки.

4. От родителей зависит выбор дополнительных занятий, которые будут проводиться в школе. По просьбе родителей администрация школы может пригласить педагога, который организует театральную студию, будет заниматься с детьми дополнительно бальными танцами, спортивной борьбой или углубленным изучением иностранного языка. Такие занятия, возможно, не всегда будут платными. Школа также может организовать выезды детей в бассейн или в оборудованный спортивный зал для занятий теннисом. Зачастую всё, что нужно, – это немного инициативы.

5. Родители могут многое сделать для того, чтобы класс был уютным, чтобы детям в нем было удобно учиться.

6. Родители должны следить за питанием, которое дети получают в школе, и при необходимости предъявлять требования к администрации школы, районному отделу образования и в Комитет по образованию. Например, в Санкт-Петербурге запрещены к продаже в школьных буфетах чупа-чупсы, чипсы, сладкие газированные напитки, т. е. если родителям не удается найти взаимопонимание с администрацией школы, вы можете искать союзников в Управлении социального питания.

7. Родители должны немедленно обращать внимание администрации школы на случаи воровства, вымогательства, запугивания и другие криминальные явления в среде детей. Такие случаи необходимо пресекать сразу же и жестко – это поможет не только жертвам малолетнего преступника, но и ему самому.

8. Родители также могут повлиять на атмосферу, сложившуюся в классе. В качестве примера приведу рассказ мамы одной первоклассницы. «Это было перед выпускным праздником. Шефы подарили классу стопку красивых книг. К сожалению, книг на всех не хватило, и было решено, что их вручат только лучшим ученикам. У моей дочери были все шансы получить одну из этих премий, но когда я услышала об этом, у меня всё равно всё вскипело в душе. Как же так, одни дети уйдут счастливыми, а другие унесут с собой страшное горе? Ведь не так важен подарок, как чувство, что тебя не забыли, не обделили. И для плохих учеников это еще важнее, чем для хороших. Ведь хорошие и так знают, что они хороши. При этом я испугалась и за собственную дочь. Что если она увидит, что она получила подарок, а другие дети не получили, и будет в душе злорадствовать, а может быть, даже дразнить этих детей. Словом, я взяла деньги из “общей кассы”, поехала и купила еще книжек, чтобы хватило на всех. Мне пришлось потратить на поиск книг около часа, зато я знаю, что никто из наших учеников не ушел с последнего урока в 1-м классе обиженным».

Конечно, всё это дополнительная работа. Но это работа во имя благополучия наших детей. И кстати, ваш ребенок сможет гордиться результатами вашего труда и получит у вас важнейшие уроки серьезного

и ответственного отношения к делу. Ему будет приятно думать и говорить: «Это окно вымыла моя мама. Эту экскурсию организовал мой папа». На это стоит потратить время и силы.

Каким я хотел(а) бы видеть класс и школу, где учится мой ребенок?	Что я могу для этого сделать?

Глава 12
Победа. Чему должны научить ребенка в начальной школе

Итак, вы и ваш ребенок преодолели долгий путь. Теперь можно подвести итоги. Конечно же, родителям хочется узнать, «правильно ли» учили вашего ребенка в течение этих лет. Приведу приблизительный список знаний и умений, которыми должен овладеть школьник к концу начальной школы. Если у вас возникнут вопросы, вы можете попросить у завуча начальной школы сборник под названием «Министерство образования Российской Федерации. Программы образовательных учреждений. Начальные классы 1–4». Там можно найти подробное изложение всех существующих школьных программ, их задач и объема знаний, который они предполагают.

Чтение и письмо

К концу первого класса ученики должны:

– знать все звуки и буквы русского алфавита, уметь писать строчные и заглавные буквы, а также их соединения;

– без ошибок списывать письменный и печатный текст;

– правильно выделять и называть гласные и согласные звуки в словах;

– различать мягкие и твердые, звонкие и глухие согласные звуки, обозначать мягкость на письме с помощью мягкого знака и букв **е, ё, ю, я, и;**

– правильно писать сочетания **жи – ши, ча-ща, чу-щу, чк, чн;**

– писать с заглавной буквы имена, клички животных, географические названия;

– ставить ударение в словах;

– правильно переносить слова;

– вычленять отдельные слова из предложения, находить слова, отвечающие на вопросы: кто? что? какой? (какая? какое? какие?) что делает? (что сделал?);

– употреблять заглавные буквы в начале предложения и знаки препинания в конце;

– писать под диктовку 3–4 предложения из 3–5 слов, написание которых не расходится с произношением;

– читать плавно по слогам или целыми словами со скоростью примерно 25–30 слов в минуту, соблюдать паузы между предложениями;

– уметь устно составить рассказ из 3–5 предложений.

Русский язык

К концу четвертого класса учащиеся должны:

– знать русский алфавит и применять его в практической деятельности (работать со словарем, каталогом, списком);

– знать названия частей слова, находить корни, суффиксы, приставки, окончания, подбирать однокоренные слова, образовывать слова с помощью суффиксов и приставок;

– правильно писать слова с безударными гласными в корне, звонкими, глухими, двойными, непроизносимыми согласными, с разделительными твердым и мягким знаками, а также словарные слова;

– уметь находить имена существительные, прилагательные, местоимения, глаголы, предлоги;

– правильно писать ***не*** с глаголами, раздельно писать предлоги;

– изменять имена существительные по числам, в единственном числе – по падежам, согласовывать прилагательное с существительным по роду и падежу, изменять глагол по временам и в прошедшем времени по родам;

– выделять члены предложения и правильно ставить к ним вопросы;

– ставить запятую в предложениях с однородными членами;

– произносить предложения с правильной интонацией в зависимости от знака препинания;

– писать под диктовку текст из 75–80 слов;

– распознавать тексты-повествования, описания, рассуждения, определять тему и основную мысль автора (в том числе если она прямо не сформулирована);

– делить прочитанный текст на части, составлять простой план и писать изложение по нему (60–75 слов);

– писать небольшие сочинения по сюжетной картинке, личным наблюдениям;

– составлять устный ответ-рассуждение;

– использовать в письмах вежливые формы для выражения просьбы, благодарности, извинения, отказа, приглашения, поздравления.

Литературное чтение

К концу четвертого класса учащиеся должны:

– выразительно читать тексты при темпе не менее 90-110 слов в минуту вслух (про себя на 15–20 слов быстрее);

– воспринимать тексты на слух;

– находить заглавие книги, фамилию автора, аннотацию, назвать несколько книг, написанных одним автором, находить биографические сведения об авторе;

– самостоятельно составлять аннотацию к книге;

– пользоваться оглавлением книги;

– пользоваться толковым словарем;

– пользоваться каталогом и картотекой;

– определять тему и основную мысль прочитанного текста;

– делить текст на смысловые части и составлять план;

– составлять пересказ текста (в том числе от имени одного из персонажей), придумывать начало повествования или его возможное завершение;

– выделять в тексте слова автора, действующих лиц, пейзажные и бытовые зарисовки;

– определять авторское отношение к персонажам, цель написания текста, авторскую позицию, аргументированно подтверждать или оспаривать ее;

– обращать внимание на особенности авторского языка, знать, что такое сравнение, эпитет, олицетворение, повтор, звукопись, рифма;

– уметь описать персонажа, рассказать его историю, описать чувства, которые он испытывал, выразить свое отношение к персонажу;

– уметь рассказать о собственных чувствах при чтении произведения;

– знать наизусть не менее 15 стихотворений классиков отечественной или зарубежной литературы;

– знать не менее 6–7 фольклорных сказок и уметь их пересказывать, не менее 10 пословиц, 2–3 крылатых выражения;

– знать названия, темы и сюжеты 2–3 произведений классических писателей;

– знать, что такое миф, сказка, басня, былина, баллада, пьеса, автобиографические произведения, мемуары, рассказ, повесть, сказочная повесть, фантастическая повесть;

– знать отличия художественной литературы от познавательной.

Математика

К концу четвертого класса учащиеся должны:

– знать названия и последовательность чисел в натуральном ряду, знать разряды чисел, уметь записывать и сравнивать числа в пределах 1 000000;

– выполнять сложение, вычитание, умножение (на однозначное, двузначное и трехзначное число), деление на однозначное и двузначное число и их проверку;

– знать таблицу сложения и умножения (на уровне автоматизированного навыка);

– записывать и вычислять значения числовых выражений в 4–5 действий;

– решать задачи в 1–4 действия;

– пользоваться буквенными выражениями (формулами) и подставлять в них предложенные числа; выполнять устный счет в пределах 100;

– решать простейшие уравнения с одним неизвестным;

– уметь измерять длину отрезка, длину ломаной линии, периметр многоугольника;

– находить площадь прямоугольника;

– уметь определять время по часам;

– знать, в каких величинах измеряются цена, количество, время, скорость, расстояние;

– выполнять арифметические действия с этими величинами;

– знать основные геометрические фигуры;

– знать виды углов (острый, прямой, тупой);

– знать определение прямоугольника (квадрата) и свойства его сторон;

– уметь строить отрезок заданной длины;

– уметь строить прямоугольник и квадрат с заданной длиной сторон;

– уметь читать и записывать дроби, сравнивать, складывать и вычитать дроби с одинаковым знаменателем, уметь находить часть числа, выраженную дробью;

– уметь пользоваться круговыми и столбчатыми диаграммами.

«Окружающий мир»

В рамках этого курса ученик должен:

– знать, что такое планета, что такое звезда;

– знать причину смены дня и ночи, времен года;

– знать названия материков, океанов;

– знать, что такое полюса, экватор, параллели, меридианы;

– знать, что такое тело (объект) и вещество, природные и искусственные, живые и неживые тела;

– знать формы твердой поверхности (равнина, холм, гора, овраг),

– виды водоемов (река, пруд, озеро, море, океан);

– знать основные свойства, состояния и состав воды и воздуха;

– знать, что такое почва и горная порода;

– знать, что такое глобус, карта и т. д.;

– знать, что такое горизонт;

– уметь ориентироваться на местности по солнцу, компасу, природным ориентирам;

– уметь пользоваться термометром, часами, календарем;

– уметь определять на глобусе и картах страны света и некоторые географические объекты, например Россию, свой город (область, край);

– находить на исторической и современной картах России территорию государства, крупные города, места исторических событий;

– рассказывать о родной стране, столице;

– рассказывать о наиболее важных событиях в истории Отечества;

– знать свой адрес и уметь писать его на конверте, ориентироваться в своем районе (городе, селе);

– знать символику России: ее столицу, флаг, герб, гимн и т. д.;

– знать название основного закона страны;

– знать народы, населяющие Россию (не менее трех);

– знать права ребенка;

– различать элементарные этические и эстетические понятия (добро – зло, трудолюбие – леность, красиво – некрасиво);

– знать примеры исторических и культурных памятников страны (не менее трех);

– знать примеры достопримечательностей родного края (не менее трех);

– определять последовательность исторических событий (раньше, позже);

– соотносить год с веком;

– знать об основных событиях, происходящих в стране и в мире, уметь выразить свое отношение к ним;

– знать природные зоны России, особенности их природы и хозяйства, экологические проблемы в этих зонах;

– важнейшие полезные ископаемые, водоемы, растительный и животный мир своего края;

– уметь различать хвойные и лиственные растения, съедобные и несъедобные грибы, дикорастущие и культурные растения;

– знать виды редких и исчезающих растений и животных своего края;

– знать, какие животные и растения живут в лесу, в лугах, у водоемов и т. д.;

– знать, что такое основные виды деятельности людей, их экологическая оценка;

– знать некоторые взаимосвязи в природе (между сезонными изменениями и изменениями в жизни растений и животных, между условиями обитания и особенностями внешнего вида и образа жизни растений и животных), связи между природой и человеком;

– находить в учебнике и в дополнительной литературе сведения по определенной теме и излагать их на уроке в виде сообщения или рассказа;

– знать и соблюдать правила поведения на природе;

– знать основные части тела человека, их функции;

– знать основные способы сохранения и укрепления здоровья, полезные и вредные привычки человека;

– уметь составлять режим дня, заботиться о своем здоровье; знать и соблюдать правила поведения на дорогах, в общественных местах, выбирать безопасные маршруты, принимать правильные решения в экстремальных ситуациях (пожар, наводнение, выход на лед);

– оказывать первую помощь при обморожении, ожогах, солнечном ударе, ушибах, ссадинах.

Литература

1. Аромштам М.С. Дом, в котором живет малыш. Ярославль: Академия развития, 2001.

2. Безруких М. Леворукий ребенок в школе и дома. Екатеринбург, 1998.

3. Гаврила С. Е., Кутявина Н. Л., Топоркова И. Г. Развиваем руки – чтоб учиться и писать, и красиво рисовать. Ярославль, 1997.

4. ГраникГ. Е, Бондаренко С.М., Концевая Л. А. Секреты орфографии. М.: Просвещение, 1991.

5. Доброхотова Т. А., Брагина Н. Н. Левши. М., 1994.

6. Интакова О. Леворукие дети и математика // Начальная школа. 2003. № 21, 22, 24, 29, 32, 34, 38, 39, 41, 46. 2004. № 1, 2, 6, 8.

7. Киселев А. Ф. О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе // Начальная школа. 1999. № 9.

8. Коваленко Л. А. Диалоги с сыном. М.: Педагогика, 1991.

9. Лордкипанидзе Л.Н. Книга о детях для думающих взрослых. СПб.: Союз, 2000.

10. Макарьев И. Если ваш ребенок левша. СПб., 1995.

11. Малаховская О. В. Литературное чтение: Тетрадь для самостоятельной работы. М.: Академкнига, 2005.

12. Министерство образования Российской Федерации. Программы образовательных учреждений. Начальные классы 1–4. М.: Просвещение, 2002.

13. Мир детства: младший школьник / Под ред. А. Г. Хрипковой. М.: Просвещение, 1988.

15. Настольная книга учителя начальных классов / Авт. – сост. Л. С. Бескоровайная, О. В. Перекатьева. Ростов, 2004.

16. Пальмано П. Школа хороших манер для детей. М.: РИПОЛ Классик, 2006.

17. Пунский В. О. Азбука учебного труда. М.: Просвещение, 1988.

18. Романова Ю. Я – левша // Воспитание школьников. 2002. № 8.

19. Спрингер С., Дейч Г. Левый мозг, правый мозг. М., 1983.

20. Сухомлинский В. А. Сердце отдаю детям. Киев: Радянська школа, 1973.

21. Филякина Л. К. Мама, скажи… // Учительская газета. 1988. 13 января.

22. Чекин А. Л. Математика. 1 класс: Учебник-тетрадь: В 2 ч. Ч. 2. М.: Академкнига, 2005.

23. ШкляроваТ. В. Справочник для начальных классов. М., 1994.