

Нерідко у перші місяці навчання дитина, яка вміє добре читати і рахувати, не проявляє інтересу на уроках, порушує дисципліну, конфліктує з однолітками. Причина такої поведінки — психологічна неготовність до школи. Хоча дитина отримала дошкільну освіту, вона ще не має достатньої психологічної стабільності, високої самооцінки та соціальних здібностей. Аби сформувати ці якості у дитини та підготувати її до майбутнього навчання безболісно — проведіть роботу з її батьками та майбутніми педагогами



Аліна Кучеренко,  
практичний психолог ДНЗ №1  
«Північне сяйво», Миколаїв

## Як підготувати батьків ДО ВСТУПУ ДИТИНИ ДО ШКОЛИ: КОНСПЕКТ ЗАНЯТТЯ

Початок навчання у першому класі — відповідальний і складний період у житті дитини, бо під час нього відбувається чимало змін: дитина знайомиться з новими дорослими та однолітками, у неї з'являються нові уподобання та обов'язки, змінюється тип діяльності. Якщо у дошкільному віці провідним типом діяльності дитини була гра, то зі вступом до школи її змінює навчання.

Щоб зрозуміти, чи готова дитина до таких кардинальних змін, психологи ввели поняття «готовність дитини до навчання». Це поняття комплексне, багатогранне, охоплює всі сфери життя та діяльності майбутнього першокласника. Зазвичай розрізняють **педагогічну та психологічну готовність дитини до школи**.

Педагогічна готовність до навчання передбачає здебільшого вміння читати, рахувати та писати. Утім, самі собою ці вміння та навички не гарантують того, що дитина навчатиметься успішно.

Чимало фахівців стверджує, що фізичний розвиток — запорука успішного навчання дитини у школі. Справді, для навчання дитині потрібні сили: вона має бути фізично готова щодня носити портфель, сидіти 30-35 хв на уроці, правильно тримати ручку, писати й зосереджуватися тривалий час. Утім, не менш важливий показник — психологічна готовність дитини до школи. Зазвичай фахівці виокремлюють у ній **чотири компоненти** (табл.).

Психологічна готовність до школи — системна характеристика психічного розвитку дитини, що передбачає сформованість здібностей та якостей, які дають дитині змогу виконувати навчальні завдання та прийняти соціальну роль школяра.

Щоб дитина почувалася у школі комфортно і не відчувала труднощів адаптації, потрібно плавно підвести її до нового періоду у житті. Утім, нерідко батьки не знають, як правильно це зробити, бо хвилюються не менше, аніж майбутній першокласник. Аби допомогти

### Компоненти психологічної готовності дитини до навчання в школі

Соціальний	Емоційно-вольовий	Інтелектуальний	Мотиваційний
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Адекватна самооцінка</li> <li>• Толерантність</li> <li>• Потреба спілкуватися з іншими людьми</li> <li>• Вміння зважати на інтереси групи дітей, налагоджувати взаємини з однолітками та дорослими</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Позитивний настрій</li> <li>• Вміння стримувати негативні емоції, керувати своєю поведінкою</li> <li>• Емоційна стійкість</li> <li>• Довільні пізнавальні процеси — мислення, пам'ять, увага, уява</li> <li>• Вміння робити не лише те, що цікаво, а й те, що потрібно, доводити розпочату справу до кінця</li> <li>• Вміння адекватно висловлювати свої думки, емоції, бажання, розуміти емоції та настрої оточення</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Розвинуті сприйняття, дрібна моторика, усне мовлення, здатність навчатися, мислення — вміння виокремлювати та розуміти важливі ознаки та зв'язки між предметами</li> <li>• Стійка пізнавальна увага</li> <li>• Вміння відтворювати щось за зразком</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Бажання йти до школи</li> <li>• Усвідомлення мети навчання, завдань, правил поведінки у школі</li> <li>• Знання про нові поняття/явища/речі, які з'являються у житті й пов'язані з навчанням</li> </ul>

мамам і татам подолати страхи та встановити довірчі взаємини з педагогами, ми проводимо для батьків заняття з елементами тренінгу. Мета такого заняття — розширити уявлення батьків, чиї діти відвідують старшу групу, про готовність до шкільного навчання. Також заняття спрямоване налагодити співпрацю ЗДО, школи та сім'ї щодо успішної адаптації дитини до школи. Орієнтовна тривалість заняття становить 70-90 хв.

Отже, підготовка до школи — складний і відповідальний процес, справжнє випробування як для майбутніх першокласників, так і для їхніх батьків. Під час неї варто враховувати чимало аспектів, зокрема психологічну, мотиваційну, емоційну та інтелектуальну готовність дитини до навчання в школі. Саме ці компоненти сприяють успішній навчальній діяльності дитини, поліпшують її адаптацію до нових умов та забезпечують безболісне входження до нової системи взаємин.

### У перший клас — без хвилювань!

#### Конспект заняття з елементами тренінгу для батьків

##### ВСТУПНА ЧАСТИНА

Вихователь та практичний психолог розпочинають заняття вступним словом, повідомляють тему та мету заняття. Фахівці наголошують на тому, що заняття проходитиме у незвичній формі, відтак під час нього учасники і гратимуться, і працюватимуть, і експериментуватимуть. А ще матимуть змогу долучи-

тися до процесу обговорення проблеми, ліпше пізнати себе і власних дітей.

##### Вправа «Чарівний клубочок»

*Мета:* познайомити учасників одне з одним та налаштувати на подальшу роботу, формувати вміння працювати у команді.

**Матеріали:** клубок із різнокольорових стрічок.

**Хід:** практичний психолог пропонує учасникам стати кружка й уявити себе першокласниками. Учасник, що починає вправу, має взяти в руки клубок та назвати своє ім'я так, як він хотів би, щоб до нього зверталися у школі, а відтак — залишити у себе частину стрічки й кинути клубок наступному учаснику. Практичний психолог може також запропонувати учаснику назвати власну рису характеру, що починається на ту саму літеру, що і його ім'я.

Коли всі учасники виконають вправу, практичний психолог звертає їхню увагу на те, що всередині кола утворився імпровізований лабіринт із різнокольорових стрічок. Фахівець запитує учасників, що він їм нагадує, які асоціації викликає. Після цього практичний психолог пояснює, що імпровізований лабіринт — шлях дорослішання, який дитина та батьки мають пройти разом. А відтак пропонує учасникам по черзі, не випускаючи стрічку з рук, вийти з цього лабіринту — розплутати стрічки.

#### Вправа «Правила»

**Мета:** наголосити на необхідності дотримуватися правил під час заняття.

**Матеріали:** ватман формату А2, маркери, магнітна дошка або фліпчарт.

**Хід:** практичний психолог знайомить учасників із загальними правилами роботи у групі та пояснює, що вони потрібні, аби створити комфортну атмосферу для співпраці. У такій атмосфері кожен учасник зможе відкритися,

невимушено висловлювати власні почуття та погляди, не боятися глузувань і критики. А ще буде впевненим у тому, що всі його особисті проблеми залишаться у межах групи. Відтак практичний психолог озвучує правила роботи, учасники обговорюють їх та колективно затверджують — записують на ватмані й прикріплюють його на дошці.

#### Орієнтовні правила роботи у групі:

- проявляти активність — під час заняття немає глядачів, а лише учасники
- бути щирим, зберігати почуття гумору
- говорити коротко і від свого імені, не перебивати співрозмовника
- слухати і чути кожного
- не критикувати думки та погляди інших
- забезпечувати конфіденційність
- вимкнути мобільний телефон або інші девайси, що можуть заважати

#### Вправа «Кольорові кульки»

**Мета:** визначити, що учасники очікують від заняття, налаштувати їх на подальшу роботу.

**Матеріали:** різнокольорові паперові заготовки у формі кульок та фломастери — для кожного учасника, плакат із зображенням великої повітряної кулі.

**Хід:** вихователь заздалегідь розкладає на столі різнокольорові заготовки. Кожен учасник має обрати одну заготовку та написати на ній, чого він очікує від заняття. Відтак він має озвучити свої бажання та прикріпити паперову кульку до плакату.

### ОСНОВНА ЧАСТИНА

Практичний психолог читає міні-лекцію\*. Її мета — розширити знання учасників про те, як підготувати дитину до вступу до школи. Далі фахівець пропонує учасникам виконати спеціально дібрані вправи.

#### Вправа «Ложки»

**Мета:** ознайомити батьків з терміном «дитина, що недогралася», допомогти усві-

домити, як дитина дошкільного віку засвоює знання.

**Хід:** практичний психолог пропонує батькам поміркувати, що може означати твердження «Дитина, яка добре і вміло гралася до школи, буде навчатися добре і вміло». Відтак фахівець пропонує батькам уявити три ложки — маленьку, середню та велику, що символізують обсяг подачі знань дошкільнику. Практичний психолог пропонує батькам поміркувати, за допомогою якої ложки слід подавати дитині знання. Після колективного обговорення

\* Орієнтовний текст виступу практичного психолога подано у статті. — Прим. ред.

фахівець підводить батьків до думки, що дорослі хочуть, аби дитина знала все й одразу, тому беруть надто велику ложку» й починають виховувати та навчати дитину стрімкими темпами. Утім, дитині складно «проковтнути» стільки знань: вона засвоює їх поверхово або взагалі припиняє цікавитися чимось новим. Тож практичний психолог зауважує, що під час дошкільного періоду важливо не перевантажувати дитину інформацією й бажано подавати її дозовано. Оскільки у дитини, яка недогралася, рано чи пізно виникають проблеми з навчанням, здоров'ям, болісно проходять вікові кризи. Тож твердження, яке він запропонував на початку вправи, є справедливим.

#### **Вправа «Дорога від садочка до школи»**

**Мета:** з'ясувати, що сприяє успішній адаптації дитини до шкільного навчання, яку роль у ній відіграють батьки.

**Матеріали:** паперові заготовки — цеглинки та сходинки, на яких написані чинники успішного навчання та виховання дитини у дитячому садку та школі, плакат із зображенням приміщення школи та дитячого садочка.

**Хід:** вихователь пропонує учасникам порівняти, як жила дитина у садочку, і як змінився її життя у школі. А відтак поміркувати, що має робити дорослий, аби дитині було не страшно перейти з одного закладу освіти до іншого. Для цього учасники об'єднуються у три команди, а вихователь роздає їм паперові заготовки. Учасники першої та другої команд мають розглянути цеглинки, й обрати ті, за допомогою яких можна побудувати фундамент дитячого садка та школи відповідно. А учасники третьої команди мають обрати сходинки, що ведуть від садочка до школи, і якими мають пройти дорослий разом з дитиною. Коли учасники оберуть відповідні заготовки, вони мають приклеїти їх до плакату й пояснити свій вибір. Наприкінці вправи вихователь приводить учасників до розуміння, що найголовніше для дитини не вміння і навички, а впевненість у своїх силах та підтримка батьків.

#### **Вправа «Почуття»**

**Мета:** наголосити на необхідності прислухатися до почуттів дитини, спробувати зрозуміти її хвилювання, пов'язані з навчанням у школі.

**Матеріали:** аркуші паперу формату А5 та ручки — для кожного учасника.

**Хід:** практичний психолог зауважує, що нерідко дорослі не можуть зрозуміти, як важко дитині у перші дні навчання. Дорослі не можуть збагнути, що вона відчуває, чому плаче й не хоче йти до школи. Щоб зрозуміти іншу людину, потрібно поставити себе на її місце і пережити все те, що переживає вона. Тож він пропонує учасникам відчувати, з якими труднощами стикається дитина на порозі шкільного життя. Для цього фахівець роздає учасникам аркуші й наголошує, що працювати потрібно швидко, не роздумуючи. Відтак пропонує виконати такі команди —

- написати у правому верхньому куті аркуша своє ім'я та обвести його;
- намалювати п'ять маленьких квадратів у лівому верхньому куті аркуша;
- поставити хрестик у кожному квадраті;
- написати своє прізвище у верхній частині аркуша;
- написати числову комбінацію 123 під ім'ям у правому верхньому куті й обвести її;
- поставити хрестик у лівому нижньому куті аркуша, обвести його трикутником;
- порахувати вголос від 10 до 1;
- написати у прямокутнику слово «кут»;
- зробити гострим кінчиком олівця три маленькі дірочки у верхній частині аркуша;
- крикнути «Я закінчив (-ла)!».

Після того, як усі виконають завдання, практичний психолог запитує учасників, які почуття у них виникали, доки вони не отримали завдання (*Страх, тривога, розгубленість, бажання схватись, щоб ніхто не бачив, страх від того, що не впорашся із завданням і будеш посміховиськом.*) А відтак пояснює, що те саме відчувають діти, які щойно переступили поріг школи. Аби полегшити адаптацію дитини до нових умов, дорослі мають заспокоїти її, вселити в неї віру і впевненість у власні сили.

#### **Вправа «Експеримент»**

**Мета:** допомогти усвідомити, що виховання дитини — нелегкий процес, який потребує терпіння.

**Матеріали:** аркуші паперу формату А3 та ручки — для кожного учасника.

**Хід:** практичний психолог просить учасників написати на аркуші ведучою і зручною

рукою слово «першокласник». А потім взяти ручку іншою рукою й написати це саме слово. Практичний психолог пропонує учасникам придивитися до написів і зауважити, як рівно і красиво вони пишуть однією рукою і як їм важко та незручно писати другою. Фахівець підводить учасників до розуміння, що у житті відбувається там само: сьогодні можна з легкістю розв'язати якесь завдання, а завтра — можуть виникнути труднощі.

#### Вправа «Яблучко»

*Мета:* показати батькам, що їхні діти — їхнє дзеркальне відображення.

*Матеріали:* ручки та різнокольорові паперові заготовки у формі яблук — для кожного учасника.

*Хід:* вихователь роздає учасникам заготовки та пропонує написати на них ліворуч — позитивні риси своєї дитини, які їй знадобляться у школі, а праворуч — риси, які гальмуватимуть її навчання. Вихователь пропонує учасникам уважніше поглянути на форму заготовок й згадати відоме прислів'я «Яблучко від яблуні недалеко падає». Відтак пропонує переглянути плюси та мінуси й підкреслити ті риси, які притаманні учасникам, і ті риси, які дитина успадкувала від них. Після цього вихователь запитує, чи збіглися ці риси.

#### Релаксація «Я люблю свою дитину»

*Мета:* знімати емоційне напруження, розслаблятися.

*Матеріали:* аудіопрограваач та аудіозаписи зі спокійними мелодіями, улюблені іграшки дітей.

*Хід:* практичний психолог пропонує батькам уявити свою дитину за допомогою її улюбленої іграшки й повторювати афірмації —

- Я люблю тебе просто тому, що ти мій син/моя донька!
- Я завжди буду поруч!
- Я завжди знайду для тебе час!
- Я любитиму тебе навіть тоді, коли матиму поганий настрій!
- Я завжди прийду тобі на допомогу!
- Я завжди підтримаю і зрозумію тебе!

#### Вправа «Складники успіху»

*Мета:* розвивати групову взаємодію.

*Матеріали:* різноколірні картки, на яких зображені складники успіху.

*Хід:* вихователь об'єднує учасників у три команди й пропонує їм створити спільний колаж. Команди мають обрати серед запропонованих карток ті складники, які батьки в змозі надати дитині, аби вона досягла успіху у навчанні — перша команда, у житті — друга, у родині — третя. Далі учасники створюють спільний колаж.

### ЗАКЛЮЧНА ЧАСТИНА

#### Рефлексія «Кульки звершень»

*Мета:* отримати зворотній зв'язок, підбити підсумки заняття.

*Хід:* практичний психолог обговорює з учасниками —

- чи справдилися їхні очікування;
- чи змінилася їхня думка про проблему;
- чи змінилося їхнє бачення того, як можна допомогти дитині адаптуватися до навчання.

За бажання учасники висловлюють свої думки та враження щодо заняття.

#### Вправа «Куля мрій»

*Мета:* закріпити позитивне емоційне тло тренінгового заняття.

*Матеріали:* повітряна кулька, насос, маленькі паперові смужки — для кожного учасника.

*Хід:* практичний психолог пропонує учасникам скористатися «унікальним шансом» й здійснити свої мрії щодо навчання дитини у школі. Для цього кожен учасник має написати на аркуші паперу звертання до вчителів: «Я бажаю, своїй дитині у школі...». Відтак учасники складають аркуші з побажаннями та мріями у повітряну кульку, надувають її. А після цього дружно говорять: «Ми хочемо, щоб у наших дітей було щасливе майбутнє!»

Вихователь та практичний психолог дякують учасникам за плідну співпрацю. Насамнінець пропонують показати долоні й уявити на правій посмішку, на лівій — радість. А щоб вони не втекли, учасники мають поєднати їх в оплески. Фахівці бажують учасникам та їхнім дітям легкого та цікавого навчання.