**Консультация для родителей**

**“Ребёнку 6 лет: что он должен уметь и как определить его готовность к школе?”**

Ребёнок подрос, и календарь говорит родителям, что остался всего один год до школы. Как понять, готов он или нет? Что должен уметь ребёнок в 6 лет? Может, надо ещё годик подождать? Вдруг требуется помощь специалистов? Так много вопросов – давайте искать на них ответы.

**Возрастные особенности детей 6-7лет**

6-7 лет – это переходный возраст от дошкольников к младшим школьникам. Конечно, отдавая ребёнка в школу, мы надеемся, что он тут же перестроится на новый ритм жизни и станет взрослым. Но так не бывает – дети меняются постепенно.

**Общее**

Перечислить все аспекты возрастных изменений довольно сложно: меняется внимание, мышление, память, активно развивается речь, ведущий тип деятельности постепенно смещается с игры на учёбу.

1. Ребёнок в этом возрасте уже должен знать:

2. Свои фамилию и имя.

3. Адрес.

4. Имена и телефоны родителей.

5. Времена года и их признаки.

6. Названия месяцев, дней недели.

7. Названия животных, птиц, рыб, насекомых, растений, транспорта, мебели, посуды, электроприборов и т. д.

В этот период происходит интенсивное совершенствование опорно-двигательной и сердечно-сосудистой систем организма, развитие центральной нервной системы и мелкой моторики.

Дети 6 лет способны отслеживать свои эмоции, контролировать импульсы. Они проявляют интерес к более сложным играм и занятиям. Им ясны правила общения, они понимают границы дозволенного. Шестилетки способны оценить результаты своего труда: порадоваться, когда получилось, и расстроиться, – если нет.

**Мальчики**

Мальчики чаще, чем девочки проявляют признаки гиперактивности в этом возрасте. Им сложнее концентрироваться на обучении, вследствие чего мальчики могут отставать в изучении письма и чтения.

Необходимо обеспечить ребёнку правильный ориентир мужественности, сформировать понятия «отвага» и «честь». Дети в этом возрасте уже способны понимать, что такое смелость, ответственность, защита слабых.

**Девочки**

Девочки в 6 лет любят примерять на себя различные роли, их увлекают игры наподобие «дочки-матери», где необходимо играть определённую роль. «Школа», «кухня», «магазин» позволяют девочкам активно развивать коммуникативные навыки, усидчивость и аккуратность. Это, в свою очередь, становится хорошим подспорьем в обучении навыкам чтения и письма.

Если в семье растёт дочка: воспитываем девочек правильно.

**Что должен уметь и знать ребёнок в 6 лет по ФГОС? Готовимся к школе**

Успешным завершением дошкольного образования по ФГОС считается, если ребёнок:

- положительно относится к себе, окружающему миру, труду и другим людям;

- у ребёнка адекватная самооценка;

- ребёнок инициативен и активен при выполнении творческих, учебных и игровых заданий;

- он может самостоятельно придумать себе занятие и выбрать компанию для игры;

- знаком с культурой своей страны и умеет поступать соответственно;

- ребёнок овладел коммуникативными навыками – умеет устанавливать и поддерживать контакт со сверстниками и взрослыми, проявлять эмпатию, решать конфликтные ситуации;

- у ребёнка развито воображение, он может использовать его в игре, творческих заданиях;

- ребёнок умеет отличать реальный мир от фантазийного, знаком с нормами и правилами общества, придерживается их;

- речь достаточно развита, ребёнок говорит чётко, предложения длинные и сложные.

- он может пересказать сюжет сказки или рассказать свою историю, способен поддерживать разговор со сверстниками и взрослыми;

- мелкая и крупная моторика достаточно развиты. Ребёнок вынослив, способен на точные движения;

- ребёнок способен контролировать свои импульсы и волевыми усилиями соответствовать принятым нормам и правилам общества;

- ребёнок знает и соблюдает правила безопасного поведения и личной гигиены;

- ребёнок активно изучает окружающую среду и устройство мира, старается делать выводы и искать причинно-следственные связи. Может принимать решения на основе имеющихся данных.

**Что нужно знать о психологической готовности ребёнка к обучению?**

**Физическое и физиологическое развитие**

Дети дошкольного возраста сильно меняются и всё больше становятся похожи по физиологическим показателям на взрослых. Головной мозг у детей 6-7 лет практически сформирован и по активным функциям не уступает взрослому мозгу. Вырастает выносливость опорно-двигательного аппарата – ребёнок способен спокойно переносить длительные прогулки, не испытывая серьёзной усталости. Кости становятся крепче, однако позвоночник всё ещё достаточно пластичен, поэтому, чтобы избежать искривлений, необходимо отслеживать, как ребёнок сидит за столом.

Рост и вес очень сильно зависят от генетической предрасположенности ребёнка. Чем выше родители, тем выше будут дети. Поэтому рост к семи годам варьируется от 113 до 124 сантиметров, а вес от 21 до 25 килограммов.

Поскольку возраст шести лет характеризуется активным ростом организма, чтобы избежать детского ожирения, необходимо стимулировать подвижный образ жизни ребёнка. Для столь сильного скачка также важно, чтобы питание было здоровым и содержало сбалансированное количество необходимых веществ.

**Моторика**

**Мелкая моторика**

Детская рука становится всё более ловкой. Ребёнок способен правильно взять ручку и карандаш и выполнить простые манипуляции: провести непрерывные линии (прямые, волнистые, ломаные). Может обвести рисунок по контуру, не отрывая ручку от бумаги, дорисовать половину симметричного рисунка, аккуратно заштриховать рисунок по образцу, не выходя за контур.

**Крупная моторика**

Движения детей становятся более осознанными, чёткими. Дети по-прежнему предпочитают активные игры, требующие бегать и прыгать. Мускулатура и внимание достаточно развиты, чтобы выполнить конкретное точное действие, например забить мяч в ворота.

**Особенности речи**

Дети шести лет становятся всё более и более активными собеседниками. Их словарный запас составляет от трёх до пяти тысяч слов. Конечно, повседневная речь ребёнка скромнее, но в памяти хранится гораздо больше слов.

Дети – отражение родителей, поэтому чем грамотнее и красивее речь взрослых, тем интереснее говорит ребёнок. Он уже способен рассказать в подробностях какую-то историю из жизни или пересказать знакомую сказку.

Шестилетки могут объяснять друг другу правила игры и даже рассказывать, что произойдёт или могло бы произойти в ближайшее время. Как правило, к этому возрасту сформированы все звуки: ребёнок говорит чисто, может произвольно понижать или повышать свой голос.

**Познавательные навыки детей в 6 лет**

К шести годам ребёнок обладает довольно большим запасом знаний об окружающем мире. Он черпает информацию из общения со сверстниками и взрослыми, мультфильмов, книг и прогулок.

Дети в этом возрасте могут подробно рассказать о себе: как их зовут, в каком городе и на какой улице живут, знают, чем занимаются их родители. Шестилетка владеет счётом до двадцати и в некоторых случаях может даже освоить простые арифметические действия – сложение и вычитание. Некоторые дети могут обучиться чтению, но это не является показателем для оценки развития ребёнка. Также шестилеткам должно быть известно, что их окружает: виды транспорта, название животных, виды местных растений.

Дошкольники могут выполнять творческие задания самостоятельно. Им доставляет радость лепить, делать небольшие аппликации, рисовать и вырезать. Конечно, у каждого ребёнка есть своё любимое направление в творчестве. Некоторые дети любят собирать пазлы, другие – рисовать картинки, третьи – лепить из пластилина. Главное, что ребёнок становится всё более усидчивым и может удерживать внимание на одном и том же занятии продолжительное время.

**Когнитивное развитие**

**Внимание**

Ребёнок в возрасте 6 лет может удерживать внимание на задании около 20 минут, справляется с задачей «найти 10 отличий», может самостоятельно выполнить задание по образцу.

**Мышление**

Мышление также развивается. Дети в этом возрасте легко классифицируют простые предметы, могут выделить основные сходства и различия, а также особенности окружающего мира. Кругозор расширяется, появляется большое количество конкретных знаний.

**Память**

Активно развивается произвольная память – ребёнок способен запомнить и воспроизвести предложение из 6–8 слов. В этом возрасте многие дети пересказывают сюжеты фильма или сказок, а также рассказывают, что было днём.

**Эмоции, общение и социальные навыки**

Эмоциональная сфера развивается очень быстро. Ребёнок адекватнее оценивает свои эмоции и чувства. Он может рассказать о переживаниях и постараться объяснить причины своих реакций. Вместе с тем снижается импульсивность поведения, ребёнок способен контролировать себя и вести согласно установленным взрослыми правилам.

Дети в шесть лет активно общаются со взрослыми и сверстниками, у них появляются первые настоящие друзья. Они стремятся работать в команде, помогать и договариваться.

Дети становятся более эмпатичными, могут сочувствовать и сопереживать другим людям. Для развития социальных навыков очень важны сюжетно-ролевые игры, которые имитируют взрослую жизнь, например «дочки-матери» или «магазин».

**Бытовые навыки и самостоятельность**

К шести годам дети осваивают все основные навыки самообслуживания. Они способны сами чистить зубы, умываться, одеваться. Им не составляет труда собрать свои вещи в рюкзак под контролем взрослого или по привычной инструкции.

Дошкольник способен открывать пакеты, коробки, упаковки, банки самостоятельно. Усиливается произвольное внимание – ребёнок меньше отвлекается на посторонние раздражители, полностью концентрируясь на поставленной задаче. Это позволяет выполнять простые задания от взрослых и слушать учителя на занятиях по подготовке к школе.

**Особенности психологии ребёнка в 6 лет**

Главное изменение в самосознании ребёнка происходит с его восприятием образа «Я». Он учится рефлексировать, анализировать, ставить себе цели и оценивать полученные результаты, отдавать отчёт в собственных действиях.

Умение осознавать свои эмоции и чувства становится основой для развития морали у ребёнка. Именно в этот период активно закладывается забота по отношению к окружающим и возникает желание быть общественно-значимым.

Ребёнку открывается новый чувственный мир – он познает удивление, любознательность, чувства гордости и самоуважения, чувство прекрасного. Именно в этот период ребёнок по-настоящему начинает испытывать чувство вины.

Самооценка дошкольников имеет склонность к завышению, но при этом довольно стабильна. Однако, поскольку ребёнок всё ещё ориентирован на внешнюю оценку его действий, он не в состоянии объективно оценить себя и строит образ своего «Я», опираясь на высказывания сверстников и взрослых.

**Режим дня и питание**

Не стоит расписывать режим дня на год вперёд: детям надоедает однообразие, и интерес к соблюдению такого графика быстро сойдёт на нет. Составьте расписание на неделю-две. Включите в режим дня время на садик, мультики, посещение кружков. Важно не забыть и пункт «помощь родителям». Определите совместно с ребёнком, какие обязанности по дому он хотел бы взять на себя – выделите под это отдельное время в расписании.

Важно не перегружать ребёнка. Следите, чтобы в графике было свободное время, которое ребёнок посвящает себе и своим увлечениям. Не надо записывать его на все кружки, «чтобы каждый день был при деле»: 3-4 дополнительных занятия в неделю вполне достаточно.

От качества питания сильно зависит здоровье дошкольника. Ребёнку необходим разнообразный, сбалансированный рацион. Постарайтесь исключить фастфуд и полуфабрикаты. Отдавайте предпочтение домашней пище. Всего в день ребёнок 5-6 лет должен получать:

белков и жиров – около 70 г;

углеводов – около 280 г;

кальция – 900 мг;

фосфора – 1350 мг;

магния – 200 мг;

железа – 12 мг;

цинка – 10 мг;

йода – 0,08 мг;

витамина С – 50 мг.

Интервалы между приёмами пищи должны составлять не более 3,5–4 часов. Таким образом, в течение дня получается 4-5 приёмов пищи, три из которых должны включать в себя горячее питание. Калорийность питания – около 1800 ккал – распределяется неравномерно:

Завтрак – 25% от суточной нормы.

Обед – 40%.

Полдник – 15%.

Ужин – 20%.

По статистике дети дошкольного возраста в своём ежедневном рационе недополучают:

йодированную соль;

- молоко и кисломолочные продукты;

- рыбу;

- мясо.

Вместо этого 80% рациона составляют кондитерские и хлебобулочные изделия, что негативно сказывается на здоровье и активности ребят.

**Как понять, что с ребёнком что-то не так: тревожные признаки для родителей**

Конечно, хочется, чтобы ребёнок по всем параметрам был лучше, здоровее, умнее. Однако не всегда несовпадение с нормами является проблемой. Но если у вас закрались подозрения, необходимо обратиться к профильному специалисту – педиатру, логопеду, психологу.

Список вопросов, которые помогут вам определиться (ответьте да/нет):

Ребёнок активен, любознателен, стремится к общению со сверстниками и взрослыми.

Ребёнок умеет играть в сюжетно-ролевые игры (например «дочки-матери»).

Ребёнок знает свои имя и фамилию, адрес, информацию о родителях.

Он обладает базовыми знаниями об окружающем мире (название птиц, растений, животных, времена года и т. д.).

Может найти лишний предмет и объяснить, почему он лишний.

Может запомнить предложение из 6-7 слов и воспроизвести его.

Может выдержать 20-минутное занятие.

Может пересказать небольшую историю или рассказать свою.

У ребёнка сформированы все звуки, он говорит чётко, ясно, умеет выстраивать сложные предложения.

Ребёнок владеет базовыми навыками самообслуживания (может сам одеться, умыться, почистить зубы и т. д.), а также успешно выполняет небольшие поручения взрослых.

Он эмоционально стабилен, может контролировать свои импульсы, проявляет эмпатию к другим людям.

Мелкая моторика хорошо развита, ребёнок может самостоятельно выполнить творческое задание.

Если на какие-то из этих вопросов вы ответили отрицательно, то это повод для обращения к специалистам за консультацией. Возможно, вы находитесь в рамках возрастной нормы и это просто особенность вашего ребёнка. А может быть, всё серьезно, и требуется квалифицированная помощь. Не надо этого бояться и переживать. Чем раньше вы займётесь проблемой, тем легче её будет решить и тем меньше последствий вы получите.

**Как помочь ребёнку развиваться? Советы и методы**

Залог успешного обучения в школе – последовательное развитие 5-6-летних детей. Не стоит обгонять физические возможности мозга ребёнка и пытаться «впихнуть» в него слишком сложные задачи, например вызубрить английский и математику. В этом возрасте надо максимально широко развивать внимание, память, мышление, мелкую моторику и социальные навыки.

**Готовим дошкольника**

Играйте с детьми! Всю информацию о мире дети получают через общение и игру. Решение логических головоломок, сбор пазлов и рисование развивают мышление и внимание. Чтение увлекательных книг расширяет кругозор и развивает воображение ребёнка.

**Учите безопасности**

Не забывайте разыгрывать «экстремальные» ситуации, чтобы научить ребёнка быстро реагировать и принимать решения на основе имеющихся знаний. Например, спросите ребёнка, что он будет делать, если потеряется в магазине или почувствует запах дыма в квартире?

Шестилетние дети всё чаще остаются без присмотра родителей: в школе, с другими взрослыми, на улице, дома. Чтобы меньше переживать за ребёнка, когда он находится вдали от вас, установите себе на телефон приложение «Где мои дети». С ним вы всегда будете знать, где находится ваш ребёнок и что происходит вокруг него.

**Развивайте «взрослые» качества**

Тренируйте самодисциплину и усидчивость. Постепенно увеличивайте время занятий – через год ребёнку предстоит сесть за парту в школе, где нельзя просто так вскочить и побежать играть. Поэтому важно привить детям любовь к новым знаниям. Пусть это будут интересные, увлекательные занятия. Поощряйте детей за успехи и не ругайте за неудачи.

Не бойтесь разделять ответственность с ребёнком. Он вполне способен выполнять простые поручения, участвовать в бытовой жизни своей семьи, принимать решения: что надеть, взять с собой и т. д. Ребёнок в 6 лет способен к самообслуживанию – почистить зубы, умыться, переодеться, убрать за собой посуду. Воспитывайте уважительное отношение к окружающим с детства, потому что во время подросткового бунта времени на это уже не будет.

Рассказывайте, как взаимодействовать с окружающими

Учите выстраивать здоровые отношения со сверстниками и взрослыми, находить компромиссы, решать конфликтные ситуации, грамотно аргументировать и отстаивать свою точку зрения. Это пригодится ребёнку на протяжении всей жизни.

**Используйте игры**

Игры в этом возрасте нацелены на развитие умения контролировать своё внимание, а также на развитие терпения.

Игра «волшебница»

Выбирается «волшебница», её сажают на стул и завязывают глаза. Остальные дети выстраиваются в колонну и по команде ведущего по очереди обходят вокруг стула. Если «волшебница» услышит хоть малейший шорох, то она должна назвать имя шумевшего. Если угадала, игрок становится новой «волшебницей».

«Ладонь в ладонь»

Для развития коммуникативных навыков хорошо подойдут игры в парах. Например «ладонь в ладонь».

Перед детьми выстраивается полоса препятствий, например из столов и стульев. Один ребёнок в паре прижимает свои ладошки к ладошкам другого, и дети таким образом, не отрывая ладошки друг от друга, двигаются вокруг препятствий. При этом останавливаться нельзя: если пара остановилась, она приседает и ждёт окончания игры. Побеждает пара, прошедшая максимально далеко.

Для усложнения упражнения есть вариант, где пара двигается, зажав бумажку между лбами. Если листок упал – пара останавливается.

Существует огромное количество игр, но важно выбирать те, которые научат ребят взаимодействовать друг с другом. Отдавайте предпочтение подвижным играм. Следите, чтобы дети выполняли правила, – это дисциплинирует и учит самоконтролю. Поощряйте инициативу при выборе игр, а также желание быть ведущим – это позволит детям проявить свои лидерские качества.

**Тест на определение уровня развития для детей шести лет**

Существует множество тестов на определение уровня развития детей шести лет. Все они направлены на изучение разных сфер жизни ребёнка: уровня социальной адаптации, коммуникативных навыков, различных психических функций. Для объективной картины необходимо подобрать комплекс методик, с помощью которых специалист сможет оценить готовность ребёнка к школе и сферы, требующие особого внимания родителей и педагогов.

Читайте также Что нужно знать о психологической готовности ребёнка к обучению?

Любое тестирование должно быть заранее подготовлено. Беседа с ребёнком проводится в тихой уютной атмосфере – ничто не должно его отвлекать или мешать концентрироваться.

Все тесты на готовность к школе можно условно разделить на несколько групп.

Определяют уровень психологической зрелости:

«Определение уровня психосоциальной зрелости ребенка».

Тест-опросник на определение сформированности «внутренней позиции школьника».

Методика «Нелепицы» (С. Д. Забрамная).

Оценивают развитие психических функций ребенка (речь, внимание, мышление, память):

Тест «9 слов» (Л. А. Ясюкова).

Методика «Последовательные картинки» (Н. Я.Семаго, М. М.Семаго).

Методика «Четвертый лишний».

Проверяют знания и умения ребёнка, в том числе развитие мелкой моторики:

Счёт в пределах 10.

Проверка чтения.

Тест «Кругозор».

Тест «9 слов» (Л. А. Ясюкова)

**Тест, разработанный Л. А.Ясюковой**

Позволяет оценить объём произвольной памяти. Психолог дает ребёнку инструкцию:

«Сейчас я тебе буду говорить слова, а ты слушай внимательно и запоминай. Когда я перестану говорить, сразу повторяй всё, что запомнилось, в любом порядке».

Слова для теста:

1 вариант: куст, зонт, лук, шёлк, гром, нос, лес, мак, стул.

2 вариант: лес, хлеб, окно, стул, вода, брат, конь, гриб, мёд (даётся, если по каким-то причинам с первого раза не удалось провести тестирование).

Слова читаются только один раз. Если ребёнок не смог повторить или расстроился, что запомнил слишком мало, можно повторить тест ещё раз. Таким образом у ребёнка не будет ощущения провала. Однако при интерпретации учитывается только первый результат.

Психолог записывает все слова, которые произнес ребёнок, в том числе повторёные и придуманные. Поправлять, корректировать или критиковать ответы не нужно. Отмечайте дефекты и неточности в произношении ребёнка.

Какой бы результат ни показал ребёнок, похвалите его в конце: «Задание было трудное, и ты молодец, много запомнил».

Каждое правильное слово приносит ребёнку 1 балл (неважно, в каком порядке ребёнок назвал слова). Незначительные изменения в слове могут присутствовать: «зонтик» вместо «зонт». Однако, если слово полностью заменено на другое – «гроза» вместо «гром», – оно оценивается в 0 баллов.

|  |  |
| --- | --- |
| Уровень развития произвольной речевой памяти | Количество баллов |
| Высокий | 7-9 |
| Хороший | 5-6 |
| Норма | 3-4 |
| Ниже нормы | 2 |
| Низкий | 0-1 |

Если количество баллов ниже нормы, необходимо в обязательном порядке проверить уровень зрительной (образной) памяти. Велика вероятность, что ребёнку легче запоминать образы, что компенсирует недостаточное развитие речевой памяти. Если же и зрительная память нарушена, необходимо обратиться к неврологу для ислючения заболеваний центральной нервной системы и начать коррекцию данной ситуации.

**«Переходный возраст»**

Дети шести лет находятся на рубеже дошкольного и школьного образования. Они готовятся стать школьниками, и в этот момент так важно помочь им выйти на новый уровень. Не торопите их взрослеть, дайте доиграть в игры и набегаться всласть, тогда им будет намного проще сесть за парты и слушать учителя. Уделяйте внимание здоровью и психологическому развитию ребенка.

Если вам кажется, что ребёнок отстаёт от сверстников по каким-либо показателям, не ругайте его, а обратитесь к специалистам за помощью. Проводите время вместе, посещайте мероприятия, музеи, театры – дети открыты всему новому, сохраните этот ценный дар и в школе ему будет гораздо легче.