

# Подготовка к школе

Вашему ребенку исполнилось 7 лет. Он поступает в первый класс. Сколько радости, волнения и в то же время ответственности вносит это событие в жизнь каждой семьи. Поступление в школу — это первая серьезная и большая нагрузка в жизни ребенка, к которой он должен быть подготовлен. У него меняется весь образ жизни: среда, поведение, режим. С этого момента маленький человек из беззаботного ребенка превращается в школьника, у которого есть обязанности, заботы и волнения. Предварительная, систематическая, хорошо продуманная подготовка ребенка к вступлению в новую, школьную жизнь поможет ему преодолеть те трудности, которые несомненно могут возникнуть в первое время.

## *Очень важно, чтобы ребенок был здоров*

В обязательном порядке все дети перед поступлением в первый класс проходят всестороннее медицинское обследование в поликлинике — диспансеризацию. Обычно медицинские осмотры начинают за год до поступления ребенка в школу с тем, чтобы за это время укрепить состояние здоровья будущего школьника.

У детей в дошкольном возрасте встречаются различные хронические заболевания, а также нарушения со стороны физического развития или же дефекты речи, которые родители могут не заметить и пропустить. Эти изменения в состоянии здоровья ребенка требуют длительного лечения. Для того чтобы назначенные оздоровительные меры имели наибольшую эффективность, необходимо внимание семьи.

## *Перед поступлением в школу ребенок должен хорошо отдохнуть летом*

Тщательное медицинское обследование различных органов и систем поможет предупредить заболевания, которые возникают в этом возрасте. Большое внимание уделяется проверке зрения. В случае необходимости нарушение его корректируется очками. Обязательно нужно следить за постоянным ношением очков. Об изменении слуха вашего ребенка необходимо уведомить школьного врача или учителя с тем, чтобы для школьника было определено наиболее подходящее место в классе.

Не менее важным является оздоровление носоглотки ребенка. При показаниях нужно своевременно удалить миндалины или аденоиды (разрастание лимфаденоидной ткани носоглотки), заболевания которых нередко бывают причиной возникновения ангин, затрудненного дыхания, гнойных болей, частых острых заболеваний верхних дыхательных путей и т. Д. Эти заболевания нарушают здоровье школьника, приводят к частым пропускам занятий. А это, в свою очередь, отрицательно сказывается на его успеваемости.

Гнилые зубы — постоянный очаг инфекции. Систематическая санация полости рта, т. е. лечение или удаление больных зубов, занимает немаловажное место в системе оздоровительных мероприятий для детей, поступающих в школу. Не вызывает сомнения, что лечению зубов следует уделить особое внимание. Не нужно забывать, что своевременно начатое лечение зубов безболезненно.

Помимо этого, врачом-специалистом проводится обследование нервной системы, проверяется правильность развития речи. Различные нарушения произношения слов, заикание и т. Д. затрудняют общение ребенка с учителем и сверстниками. Он начинает стесняться, делается замкнутым, нередко начинает плохо учиться. Все это отрицательно сказывается на его нервной системе, психическом развитии и состоянии здоровья.

При нечеткой речи, заикании или других ее дефектах ребенка направляют в логопедический кабинет поликлиники, где исправляют эти дефекты.

По совету врача следует до школы провести противоглистное лечение. Различные глистные заболевания у детей могут быть причиной болей в животе, тошноты, рвоты, плохого аппетита, головокружения, раздражительности. Нередко они способствуют развитию малокровия и других заболеваний.

Начальные проявления дефектов опорно-двигательного аппарата — сутулости, искривления позвоночника, плоскостопие — можно исправить в кабинетах лечебной физкультуры еще до поступления ребенка в школу.

Врачи этих кабинетов назначают специальные корригирующие комплексы упражнений, которые ребенок должен систематически выполнять дома. В этих случаях особенно необходима регулярность в занятиях гимнастикой, которая в последующем благоприятно скажется на физическом развитии ребенка.

Для того чтобы уберечь школьника от некоторых инфекционных заболеваний, протекающих особенно тяжело в детском возрасте, проводят обязательно повторные прививки против дифтерии, коклюша, столбняка, туберкулеза и других болезней.

Все сведения о развитии ребенка, перенесенных им заболеваниях и данные диспансерного обследования вносят в специальную карту, которую передают врачу школы, в которую поступает первоклассник.

Родителям необходимо внимательно отнестись к советам и рекомендациям детского врача и врачей-специалистов, касающихся состояния здоровья будущего школьника, и выполнять все назначенные ими процедуры.

Школьная жизнь требует немалых усилий от ребенка.