

Польза чтения перед сном для будущих школьников



 **Факт:** Дети, которым родители регулярно читали книги в дошкольном возрасте, в среднем лучше учатся, легче осваивают чтение и письмо, имеют больший словарный запас и более развитое воображение. Ежедневное чтение вслух даёт реальное преимущество в школе!

 **Почему чтение перед сном так важно для развития ребёнка**



**Помогает ребёнку расслабиться и
обеспечивает крепкий сон**

После активного дня малышу трудно переключиться на спокойный лад. Чтение **медленно и умиротворённо** настраивает организм на отдых. Спокойный голос родителя действует как колыбельная, снижая уровень стресса и тревожности. Ребёнок забывает о дневных переживаниях, страхах и плавно погружается в сон. Этот ритуал формирует эмоциональную устойчивость, помогает избавиться от накопившегося напряжения. Качественный сон — залог хорошего настроения и отличной успеваемости в школе. Организм восстанавливается, мозг обрабатывает полученную информацию, а ребёнок просыпается бодрым и готовым к новым открытиям.

Чем больше вы читаете детям, тем больше они будут любить книги и учиться. Чтение формирует личность ребёнка с ранних лет.

— Константин Ушинский, великий педагог

Как чтение способствует успешной учёбе в школе



Развивает когнитивные способности: память, внимание и аналитическое мышление

Чтение активирует работу мозга, заставляя его активно функционировать. Чтобы следить за сюжетом, ребёнок должен **сосредоточиться и удерживать внимание** 10-20 минут — именно столько потребуется на уроках в первом классе. Он запоминает последовательность событий, имена героев, детали — тренируется память. Ребёнок учится анализировать поступки персонажей, понимать причинно-следственные связи, делать выводы. Эти аналитические способности необходимы для успешной учёбы по всем предметам.

Регулярное чтение укрепляет нейронные связи, делая мозг более восприимчивым к новой информации. Дети, которым читали перед сном, легче концентрируются на уроках и лучше усваивают материал.



Обогащает словарный запас и формирует правильную грамотную речь

В книгах встречаются слова и выражения, которых нет в повседневной речи. Ребёнок **запоминает новые слова**, учится правильно их использовать, понимает оттенки значений. К школе у него будет богатый словарный запас — это поможет легко понимать учителя, выражать свои мысли, отвечать на уроках. Чтение формирует чувство языка, учит грамматически правильной речи, развивает речевой слух.



Основные преимущества чтения перед сном:



Когнитивное развитие: активация мозга, улучшение памяти, внимания и аналитических способностей



Подготовка к школе: обогащение словаря, формирование правильной речи, понимание причинно-следственных связей



Эмоциональная устойчивость и сон: снижение стресса, расслабление, избавление от тревог



Укрепление связи с родителем: ощущение защищённости, важности и любви



Развитие фантазии: визуализация сюжета, тренировка творческих способностей

Книга — это окно в мир. Через неё ребёнок видит больше, чем может представить, узнаёт то, с чем ещё не столкнулся в жизни.

— Максим Горький, писатель

Как сделать вечернее чтение полезной привычкой и ритуалом



Создайте особый вечерний ритуал и укрепляйте связь с ребёнком

Читайте **в одно и то же время** каждый вечер — так сформируется привычка. Приглушите свет, устройтесь поудобнее на кровати или в кресле. Пусть это будет особенное время только для вас и ребёнка, без телефонов и телевизора. Можно пить тёплое молоко, укутаться в мягкий плед, включить тихую музыку. Малыш будет ждать этого момента весь день, зная, что мама или папа подарят ему своё безраздельное внимание. Время, проведённое вместе, дарит ребёнку ощущение защищённости, важности и безусловной любви. Он чувствует себя нужным, любимым, ценным. Эта эмоциональная связь укрепляет доверие, помогает ребёнку расти уверенной личностью.



Выключите все гаджеты, отложите дела. Покажите ребёнку, что эти 15-20 минут — самое важное время дня для вас. Ваше внимание — лучший подарок!



Выбирайте правильные книги и обсуждайте прочитанное

Для вечера подходят **добрые сказки**, истории с хорошим концом, поучительные рассказы. Не читайте страшные или слишком весёлые книги — ребёнок может перевозбудиться и не уснуть. Пусть истории будут спокойными, с понятным сюжетом, позитивными героями. После чтения обсудите прочитанное: кто понравился, почему герой так поступил, что бы сделал сам ребёнок. Такие беседы развивают критическое мышление, учат анализировать, выражать своё мнение. Задавайте вопросы, слушайте ответы, хвалите за интересные мысли. Это подготовит ребёнка к школьным обсуждениям, научит аргументировать свою точку зрения.

Читайте детям не для того, чтобы они чему-то научились, а для того, чтобы они стали добрее, мудрее и человечнее.

— Лев Толстой, великий писатель



Заключение: инвестиция в будущее вашего ребёнка

Чтение перед сном — это **бесценный подарок на всю жизнь**, который вы дарите своему ребёнку. Вы не просто готовите его к школе — вы формируете личность, развиваете ум и душу, закладываете фундамент успешного будущего. Эти вечерние минуты останутся в памяти и, создадут тёплые воспоминания о детстве.