

## РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКА

1. Родители должны быть особенно внимательны к малышу в период адаптации к школе. Рекомендации: полноценный отдых первоклассника с обязательными прогулками на свежем воздухе, регулярный режим питания со всеми необходимыми витаминами, спокойный 10-часовой сон.
2. Не загружайте новоиспеченного ученика внешкольными занятиями — кружками, секциями.
3. Дома — без оценок. Помните, что многие гениальные люди не отличались большими успехами в начальной школе.
4. Поговорите с ребенком и объясните, что он уже взрослый и что в школе обращаться с ним будут не только так, как он привык раньше.
5. Почаще в присутствии ребенка называйте будущую учительницу по имени и отчеству. После 1 сентября на него свалится столько новой информации, что он вполне может забыть, как ее зовут.
6. Даже если вы собираетесь встречать и провожать первоклассника, дорога до школы и обратно должна быть ему хорошо знакома. Несколько раз прогуляйтесь с малышом до школьного здания. По пути обратите его внимание на светофоры, опасные участки пути. На всякий случай научите ребенка самостоятельно отпирать и запираеть дверь. И помните, что он обязательно должен иметь запасной ключ от квартиры.
7. 1-го сентября обязательно поздравьте малыша и устройте праздничный завтрак, который стоит закончить за тридцать минут до выхода из дома, иначе знакомство со школой начнется у вас с туалета.
8. На торжественную линейку позовите всех членов семьи. Поскольку малыш на линейке окажется один рядом с совершенно незнакомыми ему ребятами, покажите малышу, где вы будете стоять, и объясните, что никуда с этого места не уйдете.
9. В школу будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».
10. Не отправляйте утром ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много поработать.

11. Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: «Смотри, не балуйся», «Веди себя хорошо», «Чтобы сегодня не было плохих отметок» и т. п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него первый трудный день.

12. Встречайте после школы ребенка спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.

13. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем проходил без ребенка.

14. Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 15–20 минут занятий необходимы 10-15-минутные «переменки».

15. Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте возможность ребенку работать самому, но уж если ему нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («Не волнуйся, все получится», «Давай разберемся вместе», «Я тебе помогу»), похвала помогут лучше.

16. Старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...». Порой условия становятся невыполнимыми, не зависят от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

17. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, разговоры с членами семьи.

18. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, не считайте лишней и литературу для родителей.

19. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое настроение. Чаще всего это показатели утомления, трудностей в учебе.

## **Чего боится первоклассник**

- быть не таким, как все
- злой тети-учительницы
- получить двойку
- школьных перегрузок
- потерять интерес к учебе
- остаться без друзей
- делать уроки
- маминой и папиной нелюбви
- идти в первый класс
- прийти из школы с разбитым носом