

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ ПО АДАПТАЦИИ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ОБУЧЕНИЮ В ШКОЛЕ

Создайте в семье ровную, спокойную обстановку.

- **Интересуйтесь настроением ребенка в школе, тем, что он делал, какие занятия были для него интересны, а какие – не очень, как он сам оценивает свои школьные успехи и трудности.** Например: *«Почему тебе нравится математика?»*, *«С кем из ребят ты сегодня играл?»*.
- **Постарайтесь положительно оценивать деятельность ребенка.** Это для него очень важно. Обращайте внимание, прежде всего не на то, что не получилось, не вышло, а на успехи (что удалось).
- **Больше хвалите ребенка.** Ему так нужно ощущать вашу уверенность в его способностях, в то, что успехи непременно придут. Чаще пользуйтесь фразами: *«У тебя обязательно получится!»*, *«Видишь, какой ты молодец!»*.
- **Никогда не сравнивайте своего ребенка с кем-то, кто пока более успешен, чем он.**
- **Не переутомляйте ребенка дополнительными домашними заданиями.** Они могут только ухудшить здоровье и психическое состояние ребенка. Не надо подгонять ребенка; он обязательно усвоит все, что нужно, только несколько позже, чем другие.
- **Подумайте, как лучше организовать свободное время ребенка.** Побольше играйте с ним, гуляйте, вместе проводите досуг. Особенно важно много читать ребенку (как вы это делали в дошкольном детстве), поддерживать его интерес к книге, пока он сам не сможет читать то, что ему особенно интересно. Поддерживайте желание ребенка рисовать, моделировать, вышивать.
- **Организуйте полноценный отдых ребенка.** Первокласснику необходимо спать 11,5 ч. в сутки, включая 1,5 ч. дневного сна.
- **Наполните его жизнь маленькими радостями, связанными с событиями школьной жизни** (общий пирог по случаю завершения «Букваря», новогодний праздник, окончание первого класса). Не используйте в виде наказания за плохую учебу отказ от общения, совместных прогулок.
- **Позаботьтесь о том, чтобы у первоклассника было свое рабочее место – письменный стол, книжная полка.** Составьте вместе с ребенком «Расписание уроков», «Режим дня». Все это постепенно приучит его к самостоятельности, выработает умение контролировать свою деятельность и оценивать ее результаты.

Помните о том, что первый год школьной жизни – самый, пожалуй, трудный из всех предстоящих лет учения. Поможем ребенку пережить его без потерь в физическом, душевном, умственном здоровье! Не оставляйте ребенка наедине с его страхами и попытайтесь совместными усилиями сделать его учебу в школе приятной и плодотворной.