

Рекомендации родителям по адаптации первоклассников

Чтобы ваш ребенок с радостью пошел в первый класс и был подготовлен к обучению в школе, чтобы его учеба была успешной и продуктивной, прислушайтесь к следующим рекомендациям психологов:

1. Не будьте слишком требовательны к ребенку.
 2. Ребенок имеет право на ошибку.
 3. Следите, чтобы нагрузка не была для ребенка чрезмерной.
 4. Если вы видите, что у ребенка есть проблемы, то не бойтесь обращаться за помощью к специалистам: логопеду, психологу и т. д.
 5. Учеба должна гармонично совмещаться с отдыхом, поэтому устраивайте ребенку небольшие праздники и сюрпризы, например, отправьтесь в выходные дни в цирк, музей, парк и т. д.
 6. Следите за распорядком дня, чтобы ребенок просыпался и ложился спать в одно и то же время. Исключите перед сном подвижные игры и другую активную деятельность.
 7. Питание должно быть сбалансированным.
 8. Следует уделить особое внимание ребенку, если он в дошкольном возрасте может прилюдно устроить скандал в магазине, если вы ему что-то не покупаете, если он агрессивно реагирует на свой проигрыш в игре и т. п.
 9. Обеспечьте для домашних занятий ребенку все необходимые материалы, чтобы в любое время он мог взять пластилин и начать лепить, взять альбом и краски и порисовать и т. д. Для материалов отведите отдельное место, чтобы ребенок самостоятельно ими распоряжался и держал их в порядке.
 10. Приучайте ребенка, чтобы он в течение пятнадцати-двадцати минут мог заниматься одним делом, не отвлекаясь.
 11. Если ребенок отказывается выполнять задание, то попробуйте найти способ, чтобы заинтересовать его.
 12. Обеспечьте ребенку развивающее пространство, то есть стремитесь, чтобы вашего малыша окружало как можно меньше бесполезных вещей, игр, предметов.
 13. Рассказывайте ребенку, как вы учились в школе, как вы пошли в первый класс, просматривайте вместе свои школьные фотографии.
 14. Формируйте у ребенка положительное отношение к школе, что у него там будет много друзей, там очень интересно, учителя очень хорошие и добрые. Нельзя пугать его двойками, наказанием за плохое поведение и т. п.
 15. Обратите внимание, знает и использует ли ваш ребенок «волшебные» слова: здравствуйте, до свидания, извините, спасибо и т. п. Если нет, то, возможно, этих слов нет в вашем лексиконе.
 16. Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии детей. Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения.
 17. Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребенку приятно, если его школа станет частью вашей жизни.
- Следите, чтобы ваш ребенок вовремя ложился спать. Невыспавшийся ребенок на уроке – грустное зрелище.
18. Обязательно **поддерживайте и помогайте** своим детям, **одобряйте** даже за небольшие успехи и достижения, помогайте ему взрослеть, постепенно передавая ответственность за какую-нибудь работу.
 19. Не бойтесь лишний раз показать свою **любовь** к сыну или дочери. Это только укрепит его уверенность в своих силах и возможностях и поможет в различных трудных, жизненных ситуациях.

