

## Уважаемые родители будущих первоклассников!

Последний год перед поступлением ребенка в школу приносит много тревог. Предлагаем рекомендации, которые помогут вам приготовить детей к школе и снизить уровень вашей тревожности.

✓ *Наладьте режим дня ребёнка.* Начиная с августа пораньше кладите спать и пораньше утром поднимайте. Завтракать, обедать приучайте в одно и то же время. Обязательно соблюдайте режим дня и прогулок! Здоровье – это база для всего развития ребенка, это количество его сил, которые он может потратить не перенапрягаясь, а, следовательно, и без разнообразных последствий (неусидчивость, раздражительность, обидчивость, частые простудные заболевания, слезливость, грубость, головные боли и т.д.). Особенно это касается тех детей, у которых с рождения присутствует повышенная нервная возбудимость, быстрая утомляемость или какие-либо неврологические осложнения. В таком случае правильный и четкий режим дня становится не только организующим, но и профилактическим средством против дальнейшего ослабления нервной системы.

✓ *Подготовьте рабочее место для будущего школьника.* Достаточно освещенное место, удобный стол и стул, полки, где будут лежать книги, учебники. Выберите и купите вместе с малышом самый красивый портфель, пенал, ручки, карандаши, линейки, ластик. Просмотрите в книжном отделе учебники. Скажите, что завидуете: раньше таких чудесных школьных принадлежностей и красиво изданных книг не было!

✓ *Не учите летом, читать, писать и считать.* Если Ваш ребенок действительно гений, то он все равно проявит себя. А перегрузка ребенка занятиями может сказаться на его здоровье и желании учиться. Подготовка ребенка к школе должна заключаться в его *общем развитии – процессов внимания, памяти, мышления, восприятия, речи, моторики.* Необходимо заниматься не закладыванием в ребенка различных знаний, а *расширением его кругозора и представлений об окружающем мире.*

✓ *Вводите ребенка в школьный мир постепенно.* Расспрашивайте пришедших в гости подруг об успехах их детей-школьников, чаще приходите гулять в школьный двор, вместе смотрите фильмы со школьной тематикой. Расскажите забавные истории из своей школьной жизни.

✓ *Избегайте чрезмерных требований.* Не спрашивайте с ребенка все и сразу. Ваши требования должны соответствовать уровню развития его навыков и познавательных способностей. Не забывайте, что такие важные и нужные качества, как прилежание, аккуратность, ответственность не формируются сразу. Ребенок пока ещё только учиться управлять собой и организовывать свою деятельность. Не пугайте ребенка трудностями и неудачами в школе, чтобы не воспитать в нем ненужную неуверенность в себе.

✓ *Предоставьте ребенку право на ошибку.* Каждый человек время от времени ошибается, и ребенок здесь не является исключением. Важно, чтобы он не боялся ошибок, а умел их исправить. В противном случае у ребенка сформируется убеждение, что он ничего не может. Помогая ребенку выполнять задание, не вмешивайтесь во все, что он делает. *Дайте ему возможность добиться выполнения задания самостоятельно.*

✓ Хорошие манеры ребенка — зеркало семейных отношений. «Спасибо», «Извините», «Можно ли мне...», обращение к взрослому на «Вы», должны войти в речь ребенка до школы. *Учите ребенка быть вежливым и спокойным в обращении и отношении к людям (и взрослым, и детям).* Приучайте ребенка содержать в порядке свои вещи и школьные принадлежности.

✓ Приучайте ребенка к *самостоятельности в быту и навыкам самообслуживания.*

Чем больше ребенок может делать самостоятельно, тем более взрослым и уверенным в своих силах он будет себя чувствовать. Научите ребенка самостоятельно раздеваться и вешать свою одежду, застегивать пуговицы и молнии, завязывать шнурки, аккуратно есть и т.д

- ✓ *Не пропустите первые трудности в обучении.* Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если последние становятся систематическими. Все проблемы с учебой, поведением и здоровьем гораздо проще решить в самом начале. *Не закрывайте глаза на проблемы, они все равно никуда не уйдут сами!*
- ✓ Читая книжки, обязательно обсуждайте и пересказывайте прочитанное вместе с ребенком; *учите его ясно выражать свои мысли.* Тогда в школе у ребенка не будет проблем с устными ответами. Когда спрашиваете его о чем-либо, не довольствуйтесь ответом «да» или «нет», уточняйте, почему он так думает, помогайте довести свою мысль до конца. Приучайте последовательно рассказывать о произошедших событиях и анализировать их.
- ✓ Не забывайте, что ребенок еще несколько лет будет продолжать играть. Ничего страшного в этом нет. Наоборот, *в игре ребенок тоже учится.* Лучше поиграйте вместе с ним и в процессе выучите какие-нибудь понятия (например: левый – правый).
- ✓ *Ограничьте время нахождения Вашего ребёнка за телевизором и компьютером до 1 часа в день.* Родители ошибочно полагают, что времяпрепровождение перед телевизором и за компьютером являются отдыхом или разгрузкой после напряжённого дня. В отличие от взрослых, оба этих занятия действуют возбуждающе на неокрепшую нервную систему ребёнка, в свою очередь, провоцируя повышенную утомляемость, двигательную активность, перевозбуждение, раздражительность и др.

И не забывайте поддерживать в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

Не забывайте, что с поступлением в школу в жизни Вашего ребенка

появился человек более авторитетный, чем Вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.

Если Вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

**Успехов Вам и Вашему ребенку!**