***«В первый раз в первый класс»***

Казалось, еще совсем недавно они учились ходить и произносить первые слова, и вот недавние малыши уже сидят за партами. Как быстро растут чужие дети! Еще незаметнее взрослеют свои.

 Отгремел, отшумел праздник 1 сентября с песнями, стихами и конкурсами, привычнее стало все новое и незнакомое, начались трудовые будни. И сейчас уже в полной мере проявляется, готовы ли были наши малыши к школе, пробудилась ли в них тяга к знаниям, насколько успешно проходит адаптация. Внедрение в общеобразовательных школах новых федеральных государственных образовательных стандартов предъявляет к детям повышенные требования.

**О чем нужно помнить родителям первоклашек, чтобы грамотно помочь им адаптироваться к этим непростым условиям?**

Чтобы помочь Вашему маленькому школьнику легче переносить физическую и психологическую нагрузку, старайтесь дома соблюдать режим дня. ***Помните, что здоровый сон поможет сохранить работоспособность организма и сопротивляемость стрессу.***

Придя после уроков домой, ребенок обязательно должен отдохнуть. Главное, не забывать, что просмотр мультфильмов и компьютерные игры приводят к перегрузке психики ребенка и, вместо требуемого отдыха, происходит нервное истощение. Гораздо полезнее будет просто полежать, послушать спокойную музыку.

Желание соответствовать предъявляемым в школе требованиям приводит к нарастанию напряжения, которое дома может проявляться в капризах, излишней обидчивости, плаксивости. Необходимо отнестись с пониманием к переживаниям ребенка, создать дома спокойную обстановку. В то же время и нарушение семейных взаимоотношений зачастую отражается на школьных успехах. Напряжение, накопленное дома, проявляется неуспеваемостью, агрессивными вспышками, негативизмом.

**Психологический комфорт домашней обстановки – залог успешной учебы.**

***Проявляйте интерес к школьным делам ребенка.*** Очень важно подчеркнуть значимость школьных знаний в глазах первоклашки. С искренним интересом расспрашивайте о том, что нового узнал он в школе. Радуйтесь успехам, поощряйте инициативу. Даже если Вам кажется, что написанные буквы далеки от идеала, хвалите ребенка за старание, проявленное терпение и усидчивость. Возможно, не все сразу получится, но очень важно не отбить желание учиться, потому что, потеряв его в первом классе, практически невозможно восстановить позднее.

***Продумайте систему поощрений.*** Пусть за качественно проделанную работу, отсутствие замечаний ребенок получит новую книгу, интересную прогулку, экскурсию, встречу с друзьями, посещение кружка. А наказанием будет их отмена. Помните, что воспитать тягу к знаниям, применяя физические наказания невозможно! Очень тяжело адаптируются к школе дети, воспитание которых ведется «ремнем». Как правило, им очень тяжело выстраивать отношения со сверстниками, они не реагируют на обычные просьбы и пожелания педагогов.

Не меньше сложностей испытывают дети, которых за школьные успехи поощряют денежными средствами. Такие ребята теряют личностный смысл обучения. С первого класса старайтесь привить детям, что наградой за хорошую учебу будет возможность проявить свои способности и применить накопленные знания.

***Сохраняйте положительное отношение к школе и к учителю.*** У каждого взрослого свой опыт школьной жизни, у кого-то он негативный. Постарайтесь не проецировать свои школьные неудачи на ребенка. Дети чувствуют своих родителей. Отведя ребенка в школу, сохраняйте веру, что у Вашего ребенка отношения с учителем, со сверстниками сложатся положительным образом.

**Не перегружайте первоклассника уроками, дополнительными занятиями, оставьте время на полноценное общение, увлекательные игры, семейные прогулки.** Пусть обучение в школе станет естественным этапом взросления и не создаст ощущения, что для былых радостей не осталось времени и места.

Поддерживайте контакт с классным руководителем, школьным психологом, интересуйтесь успехами Вашего маленького школьника. Только совместные усилия помогут своевременно разглядеть и преодолеть возможные трудности адаптации.