*ГОТОВИМСЯ К ШКОЛЕ*

 *Памятка для родителей*

1.Заранее перестройте режим дня так, чтобы начало учебного года не было сопряжено с трудностями утренних подъемов.

 Ребенок должен подойти к школе с полным самообслуживанием в одевании, в

 переодевании, еде, пользовании туалетом, в ситуации, когда за соблюдением

 гигиенических навыков вполне никто не сможет проследить и у него должен быть

 полный самоконтроль.

 Ребенок в силах уже самостоятельно следить за своим внешним видом, замечать

 непорядок в одежде: где-то выскочила рубашка, не застегнута пуговица, развязан

 шнурок, задернулось платье и т.д., и опять же, самостоятельно исправить этот

 непорядок.

 2. Поиграйте с ребенком в школу. Приучайте к тому, что в школе его будут называть

 не Настенька и Сашенька, а по фамилии, и ничего грубого в этом нет, напротив,

 этим стоит гордиться.

3. Больше обращайте внимания на школьную атрибутику. Не спеша и заранее,

 вместе выбирайте красивые карандаши, тетради, ранец и т.д. Ведь пока для

 первоклашки это суть учебного процесса.

 4. Не запугивайте ребенка школой, внушайте ему, что у него все получится.

 Не обсуждайте при ребенке учителей и все трудности, с которыми он может

 столкнуться.

 5. Не стоит слишком часто повторять, что это новый этап его жизни, пусть все идет

 само собой.

 6. Познакомьте ребенка с будущей школой, учительницей, проведите его в класс.

 7. Следите за своими эмоциями. Не стоит устраивать проводы в школу, будто Ваш

 ребенок уходит на фронт. Ваши тревоги очень заразительны.

 8. Заготовьте подарки первокласснику, устройте домашнее торжество по поводу

 поступления в первый класс.

 9. Заранее задумайтесь над такой проблемой при поступлении ребенка в школу, как

 его самостоятельное путешествие по улицам города и пребывание дома

 ( если его не будут отводить и забирать из школы, а это лучший вариант).

 - ребенок должен быть знаком с правилами поведения с предметами,

 представляющими опасность в быту и природе: огонь, вода, режущие и

 колющие предметы, газ, электричество, тяжести, животные, растения и т.п.

 - ребенок должен уметь безопасно пользоваться необходимыми ему бытовыми

 приборами.

 - должен уметь занять себя разумной деятельностью: многие опасные идеи

 приходят в головы детей от скуки и безделья. В этом хорошее подспорье –

 участие ребенка в различных секциях, кружках.

 - безусловно, ребенок должен не только знать, но и выполнять правила дорожного

 движения. Постарайтесь много раз пройти с ребенком дорогу из дома в школу и

 назад, обращая его внимание на различные нюансы.

 - Также важно рассказать детям о возможности «экстремальных ситуаций», в

 которые они могут попасть, например, незнакомый человек предлагает подарок,

 пойти вместе с ним; звонок в дверь квартиры и пр., и обязательно рассказать о

 возможных вариантах правильного поведения в этих ситуациях.

 10. Дошкольник обязательно должен подойти к школе физически здоровым.

 И важную роль в этом играет сон. Ребенок еще сравнительно мал, чтобы перейти

 только на ночной сон, получается для него слишком большой период бодрствования.

 Ребенок быстро устает, утомляется, начинает капризничать. Поэтому отдых в

 середине дня просто необходим.

 Не пренебрегайте сном и сейчас, перед школой, и в выходные дни, и даже, по

 возможности, в 1 классе.

 Есть исторические примеры: Петр I, Наполеон Бонапарт при своей повышенной

 работоспособности для поддержания своих сил отводили каждые 4 часа минуты для

 сна, уединяясь где-то в укромных местах.

 Хорошо – и спортивные секции. Это и физическое развитие, и компенсация

 многочасового «сидения» на уроках в школе, а также, что очень важно, отводит детей

 от пустого время провождения.