**Пожелания родителям ученика 1-го класса**

Дорогие родители! Ваш ребёнок впервые пошёл в школу. Как сделать его учёбу интересной, увлекательной, обеспечивающей постоянное умножение знаний и практических навыков? Опыт педагогов показывает, что учится успешно только тот ученик, который умеет **управлять собой**, подчиняясь требованиям, которые предъявляют к нему взрослые. Поэтому успех в освоении математики, русского языка и других предметов определяется не столько уже имеющимися навыками чтения, письма, счёта, сколько **способностью слушать** учителя, **выполнять все** правила организации учебной жизни в школе.

Такой навык вырабатывается **вами** с помощью чёткой организации того времени, которое ребёнок проводит дома. Если он имеет определённый перечень домашних **обязанностей,** соблюдает режим дня, не спорит с вами, когда ему дают конкретное поручение, **осмысленно** смотрит телепередачи, общается с друзьями с определённой пользой для себя, то ему легко научиться за короткое время стать учеником, который своей учёбой будет приносить радость самому себе, вам и учителям.

**Поэтому предлагаю вам:**

1. Разработать вместе с ребёнком **обоснованный режим дня,** обязательно включающий в себя 20-30 минут **чтения** вместе с вамихудожественной литературы; просмотра телепередач, но не более 1-1,5 часов **с пересказом** вам того интересного, что ребёнок узнал из них. При этом постарайтесь существенно ограничить просмотр детских и взрослых фильмов, где демонстрируются картины насилия, жестокости, запугивания. Они незаметно, но неуклонно **расшатывают** нервную систему маленького человека, **усиливают** разнообразные страхи и делают его склонным к проявлению неконтролируемой жестокости по отношению к животным и людям.
2. Предусмотрите время для активного отдыха, обязательно включающего те физические упражнения, которые развивают ловкость, подвижность, быстроту реакции и терпение. При этом лучше всего проводить эти занятия на свежем воздухе. Важно, чтобы свободное время не было наполнено бездельем, полной бессмысленностью стихийных действий.
3. Старайтесь чаще задавать ребёнку такой вопрос: **«Зачем он делал нечто?»** Тем самым вы будете стимулировать ребёнка постоянно **думать** о том, что он делает, а не механически подчиняться природным побуждениям, склонностям, желаниям.
4. Старайтесь предъявлять ребёнку только те требования, которые можете рационально **обосновать.** Лучше в спокойной обстановке объяснить ему причины, побуждающие человека вырабатывать самоконтроль, умение выполнять различную домашнюю работу, ограничивать имеющийся у себя эгоизм, себялюбие. Не сразу ребёнок будет реагировать на ваши требования, иногда уходят месяцы и годы на выработку какого-то полезного навыка, который в настоящее время ребёнок активно отвергает.
5. Старайтесь при оценке своего ребёнка отмечать, прежде всего, его **успехи,** связанные с преодолением собственной лени, вспыльчивости, неорганизованности, безволия. Только после этого указывайте на те недостатки, с которыми необходимо ещё работать **ему самому.**

Родители только помогают ребёнку сформировать качества личности. Я желаю вам терпения, спокойствия, оптимизма в организации той поддержки, которая требуется ребёнку для обеспечения его успешного будущего.

При возникновении каких-либо проблем, связанных с воспитанием, обращайтесь к нашему психологу, ко мне. Мы всегда готовы оказать вам помощь в решении конкретных проблем развития ребёнка, способного постоянно радовать вас успехами в учёбе и домашних делах.

**Примерный вариант режима дня первоклассника**

|  |  |
| --- | --- |
| Подъём | 7.00 |
| Зарядка, умывание, уборка постели | 7.00-7.30 |
| Завтрак | 7.30-7.50 |
| Дорога в школу | 7.50-8.15 |
| Занятия в школе | 8.30-13.00 |
| Прогулка на свежем воздухе | 13.00-14.00 |
| Обед, отдых, помощь по дому | 14.00-15.30 |
| Приготовление уроков | 15.30-16.30 |
| Свободное время | 16.30-18.30 |
| Ужин | 18.30-19.00 |
| Свободное время | 19.00-20.30 |
| Личная гигиена, подготовка ко сну | 20.30-21.00 |