*Ваш ребенок пошел  в первый класс. Кроме ярких и положительных эмоций, у ребенка могут возникнуть определенные трудности и даже стресс. Сейчас проходит период адаптации к школе. В целом он длится от 2-х до 6 месяцев, в зависимости от индивидуальных особенностей вашего ребенка. Чтобы уменьшить кризисный период этого возраста можно сделать следующее:*

**ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ**

* Начинайте забывать о том, что ваш ребенок маленький. Давайте ему посильную работу в доме, определите круг обязанностей. Готовьтесь к тому, что с первых дней в школе ребенок будет обслуживать себя сам.
* Определите общие интересы. Это могут быть как познавательные интересы (любимые мультфильмы, сказки, игры), так и жизненные (обсуждение семейных проблем).
* Не ругайте, а тем более не оскорбляйте ребенка в присутствии посторонних. Уважайте чувства и мнения ребенка.
* Научите ребенка делиться своими проблемами. Обсуждайте с ним конфликтные ситуации, возникшие со сверстниками и взрослыми. Искренне интересуйтесь его мнением, только так Вы сможете сформировать у него правильную жизненную позицию.
* Чаще общайтесь со своим ребенком. Для него это сейчас особенно важно.. Развитие речи — залог хорошей учебы. Были в театре (цирке, кино) — пусть расскажет, что ему больше понравилось. Слушайте внимательно, задавайте вопросы, чтобы ребенок чувствовал, что Вам действительно интересно.
* Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами Вашего ребенка. Видеть мир глазами другого — основа взаимопонимания.
* Приучайте ребенка к выполнению уроков в определенное время. Это поможет в дальнейшем быстрее адаптироваться и сохранить здоровье. Помогайте первокласснику в выполнении  домашних заданий.
* Чаще хвалите, восхищайтесь вашим малышом. На жалобы о том, что что-то не получается, отвечайте: «Получится обязательно, только нужно еще несколько раз попробовать». Хвалите словом, улыбкой, лаской и нежностью, а не отделывайтесь такого рода поощрениями, как покупка новой игрушки или сладостей.
* Не стройте Ваши взаимоотношения с ребенком на запретах. Согласитесь, что они не всегда разумны. Всегда объясняйте причины, доводы Ваших требований, если возможно, предложите альтернативу. Уважение к ребенку сейчас — фундамент уважительного отношения к Вам в настоящем и будущем.

*Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, вы всегда можете обратиться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.*