 **По дороге в школу**

 Из года в год тысячи детей первый раз переступают порог школы. А вместе с ними и их родители, для которых тот момент, наверное, еще более волнителен, чем для новоиспеченных школьников. И волнения понятны, ведь от того, насколько успешно освоит новую для него ситуацию, насколько уверенно он себя будет чувствовать, зависит формирование очень важных качеств личности, которые сохранятся на долгие годы, а именно чувство собственной компетентности, самостоятельности, успешности.

 Как постараться сделать так, чтобы этот шаг доставил вам и вашему ребенку радость, не дал разочарования, помог поверить в свои силы. Об этом мы и хотим поговорить.

 Прежде всего, стоит помнить о старых и надежных способах поддержания здоровья ребенка, необходимых ему всегда и особенно важных в данный период.

* Особое внимание обратите на соблюдение*:* ***режима дня*.** Его необходимо приблизить к школьному расписанию: просыпаться в 7-00, ложиться спать в 21- 21.30 и при его установлении необходимо проявить твердость. Иначе не выспавшийся ребенок вряд ли будет хорошим и примерным учеником.
* ***Полноценное питание.***
* ***Ограничение просмотра телепередач до 30 минут в день.***
* *Длительные (до 2-х часов)* ***прогулки на свежем воздухе.*** *Лучше в парке, у реки или хотя бы в небольшом скверике.*

 Необходимо заранее пройти обследование у педиатра, посетить врачей – специалистов. И если возникает необходимость, то пролечиться. Оставшееся до школы время посвятите закаливанию ребенка и физической подготовке: ходите босиком, обливайтесь холодной водой, запишитесь в бассейн.

 Следите за осанкой. Разучите 2 -3 упражнения, которые он сможет делать в промежутках между уроками, давая себе отдых и физическую нагрузку.

 Приучайте ребенка к опрятности, умению аккуратно есть, достаточно быстро переодеваться в спортивную форму, иначе в школе малыш может стать объектом насмешек своих одноклассников.

 Дети любят слушать, поэтому как можно раньше окружите своего малыша книгами и не жалейте времени на чтение вслух. А любую совместную прогулку используйте для того, чтобы научить ребенка видеть и наблюдать.

 **Возьмите за правило**: в течение всего подготовительного периода каждый день обязательно посвящать 20 – 30 минут занятию с ребенком. Задания должны быть интересными (лучше в форме игры или с ее элементами), но требующие усидчивости и внимания. Не надо насильно учить его читать и писать, лучше направить основные усилия на развитие памяти, пространственной ориентации математических понятий, работать над дикцией. Вот несколько рекомендуемых упражнений:

 Заучивание стихотворений, пословиц, частушек, загадок.

 Пересказ (как можно чаще) сказок, рассказов, мультфильмов, событий дня, жизни, всего, что интересно для него. Следите за правильностью изложения событий и за речью, не уставая тактично помогать правильно и грамотно выражать свои мысли.

 Рисование, лепка, раскрашивание – это один из лучших способов подготовки обучения к письму. Психологи доказали, то развитие пальцев рук способствует развитию речи, четкому произношению звуков.

 Отрабатывайте понятия «вверх», «вниз», «вправо», «влево», по диагонали (наискосок), 2 клетки вниз – поставь точку, 3 клетки вправо и т. д. Можно, обыгрывая эти понятия, создавать рисунки – дети будут в восторге.

 Штриховка очень помогает в становлении руки и твердости почерка. Например, любые нарисованные фигуры заштриховать карандашом, указывая направление: слева – направо, вверх – вниз.

 Занимаясь с ребенком, избегайте скуки и переутомления – тогда результаты вас обрадуют.

 И напоследок. Вы уже купили или только собираетесь приобрести школьные принадлежности, гордость первоклашек – портфель и пенал. Постарайтесь, чтобы эти вещи были удобными. Портфель – обязательно рюкзак. В пенале – полный набор: ручка, карандаши, обязательно и запасные, ластик, цветные карандаши, линейка. Возьмите за правило: первое время вместе с ребенком, а затем, контролируя его, пока он привыкнет делать сам, каждый вечер проверять – все ли находиться в ранце. Это научит малыша соблюдать порядок в рюкзаке.

  **Подготовила воспитатель МБДОУ д/с.№60**

 **Бобрикова Е.В.**