**Здравствуй, школа! Советы родителям первоклассников.**

Здравствуйте, уважаемые родители! Скоро 1 сентября и для Ваших детей прозвенит первый школьный звонок! Сколько новых забот, тревог. Переживаний, связанных с этим событием, и у Вас и у Ваших детей.

 Начало обучения в школе – один из наиболее важных, но, в то же время, и сложных моментов в жизни детей, как в социальном, психологическом, так и в физиологическом плане. Это не только новые условия жизни и деятельности ребёнка, но и изменение его социального статуса, появление новых контактов, зарождение новых взаимоотношений, появление новых обязанностей. Наступает определённый период взросления. Вся жизнь ребёнка начинает подчиняться законам учебной деятельности.

 Привыкание к школе, к новым условиям жизнедеятельности происходит не сразу. Не день и неделя требуются для того, чтобы освоиться в школе по-настоящему. Это довольно длительный процесс, называемый в психологии адаптационным периодом. Адаптационный период детей 6-7 лет длится в среднем до 8 недель. Что же делать, чтобы помочь первокласснику быстрее адаптироваться (привыкнуть) к школе?

 Поддерживайте в ребёнке стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьёзное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности. Рассказывайте ребёнку о своих школьных годах, это повысит его интерес к школе.

 Будите ребёнка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра не дёргайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если *"вчера предупреждали"*;

Не торопите. Умение рассчитать время на данном этапе - ваша задача, и если это плохо удаётся, это не вина ребёнка; Научите ребёнка собирать всё необходимое с вечера. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака. До школьного завтрака ему придётся много поработать.

Прощаясь на пороге школы, пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день;

 Обязательно интересуйтесь школьной жизнью ребёнка (как учебной, так и эмоциональной),но встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните как вы сами чувствуете себя в конце рабочего дня). Если же ребёнок чересчур возбужден, если жаждет поделиться, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займёт много времени;

Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, психологом, врачом, прочитайте литературу для родителей.

Помните, что в течении года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребёнка;

Составьте вместе с ребёнком распорядок дня так, чтобы учебные нагрузки чередовались с физическими, игрой и следите за его соблюдением.

Избегайте чрезмерных требований. Не спрашивайте с ребёнка всё и сразу. Не забывайте, что такие важные качества как прилежание, аккуратность, ответственность не формируются сразу. Ребёнок пока ещё учится управлять собой, организовывать свою деятельность и очень нуждается в поддержке и понимании со стороны взрослых. Задача пап и мам – запастись терпением и помочь ребёнку.

Не исключайте право на ошибку. Важно, чтобы ребёнок не боялся ошибаться. Если у него что-то не получается, не ругайте. Даже взрослому, когда он учится чему-то новому, не всё сразу удаётся. Если заметили ошибку, обратите внимание ребёнка на неё и предложите исправить. И обязательно в каждой работе найдите то, за что можно было бы его похвалить.

Не думайте за ребёнка. Помогая ребёнку выполнять задание, не вмешивайтесь во всё, что он делает. Иначе он начнёт думать, что неспособен справиться с заданиями самостоятельно. Не думайте и не решайте за него, иначе он быстро поймёт, что ему незачем заниматься, родители всё равно помогут всё решить.

Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудностей в обучении. Если у ребёнка есть логопедические трудности, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения;

Помните, что даже *"совсем большие дети"* (мы часто говорим 7-8 летнему ребёнку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковые поглаживания. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения.

Показывайте ребёнку, что его любят таким, каков он есть, а не его достижения. И ещё, уважаемые родители, нельзя никогда (даже в сердцах) говорить ребёнку, что он хуже других. Следует по возможности честно и терпеливо отвечать на любые вопросы сына или дочки. Старайтесь каждый день находить время, чтобы побыть на едине со своим чадом. Учите ребёнка свободно и непринуждённо общаться не только со своими сверстниками, но и со взрослыми. Не cтесняйтесь подчёркивать, что Вы им гордитесь. Будьте честны в оценках своих чувств к ребёнку. Всегда говорите ему правду, даже когда вам это не выгодно. Оценивайте только поступки, а не самого ребёнка. Не добивайтесь успеха силой. Всегда выполняйте свои обещания, данные малышу. Помните, дети относятся к себе так, как относятся к ним взрослые. Иногда пробуйте ставить себя на место своего ребёнка, и тогда будет понятнее, как вести себя с ним. Уверена, что Вы и Ваш первоклассник справитесь со всеми трудностями! Желаю успехов Вам и Вашему ребёнку!

Психолог МУЗ «Детская городская поликлиника № 2» г. Энгельса

Челюканова Е. А.