**Памятка родителям будущего первоклассника**

*Уважаемые родители, с поступлением Вашего ребенка в школу, обратите внимание на:*

• изменение режима для ребенка в сравнении с детским садом, увеличение нагрузки;
• необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности ребенка между выполнением уроков дома;
• наблюдением за правильной позой во время домашних занятий, соблюдение правил освещения рабочего места;
• предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук;
• обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов, овощей;
• организация правильного питания ребенка дома;
• закаливание ребенка, максимальное развитие двигательной активности;
• воспитание самостоятельности и ответственности ребенка, как главных качеств сохранения собственного здоровья.

**Педагог-психолог:Полесовщикова Наталья Александровна**

**Для благоприятной психологической адаптации ребенка к школе необходимо:**

• создание благоприятного психологического климата в отношении ребенка со стороны всех членов семьи;
• поддерживать самооценку ребенка в адаптации к школе (чем ниже самооценка, тем больше трудностей у ребенка в школе);
• самоценность ребенка для родителей, как первое условие школьного успеха, обязательное проявление родителями интереса к школе, к классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню; неформальное общение со своим ребенком после школьного пройденного дня;
• знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы;
• не допускать физических мер воздействий, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников);
• исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и моральные наказания;
• предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организации обоснованного контроля за его учебной деятельностью;
• поощрение ребенка и не только за учебные успехи, моральное стимулирование достижений ребенка, развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности.

**Педагог-психолог:Полесовщикова Наталья Александровна**

**Правила для подготовки ребенка к самостоятельной жизни**

• не отнимай чужое, но и свое не отдавай; попросили – дай, пытаются отнять – старайся защищаться;
• не дерись без причины;
• зовут играть – иди, не зовут – спроси разрешения играть вместе, это не стыдно; играй честно, не подводи своих товарищей; не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего, два раза ни у кого ничего не проси;
• будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность, из-за отметок не плачь, с учителем не спорь и не обижайся, не ябедничай, не наговаривай ни на кого;
• старайся быть аккуратным;
• помни, что ты не лучше всех, ты не хуже всех, ты неповторимый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

**Педагог-психолог:Полесовщикова Наталья Александровна**

**Памятка № 1 для родителей по предупреждению детской агрессивности**

1. Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия.
2. Не давайте своему ребенку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд.
3. Не ставьте своему ребенку каких бы то ни было условий.
4. Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребенка.
5. Не наказывайте своего ребенка за то, что позволяете делать себе.
6. Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребенку в угоду чему-либо.
7. Не шантажируйте ребенка своими отношениями друг с другом.
8. Не бойтесь поделиться с ребенком своими чувствами и слабостями.
9. Не ставьте свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных успехов.
10. Помните, что ребенок – это воплощенная возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы она была реализована в полной мере!

**Педагог-психолог:Полесовщикова Наталья Александровна**

**Памятка № 2 Уважаемые папы и мамы!**

       *Внимательно прочтите эту памятку! Для этого вооружитесь карандашом и вычеркните те пункты, которые воспитательной системы вашей семьи не касаются. Мысленно представьте лицо своего ребенка, будьте честны перед ним и перед собой! После анализа подумайте над тем, что можно еще изменить*.

*Агрессивность ребенка проявляется, если:*

• Ребенка бьют;
• Над ребенком издеваются;
• Над ребенком зло шутят;
• Ребенка заставляют испытывать чувство незаслуженного стыда;
• Родители заведомо лгут;
• Родители пьют и устраивают дебоши;
• Родители воспитывают ребенка двойной моралью;
• Родители не требовательны и не авторитетны для своего ребенка;
• Родители не умеют любить одинаково своих детей;
• Родители ребенку не доверяют;
• Родители настраивают ребенка друг против друга;
• Родители не общаются со своим ребенком;
• Вход в дом закрыт для друзей ребенка;
• Родители проявляют мелочную опеку и заботу по отношению к ребенку;
• Родители живут своей жизнью, и в этой жизни нет места их ребенку;
• Ребенок чувствует, что его не любят.

       Для преодоления детской агрессии в своем педагогическом арсенале родители должны иметь:

       *Внимание, сочувствие, сопереживание, терпение, требовательность, честность, откровенность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, сердечность, понимание, чувство юмора, ответственность, такт, дружелюбие, умение удивляться, надежду и любовь…*

**Педагог-психолог:Полесовщикова Наталья Александровна**