**Памятка для родителей**

 **«Теперь я первоклассник**»



***Советы родителям первоклассников***

Сегодня мне хочется обратиться к самым, пожалуй, счастливым родителям – родителям первоклассников – с такими словами: "Дорога наша жизнь, но дороже детей нет ничего". Так давайте остановимся на некоторых важных аспектах воспитания в адаптационный период.

Поступление в школу для ребенка – это стресс. Очень много нового и непривычного видит он в школе. Особенность сегодняшних детей, пришедших в первый класс, – быстрая утомляемость. На первом уроке они откровенно зевают, на третьем – лежат на партах. Чем мы, взрослые, можем помочь ребенку? Прежде всего стоит помнить о старых и надежных способах поддержания здоровья первоклассника. Это соблюдение режима дня: сон не менее 10 часов в сутки, обязательно полноценное питание, физические упражнения. Оправданным будет ограничение просмотра телепередач до 30 минут в день. Хорошо восстанавливают эмоциональное благополучие ребенка длительные (до двух часов) прогулки на воздухе – не прогулка по магазинам, а прогулка в парке. С раннего утра настраивайте ребенка на доброе отношение ко всему. Скажите: "Доброе утро", – и собирайтесь в школу без суеты.

а) Придя с ребенком в школу, постарайтесь обойтись без нравоучений, так как они ничего, кроме утренней усталости, не дают. А вот объяснить безопасный путь в школу ребенку необходимо. Безопасный, но не короткий.

б) Встречая ребенка в школе после уроков, порадуйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно, без вас, целых три часа. Терпеливо выслушайте его, похвалите, поддержите и ни в коем случае не ругайте – ведь пока еще не за что.

Что же делать, если появились первые трудности? Будьте щедры на похвалу, для первоклассника сейчас это очень важно. Замечание должно быть конкретным, а не касаться личности ребенка. Он не неряха, просто сейчас у него в тетради маленький беспорядок. Не делайте ребенку несколько замечаний сразу.

в) Ни в коем случае не сравнивайте ребенка с другими детьми. Это ведет либо к озлоблению, либо к формированию неуверенности в себе.

Я не встречала родителей, которые бы обижались на своих детей за испачканные пеленки, а вот за испачканные тетрадки – сколько угодно. Хотя и в том и в другом случае период марания неизбежен. Ребенку не нужна позиция прокурора, которую так часто занимают родители: "Будешь переписывать пять раз, пока не получится хорошо!" Это недопустимо. Пожалуйста, помните об этом.

Сегодня одна из главных задач школы – оздоровление ребенка, и потому в целях облегчения процесса адаптации первоклассника применяется ступенчатый режим учебных занятий с постепенным наращиванием учебной нагрузки: в сентябре – 3 урока по 35 минут каждый, со второго полугодия – 4 урока по 35 минут.

Духовное и физическое здоровье первоклассника зависит от контактов со всеми, кто работает в школе. Невозможно не уважать учителя начальной школы, потому что он работает и живет жизнью своих ребят. Поддержите словом и делом своего учителя, помогите ему. Не спешите осуждать учителя, администрацию школы, не торопитесь категорично высказывать свое мнение о них – лучше посоветуйтесь: ведь все, что делается учителем, прежде всего делается на благо вашего ребенка.

***Встреча встрече рознь***

Вспомните слова, которые произносятся чаще всего родители, когда их сын или дочь возвращается из школы. Конечно, вы угадали: "Какие сегодня оценки?" А вы попробуйте иначе. Встретив малыша в школьном вестибюле и направляясь к дому, спросите его: "Что сегодня на уроках было интересного? Что тебе понравилось, а что огорчило?" Какой необъятный внутренний мир, неизведанный пласт жизни собственного ребенка вы обнаружите. Как трепетно и доверчиво раскроется перед вами его сердце. Это дорогого стоит.

Дети любят похвалу, всегда стараются доставить радость родителям, но они должны быть уверены: их дела волнуют взрослых, заставляют близких беспокоиться и переживать. Вот и найдите повод похвалить ребенка. Пусть он почувствует удовлетворение от учебы, восторг от ощущения успеха. Таким образом, конкретная помощь первокласснику складывается из нескольких вещей: Непосредственного присутствия рядом с ними родителей; заинтересованности взрослых в учебном труде ребенка; Постоянного контроля за его деятельностью.

***Читайте детям на ночь!***

Собственно, постепенно это становится одним из любимых режимных моментов, объединяющих семью. И не просто развивает умение слушать, детский кругозор и воображение. Книга становится подарком, наградой. Из заинтересованного слушателя ребёнок постепенно превращается во вдумчивого читателя. Поймайте момент, когда ребёнок заглянет в книжку и спросит: «А что ты читаешь, мама?» Это наилучшее время сформировать у него интерес к чтению вообще и к слову, в частности. От вашего старания (а вы, конечно, будете читать очень выразительно и от души!) зависит, появится ли у вашего чада желание прочитать так же, как вы. Ведь дети берут пример с нас – родителей. А наша задача – показать как можно больше положительных примеров.

***Упражнение на развитие произвольного внимания.***

Ребенку дают лист бумаги, цветные карандаши и просят нарисовать в ряд 10 треугольников. Когда эта работа будет завершена, ребенка предупреждают о необходимости быть внимательным, так как инструкция произносится только один раз. "Будь внимательным, заштрихуй красным карандашом третий, седьмой и девятый треугольники" Если ребенок переспрашивает, ответить - пусть делает так, как понял. Если ребенок справился с первым заданием, можно продолжить работу, постепенно усложняя задания.

***Самое главное: Помните что успехи детей это успехи их родителей!***