

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?

- ❖ 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.**
- ❖ С раннего утра настраивайте ребенка на доброе отношение ко всему. Скажите: "Доброе утро", – и собирайтесь в школу без суеты.

А еще:

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

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?

в) **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.

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

- Нет 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.



- **Учение - это нелегкий и ответственный труд.** Поступление в школу существенно меняет жизнь ребенка, но не должно лишать ее многообразия, радости, игры. **У первоклассника должно оставаться достаточно времени для игровых занятий.**

• 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.**

Рекомендации
родителям

«В первый раз, в первый класс!»

"Какими дети рождаются, это ни от кого не зависит, но чтобы они путем правильного воспитания сделались хорошими - это в нашей власти"

Плутарх

Подготовила:
педагог-психолог МБДОУ
«Детский сад №401» г.о. Самара
Аглиуллина Р.Р.



САМАРА 2014