

# Памятка

## для родителей будущих первоклассников

Родительская поддержка - это процесс, в ходе которого вы, уважаемые папы и мамы:

- сосредоточены на достоинствах ребёнка, укрепляя тем самым в нём самооценку;
- помогите ему поверить в себя и в свои силы;
- помогайте избегать ошибок;
- не осуждайте в случае неудач.

Если ребёнок не всегда успешно справляется с заданием, дайте ему понять, что ваше отношение к нему не изменилось.

Поддержка основана на том, чтобы ребёнок чувствовал свою нужность и вашу заботу. Для того, чтобы снять дневное напряжение, нужно постараться создать благоприятные условия:

- не занимайтесь с ребёнком после 19:00;
- не вспоминайте дневные неудачи;
- не ругайте за несобранный портфель, а спокойно предложите собрать его вместе;
- пойдите с ним на прогулку, отвлеките;
- спокойный, глубокий сон не менее 8 – 10 часов позволяет восстановить силы, работоспособность;
- на ночь смотреть по телевидению только спокойные программы, а не триллеры, ужастики, боевики. Не стоит перегружать нервную систему ребёнка;

*Ласка - это не пустяк, а уверенность ребёнка в себе.*

Первоклассники переживают огромный психологический стресс. Для ребенка началась новая жизнь, и он не в состоянии мгновенно привыкнуть к новой роли. Поставьте себя на его место: новый коллектив, вместо воспитателя – учительница и новые обязанности. А родители вместо того чтобы помогать, начинают предъявлять к первоклассникам слишком высокие требования и ребенок физически не в состоянии их выполнять. Помимо этого, взрослые боятся, что ребенок будет без дела шататься по улице, и стараются максимально загрузить детский досуг. Они отдают малыша в несколько секций и требуют от него невозможного. Не каждый взрослый в состоянии удовлетворить запросы родительских амбиций, не говоря о семилетнем малыше.

## И общие советы, как их преодолеть:

Многие родители, пытаясь приучить малыша к самостоятельности, не помогают ему делать уроки, а только проверяют уже выполненное задание. Но не каждый ребенок в состоянии самостоятельно сделать даже простое задание. Потребуется несколько месяцев, чтобы ребенок понял, что домашнее задание это его обязанность, которую надо выполнять. Поэтому первое время вы должны мягко напоминать малышу, что пора садиться за книжки и помогать ему, хотя бы своим присутствием.

Непременным атрибутом учебы являются – школьные принадлежности. Всевозможные пеналы, тетрадки, ручки, ластики, папки – первоклассник воспринимает как новые игрушки. Поэтому не экономьте на этих необходимых атрибутах. Позвольте ребенку участвовать в выборе школьных принадлежностей, они поддерживают интерес к учебе.

## Первокласснику необходим твердый распорядок дня.

После школы и обеда дайте малышу один-два часа свободного времени. Пусть он отдохнет, поиграет, подышит свежим воздухом. Но не откладывайте домашнее задание на поздний вечер. После 17-18 часов сосредоточенность и способность воспринимать новую информацию резко снижается. Оптимальное время выполнения уроков – 16-17 часов – ребенок уже отдохнул после школы и еще не устал играть. Только не заставляйте его, быстро бросить игрушки и садится за уроки, потому что пришло время. Дождитесь момента, когда ребенок отложит одну игрушку и еще не возьмется за другую. Если вы будете прерывать увлеченно играющего малыша – возникнет протест и необходимость выполнения домашних заданий быстро приобретет негативную окраску.

*Всегда начинайте с самого трудного, пока внимание на высоте.* А то, что ребенку знакомо с детского сада (например, рисование) он сумеет сделать и после того, как кривая сосредоточенности пойдет на спад.

Если у ребенка что-то не получается, помогите ему на промежуточных стадиях. Только не стоит делать за него домашнее задание целиком. Плавное подведите к верному решению, но окончательный ответ он должен дать сам.

В заключение обязательно похвалите малыша: «Вот видишь, какой ты молодец. Я тебе только немного помогла, и ты сам решил этот сложный пример». Тогда у ребенка появится позитивная установка «Я сам все могу».