

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

1. Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
2. Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.
3. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получаться, это естественно. **Ребенок имеет право на ошибку.**
4. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
5. Не пропускайте трудности, возможные у ребенка на начальном этапе овладения учебными навыками. Если у первоклассника, например, есть логопедические проблемы, постарайтесь справиться с ними на первом году обучения.
6. Поддержите первоклассника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
7. Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.
8. С поступлением в школу в жизни вашего ребенка появился человек более авторитетный, чем вы. Это учитель. Уважайте мнение первоклассника о своем педагоге.
9. 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.
10. **Режим** основан на закономерностях, по которым живет организм. Если соблюдать основные моменты режима (утренняя **зарядка** (лучше вместе с родителем), **после школы отдых, прогулка** (суточная норма не менее 3-3,5 часов), **активные игры** в движении (суточный объем активных движений должен быть не менее 2 часов), **прогулка перед сном** (хотя бы 15-30 минут) и длительный **ночной сон** – не менее 10 часов), то укрепляется основа основ нашей деятельности – нервная система, повышается сила, уравновешенность нервных процессов. В результате нервная система приобретает способность быстро приспосабливаться к новой обстановке, к новым видам деятельности, не поддаваться утомлению.
11. Лучшее время для приготовления уроков-15-16 часов, через каждые 25-30 минут перерыв.
12. При занятиях дома необходимо учитывать закономерности работоспособности: дать время собраться, сосредоточиться – 3-5 минут (не торопите ребенка в этот момент, лучше проговорите с ним, что будете сейчас делать), не требовать приготовления всех заданий в один присест. Если видите, что ребенок отвлекается, крутится, подтягивается – дайте ему возможность передохнуть. Начинайте выполнение домашней работы с самого легкого предмета, затем переходите к выполнению самого трудного, а потом все остальное.
13. Специальными исследованиями установлено: продолжительность непрерывного чтения не должна в 6 лет превышать 8 минут, а в 7-8 лет – 10 минут. Оптимальная продолжительность непрерывного письма – 3 минуты. Не забывайте о перерывах.
14. Важно помнить: то, что сегодня ребенок делает с помощью родителей, завтра он сможет выполнять сам, если делать дело с ним, а не за него.