**Практические рекомендации родителям**

**будущих первоклассников**

1. Будите ребенка утром спокойно, ваша улыбка и ласковый голос при пробуждении важны для него. Не стоит дергать его по пустякам, укоряя за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

2. Ребенка с утра лучше не подгонять и не торопить. Умение рассчитать время - ваша задача.

3. Утром вместо «предупреждений»: «Смотри не балуйся», «Веди себя хорошо!», пожелайте ребенку удачи, подбодрите – у него впереди трудный день.

4. Встречая чадо после школы, дайте ему расслабиться, успокоиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня), тогда он расскажет о прошедшем дне всё сам. Если же ребенок, наоборот, возбужден, жаждет поделиться чем-то, то не отмахивайтесь, выслушайте, это не займет много времени.

5. Чем труднее и неудачнее сложился день для вашего ребенка, тем внимательнее должны быть к нему вы. Обязательно найдите за что похвалить ребенка, и только после этого можете закончить разговор с ним.

6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь делать выводы, всегда нелишне послушать мнение о событии и собственного ребенка.

7. Перед выполнением домашних заданий необходимы 2-3 часа отдыха (а в первом классе лучше 1,5 часа поспать для восстановления сил), лучшим временем для приготовления уроков считается период с 15 до 17 часов.

8. Ограничьте время нахождения вашего ребёнка за телевизором и компьютером до 0,5- 1 часа в день. Времяпрепровождение перед телевизором и за компьютером НЕ являются отдыхом или разгрузкой после напряжённого дня, а действуют возбуждающе на неокрепшую нервную систему ребёнка, провоцируя повышенную утомляемость, перевозбуждение, раздражительность и др. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

9. Не заставляйте делать все уроки в один присест, после 20-30 минут занятий необходимы «подвижные» 10-15-минутные перерывы.

10. Во время приготовления уроков наберитесь терпения и предлагайте свою помощь только тогда, когда она нужна. Не думайте за ребёнка. Если у него не всё получается, то тогда необходима ваша поддержка: «Не волнуйся, все получится», «Давай разберемся вместе».

11. А самое главное, постарайтесь не воспринимать помощь ребёнку как тяжелый труд, радуйтесь и получайте удовольствие от процесса общения, не теряйте чувство юмора. Помните, что у вас появилась прекрасная возможность подружиться с ребёнком.

12. Выработайте единую тактику общения взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с врачом, учителем, психологом.

13. В течение учебного года есть критические периоды, когда учиться труднее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Для первоклассника это первые 4-6 недель, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти – в эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

14. Будьте также внимательными к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие, чаще всего это объективные показатели трудностей в учебе.

15. Обращайте внимание на любые затруднения, особенно если последние становятся систематическими. Все проблемы с учебой, поведением и здоровьем гораздо проще решить в самом начале – они все равно никуда не уйдут сами!

16. Верьте в своего ребенка! Радуйтесь его успехам, не делайте трагедий из неудач. Вселяйте в него уверенность, что он все может, всего достигнет, стоит ему захотеть.

17. Хорошей поддержкой для него будут сказка перед сном, песенка, ласковое поглаживание – это успокаивает, снижает напряжение (и никаких напоминаний о завтрашней контрольной!).

18. Лучше не заставлять ребенка переписывать домашнее задание. Это ведет к переутомлению и «отбивает» интерес к их выполнению. Пусть учится делать уроки аккуратно сразу.

19. На сегодняшний день одной из самых распространенных родительских ошибок является стремление вырастить вундеркинда, чтобы их ребенок хорошо учился и вообще был «самым-самым». Если ваш ребенок действительно гений, то он все равно  проявит себя. Однако помните, что перегрузка ребенка занятиями может негативно сказывается на его здоровье и желании учиться.

20. Низкая оценка – это психологическая травма для ребенка, поэтому наказывать за плохую оценку не нужно. И вы, и ребенок должны понимать, что такая оценка – как красная лампочка: здесь недоучил, не разобрался, недостаточно постарался.

21. Приучайте детей к самообслуживанию: собрать портфель, завязать шнурки, надеть спортивный костюм, убрать за собой в столовой … и многое другое в школе придется делать самому, да еще в условиях ограниченного переменой времени.

**Помните: от того, как пройдет первый учебный год, во многом зависит вся последующая школьная жизнь ребёнка!**