



Памятка родителям первоклассников

В 6-7 лет формируются мозговые механизмы, позволяющие ребенку быть успешным в обучении. Медики считают, что в это время ребенку очень трудно с самим собой. И тысячу раз были правы наши прабабушки, которые отправляли своих отпрысков в гимназии в 9 лет, когда нервная система уже сформировалась.

Однако серьезных срывов и болезней можно избежать и сегодня, если соблюдать самые простые правила.

Правило 1.

Никогда не отправляйте ребенка одновременно в первый класс и какую-то секцию или кружок. Само начало школьной жизни считается тяжелым стрессом для 6-7-летних детей. Если малыш не будет иметь возможности гулять, у него могут возникнуть проблемы со здоровьем, может начаться невроз. Поэтому, если занятия спортом и музыкой кажутся вам необходимой частью воспитания вашего ребенка, начните водить его туда *за год до начала учебы или со второго класса.*

Правило 2.

Помните, что ребенок может концентрировать внимание не более 10-15 минут. Поэтому, когда вы будете делать с ним уроки, через каждые 10-15 минут необходимо

прерываться и обязательно давать малышу физическую разрядку. Можете просто попросить его попрыгать на месте 10 раз, побегать или потанцевать под музыку несколько минут. Начинать выполнение домашних заданий лучше с письма. Можно чередовать письменные задания с устными. Общая длительность занятий не должна превышать одного часа.

Правило 3.

Компьютер, телевизор и любые другие занятия, требующие большой зрительной нагрузки, должны продолжаться *не более часа в день* – так считают врачи-офтальмологи и невропатологи во всех странах мира.

Правило 4.

Больше всего на свете в течение первого года учебы ваш малыш нуждается в поддержке. Он не только формирует свои отношения с одноклассниками и учителями, но и впервые понимает, что с ним самим кто-то хочет подружиться, а кто-то и нет. Именно в это время у малыша складывается свой собственный взгляд на себя. **И если вы хотите, чтобы из него вырос спокойный и уверенный в себе человек, обязательно хвалите его.** Поддерживайте, не ругайте за двойки и грязь в тетради. Все это мелочи по сравнению с тем, что от бесконечных упреков и наказаний ваш ребенок потеряет веру в себя. Ребёнок может ошибиться, ведь он только учится. Объясните, что сделано неправильно и, если требуется, помогите исправить. *Если есть какие-то трудности, не запускайте их, а решите на начальном этапе.* **Чаще ставьте себя на место своего ребёнка и вспоминайте себя в его возрасте. Создавайте благоприятный климат в семье.**

Правило 5

Поддержите ребёнка в его стремлении стать школьником. Заинтересованность в школьных делах, серьёзное отношение к первым успехам и достижениям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

Обсудите с ребёнком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.

Если вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом к учителю или школьному психологу.

Правило 6.

Желательно познакомиться с одноклассниками и пообщаться с ними после уроков.

Необходимо проявлять интерес к школьным делам ребёнка, к школе, классу, к каждому прожитому в школе дню.

Правило 7.

Предоставлять ребёнку самостоятельность в учебной работе и вместе с тем обоснованно контролировать его учебную деятельность. Поощрять ребёнка, и не только за учебные успехи.

Нужно стараться, чтобы ребёнок дольше оставался «почемучкой». Школьник, не задающий вопросов, - это повод для родительской тревоги. «Любознательность создаёт учёных».

Семья должна формировать культ интеллекта – в создании домашней библиотеки, в интересных беседах, спорах. Нужно всё **начинать** делать вместе с ребёнком.



Памятка родителям первоклассника

Нельзя:

1. Будить ребенка в последний момент перед уходом в школу, объясняя это себе и другим большой любовью к нему.
2. Кормить ребенка перед школой и после нее сухой пищей, бутербродами, объясняя это себе и другим тем, что ребенку такая еда нравится.
3. ***Требовать от ребенка только отличных и хороших результатов в школе, если он к ним не готов.***
4. Сразу после школьных уроков выполнять домашние задания.
5. Лишать детей игр на свежем воздухе из-за плохих оценок.
6. Заставлять ребенка спать днем после уроков и или лишать его этого права.
7. ***Кричать на ребенка вообще и во время выполнения домашних заданий, в частности.***
8. Заставлять многократно переписывать в тетрадь из черновика.
9. Не делать оздоровительных пауз во время выполнения домашних заданий.
10. Ждать папу и маму, чтобы начать выполнять уроки.
11. Сидеть у телевизора и за компьютером более 40-45 мин. в день.

12. *Смотреть перед сном страшные фильмы и играть в шумные игры.*
13. *Ругать ребенка перед сном.*
14. Не проявлять двигательную активность в свободное от уроков время.
15. *Разговаривать с ребенком о его школьных проблемах зло и назидательно.*
16. *Не прощать ошибки и неудачи ребенка.*

Успеха в школьной жизни!