**В нашем доме первоклассник!**

Школа… как много ожиданий, надежд, волнений связывают дети, родители, учителя с этим словом.

**Поступление в школу – это начало нового этапа в жизни ребенка, вхождение его в мир знаний, новых прав и обязанностей, сложных и разнообразных взаимоотношений со взрослыми и сверстниками.**

У вас Событие - ваш ребенок впервые переступил порог школы. Как он будет успевать в школе, понравится ли ему быть учеником, как сложатся взаимоотношения с учителем, одноклассниками? Эти тревоги одолевают всех родителей, даже если в школу идет уже второй, третий или пятый ребенок.

Это естественно, поскольку каждый маленький человек – неповторим, у него свой внутренний мир, свои интересы, свои способности и возможности. И главная задача родителей совместно с педагогами – так организовать обучение, чтобы ребенок с удовольствием посещал школу, познавал окружающий мир и, конечно, хорошо учился.

**Как помочь первоклашкам легче адаптироваться в новом для них мире?**

**Пробуждение:**

* Будите его спокойно, без криков и упреков.  Проснувшись, он должен видеть Вашу улыбку и слышать Ваш ласковый голос. Не подгоняйте его с утра и не дер­гайте по пустякам. Тем более не стоит с утра наваливать на ребенка его вчерашние оп­лошности (даже если перед сном он так и не убрал на место игрушки - сейчас не время делать ему по этому поводу замечание).

**Собираемся в школу:**

* Не торопите его. Правильно рассчитать время, которое нужно ему на сборы в школу - это Ваша, а не его задача. И если он не успевает собраться - это Ваша вина: завтра разбудите его пораньше на столько, на сколько он "закопался" сегодня.

**Завтрак:**

* Покормите ребенка перед школой: даже если ребенок кушает в школе, до школьного завтрака пройдет несколько уроков, и не дело, если на них ребенок будет думать о бутерброде с маслом, а не о письме.

**Идем в школу:**

* Сделайте так, чтобы Ваш ребенок ходил в школу и из школы в сопровождении взрослых или надежных старших товарищей; предупредите об этом учителя.

**Прощаемся:**

* Прощаясь с ребенком, не нагружайте его фразами "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "смотри, чтобы сегодня не было плохих отметок" и т.п. Гораздо полезнее на прощанье пожелать малышу удачи, подбодрить, найти хоть пару ласковых слов - ведь у него впереди новый, и пока не понятный день.

**Забираем ребенка из школы:**

* При встрече ребенка из школы, забудьте фразы типа: "Что ты сегодня получил?", "Как успехи в школе" или, еще хуже, ироничные высказывания вроде: "Ну как, сегодня без двоек?", "Ну, двоечник, как успехи?". Встречайте первоклассника спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте ему расслабиться (вспомните, как Вы сами себя чувствуете после тяжелого рабочего дня и многочасового общения с людьми). Но если ребенок чересчур возбужден и сам жаждет сходу поделиться чем-то, едва вернувшись со школы - не откладывайте разговор на потом, выслушайте его - это не займет много времени. Подумайте о том, как иногда Вам самим важно, чтобы Вас кто-нибудь выслушал.
* Если Вы видите, что ребенок огорчен и молчит - не допытывайтесь, пусть успокоится. Тогда и расскажет все сам. А нет - осторожно поинтересуйтесь потом сами. Но не пытайтесь удовлетворить свое любопытство сию минуту. Уважайте чувства ребенка.

**Связь с учителем:**

* Регулярно беседуйте с учителем Вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми.
* Интересуйтесь успехами ребенка у учителя, не в присутст­вии малыша! А, выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать ребенку «взбучку». Для того чтобы делать какие-либо выводы, нужно выслушать обе стороны.
* Оставьте свой телефон (лучше и личный, и рабочий) классному руководителю, чтобы с Вами могли легко и быстро связаться.

 **Делаем домашнее задание:**

* Не требуйте от ребенка, чтобы он сразу после школы садился за уроки. Перерыв в 2-3 часа ему просто необходим. А еще лучше, если Ваш первоклашка поспит полтора часа - это лучший способ восста­новить умственные силы.
* Не заставляйте его делать все уроки в один присест. После 15-20 минут занятий лучше делать 10-15-минутные "переменки", и лучше, если они будут подвижными.
* Не сидите над душой, когда ребенок делает домашнее задание. Дайте ему возможность работать самостоятельно. Но уж если нужна Ваша помощь - наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу") и похвала, даже если у него не очень-то получается, жизненно необхо­димы. Иначе быстро отобьете у ребенка охоту просить Вас о помощи в будущем.

**Общение с ребенком:**

* Хотя бы полчаса в день посвятите только ребенку, не отвлека­ясь на домашние заботы, телефонные звонки, телевизор и общение с другими членами семьи. Пусть в этот момент он поймет, что для вас нет ничего важнее его дел, его забот, радостей и неудач. Да, конечно он уже взрослый и уже ходит в школу, но это всё тот же ваш ребенок, который хочет тепла и ласки, ту родительскую любовь, которую он получал и раньше и даже больше.
* Желательно, выработать единую тактику общения с первоклассником всех взрослых в семье. А свои разногласия по поводу того, что "педагогич­но", а что нет - решайте без него. Если что-то не получается, посове­туйтесь с учителем, школьным психологом, почитайте соответствую­щую литературу. Не надо думать, что все решится, само собой. Изобретать велосипед, конечно, не возбраняется, но жизнь ребенка не самый подходящий полигон для экспериментов.

**Особенности адаптации:**

* Помните, что в течение учебного года есть "критические" периоды, когда учиться становится сложнее, ребенок быстро утомляется у него снижена работоспособность. Для первоклашки это: первые 4-6 недель (и 3-4 недели для учеников 2-4-х классов), затем - конец 2-й четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул I середина третьей четверти. В эти периоды нужно быть особенно вни­мательной к состоянию ребенка.

**Ложимся спать:**

* Учтите, что даже "совсем большие" дети (как часто можно слышать в обращении к 7-8-летним: "ты уже большой!") любят сказку на ночь, песенку или ласковое поглаживание. Все это успокаивает малыша. Помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не напоминать ему перед сном о неприятностях, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п. Завтра новый день, и в ваших руках сделать все, чтобы он был спокойным, добрым и радостным. Поверьте, можно прожить его без того, чтобы читать ребенку нотации.

**Общие рекомендации:**

* Ваше участие и ваш интерес положительно скажутся на развитии познавательных способностей ребен­ка. И эти способности вы также сможете ненавязчиво направлять и укреплять в дальнейшем. Сдерживайтесь и не «ругайте» школу и учителей в присутствии ребенка. Нивелировка их роли не позво­лит ему испытать радость познания.
* Не сравнивайте ребенка с одноклассниками, как бы они ни были вам симпатичны или наоборот. Вы лю­бите ребенка таким, какой он есть, и принимаете таким, какой он есть, поэтому уважайте его индивиду­альность.
* Будьте последовательны в своих требованиях. Если стремитесь, например, чтобы ребенок рос самостоя­тельным, не спешите предлагать ему помощь, дайте ему почувствовать себя повзрослевшим. С пониманием относитесь к тому, что у вашего ребенка что-то не будет получаться сразу, даже если это кажется вам элементарным. Запаситесь терпением. Помните, что высказывания типа: «Ну, сколько раз тебе нужно повторять? Когда же ты, наконец, научишься? Что же ты такая неумеха?» — кроме раздра­жения с обеих сторон, ничего не вызовут.
* Хорошо, если ребенок в трудный первый год учебы будет ощущать поддержку. Ваша вера в успех, спо­койное, ровное отношение помогут ребенку справиться со всеми трудностями.

«Быть готовым к школе – значит не только уметь читать, писать и считать.

Быть готовым к школе – значит быть готовым всему этому научиться...»

Л. А. Венгер.

Школьный психолог Голачева Наталья Ивановна