

СОВЕТЫ РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

Первый класс — стресс не только для детей, но и для родителей. Надо понять, кто будет забирать ребенка после школы, наладить отношения с учителем, купить правильные ручки и, конечно, избежать конфликтов в родительских чатах. Иногда паникующие мамы и папы передают свои эмоции и будущим школьникам. Как этого избежать, постараемся найти ответ.

Самый главный совет: без паники! Да, будут определенные сложности — у каждого ребенка свои. Но малышу нужны адекватные поддерживающие родители, которые помогут преодолеть трудности.

1. СФОРМИРУЙТЕ ЖЕЛАНИЕ ИДТИ В ШКОЛУ.

Мама и папа должны «прорекламирровать» школу и рассказать о ней как можно больше и интереснее. Для этого стоит устроить совместные просмотры фильмов и мультиков про школу, прогуляться до школьного здания, показать школьные альбомы родителей. Выберите вместе с ребенком форму, рюкзак и канцелярские принадлежности — дети это очень любят

Расспросите ребенка о его ожиданиях от первого учебного дня и поделитесь своим опытом. Вы можете рассказать, как тревожно вам было идти в первый класс, чтобы ребенок понял, что испытывать такие чувства — нормально.

И еще: следите за своим состоянием. Если вы нервничаете и суетитесь, ребенок это, поверьте, заметит. Попробуйте честно проговорить свои эмоции: откуда взялись страхи, с чем они связаны, как от них избавиться?

2. ПОРАБОТАЙТЕ НАД РЕЖИМОМ.

Начиная с августа время отбоя и подъема будущего школьника необходимо постепенно подводить к школьному: ложиться раньше и вставать раньше. Это поможет ребенку легче привыкнуть к новому режиму. Отбой должен быть в такое время, чтобы утром первоклассник проснулся самостоятельно или очень легко — буквально от поглаживания.

Уделите внимание эмоциям ребенка и его реакциям на неудачи: вот у него не получается решить пример, что он делает? Если плачет и сильно расстраивается, подскажите, как можно справиться с этими эмоциями: подышать, обнять мягкую любимую игрушку, выйти из комнаты/класса, чтобы умыться и прийти в себя. Объясняйте, что ошибаться — не страшно и абсолютно нормально.

3. УДЕЛИТЕ ВНИМАНИЕ НЕКОТОРЫМ НАВЫКАМ.

- **Усидчивость.** То есть умение спокойно сидеть на протяжении всего урока. Естественно, совсем не отвлекаться на посторонние вещи невозможно, но, по крайней мере, ребенок должен уметь самостоятельно возвращать свое внимание к занятию.

- **Способность попросить помощи.** Ребенок должен научиться без стеснения обращаться к незнакомому взрослому. В школе есть не только классный руководитель, но и медсестра, библиотекарь, гардеробщица, охранник, сотрудники столовой. Будущий первоклассник должен уметь поздороваться и обозначить свой вопрос. Причем сделать это вежливо.

- **Умение назвать себя и свои потребности.** Ребенок должен твердо знать свое ФИО, ФИО родителей, как минимум один телефон и на что у него аллергия.

- **Навык пользования общественным туалетом.** Да, это может вызывать затруднения. И да, лучше всего справиться с ними до начала регулярных походов в школу.