***РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ***

1. Чтобы ребенок научился распознавать клеточки в тетради, рисуйте, займитесь мозаикой, маленькими фишками.
2. Рисуйте узоры, дорисовывайте до узнаваемого рисунка или смешного. Малыш научится видеть не только плоскость, но и линию. Это разовьет и его воображение.
3. Раскрашивайте рисунок карандашами то густо, то бледно. Карандаши хорошо менять: то толстый, то тонкий.
4. Возьмите акварельные краски и тонкую кисточку и учите ребенка обводить рисунки. Сначала крупные (фигурки, цветы), затем поменьше (ягодки, кружочки).
5. Затем закрашивайте рисунки акварелью, чтобы кисточка оставляла тоненькую полоску. Так рука и глаз приучатся работать вместе.
6. Научите ребенка набирать петли на толстых спицах и вязать толстыми спицами. Это тренирует локоток и терпение, поможет малышу ровно держать спину

 во время письма за партой.

1. Лепите из пластилина – это тренирует пальчики, ведь они такие непослушные.
2. Купите перьевую ручку и пишите все, что вам захочется (шариковая ручка напрягает мышцы кисти).
3. Не заучивайте букварь наизусть. Учите буквы все сразу и читайте книги

с короткими текстами.

1. Покупайте детские журналы и разгадывайте ребусы, кроссворды, находите различия и сходство в картинках. Это поможет развить логическое мышление.
2.  Не запрещайте играть девочкам в куклы, а мальчикам в машины. Играя, они освоят счет и задачи.

***ПРИМЕРНЫЙ РЕЖИМ ДНЯ ПЕРВОКЛАССНИКА***

**УТРО.** Ребенку необходимо умыться, одеться, убрать свою постель. Эти

умения должны быть сформированы до того, как ребенок пойдет в

школу. Необходимо в этот период времени постараться обойтись без

излишней спешки и нервозности, одергивания и покрикивания на детей,

а учиться общению с детьми в сложных условиях.

 **ДОРОГА ДО ШКОЛЫ**. Использовать путь до школы в качестве

неторопливой прогулки перед школой. Поэтому из дома лучше выходить

заранее.

 **ЗАНЯТИЯ В ШКОЛЕ**.

 **ДОРОГА ИЗ ШКОЛЫ ДОМОЙ**. Нужно сделать постоянным требование:

после школы – сразу домой, а все остальное – после обеда.

 **ПЕРЕОДЕВАНИЕ ПОСЛЕ ШКОЛЫ.**

 **ОБЕД.**

 **СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ**. Возможно его использование на сон, прогулку,

отдых, выполнение посильной работы по дому, регулярной и

контролируемой со стороны взрослых. Стоит прислушаться к мнению

врачей по поводу распределения свободного времени:

* не менее 3 часов должно отводиться на прогулку и подвижные игры;
* 30-40 минут на посильную работу по дому;
* 1 час на самообслуживание;
* оставшееся время на кружки, секции и другие учреждения
* дополнительного образования;
* на подготовку домашних заданий учащимся 1 класса отводится 1
* час времени.

 **ВЕЧЕРОМ** следует отвести время для общения с ребенком,

непродолжительного просмотра детских передач по телевизору

или работы на компьютере.

 **ПОДГОТОВКА КО СНУ.**

 **НОЧНОЙ СОН.**

***Это основные элементы режима дня ученика 1 класса. Приучать ребенка к такому режиму дня следует до начала занятий в школе. На привыкание к новому распорядку может уйти от двух недель до двух месяцев. Но работы для этого предстоит проделать очень много. Желательно, чтобы табличка с таким режимом дня висела над рабочим столом первоклассника.***

**10 советов родителям будущих первоклассников.**

**Совет 1.** Помните, что Вы выбираете школу не для себя, а для Вашего ребенка, поэтому попробуйте учесть все факторы, которые могут осложнить его обучение.

**Совет 2**.Обязательно познакомьтесь со школой, условиями обучения, педагогами.

**Совет 3**. Выясните, по какой программе будет учиться Ваш ребенок, какая будет у него нагрузка (сколько уроков в день, есть ли обязательные дополнительные занятия).

**Совет 4.** Узнайте, когда начинаются занятия, и рассчитайте, сколько времени необходимо на дорогу в школу. Добавьте еще час на утренние процедуры и завтрак – не придется ли вставать слишком рано?

**Совет 5.** Постарайтесь познакомиться и побеседовать с учительницей Вашего ребенка. Подумайте, сможет ли она учесть его особенности (и захочет ли).

**Совет 6.** Уточните, в какое время ребенок будет возвращаться домой из школы. Это необходимо, если Вы планируете какие-либо дополнительные занятия (музыкальная школа, кружки, секции).

**Совет 7.** Подготовьте место для занятий ребенка дома. Проследите, чтобы мебель соответствовала росту ребенка. Это место должно быть хорошо освещено (желательно естественным светом), должно быть удобным и не содержать ничего лишнего.

**Совет 8**. Не настраивайте ребенка только на успех, но и не запугивайте неудачами.

**Совет 9**. Помните, что адаптация к школе не простой процесс и происходит совсем не быстро. Первые месяцы могут быть очень сложными. Хорошо, если в этот период привыкания к школе кто-то из взрослых будет рядом с ребенком.

**Совет 10.** Не относитесь к первым неудачам ребенка как к краху всех Ваших надежд.

***Помните: ему очень нужна Ваша вера в него, умная помощь и поддержка.***

**Памятка для родителей первоклассников**

**1**. Будьте терпеливы, не спешите. Если какое-то упражнение не получается, сделайте перерыв, вернитесь к нему позднее.

1. Не проявляйте излишней тревоги по поводу недостаточных успехов и недостаточного продвижения вперед или даже некоторого регресса
2. Не заставляйте ребенка делать упражнения, если он вертится, устал, расстроен; займитесь чем-то другим. Постарайтесь определить пределы выносливости ребенка и увеличивайте длительность занятий каждый раз на очень небольшое время.
3. Избегайте неодобрительной оценки, находите слова поддержки, чаще хвалите ребенка за его терпение, настойчивость и т.д. Никогда не подчеркивайте его слабости в сравнении с другими детьми. Формируйте у него уверенность в своих силах.
4. Обеспечьте условия для игры ребенка со сверстниками. Игра для ребенка – это его работа, как потом его работой станет учение.
5. Научите: умению быть вежливыми в общении со сверстниками и взрослыми, умению соблюдать правила и обычаи, принятые в школе, умению быть дисциплинированными.

***А самое главное, постарайтесь не воспринимать занятия с ребенком как тяжелый труд, радуйтесь и получайте удовольствие от процесса общения, никогда не теряйте чувство юмора. Помните, что у вас появилась прекрасная возможность больше общаться с ребенком.***

**Как понять, что ребенок перегружен?
\*** ребенок худеет
\* часто жалуется на плохое самочувствие
\* у него синяки под глазами
\* беспокойно спит и плохо ест
\* могут появиться навязчивые движения: подергивание мышц лица, нервные покашливания
\* ребенок грызет ногти
\* появляются запинки в речи, заикание
\* пропадает интерес к знаниям, любовь к школе и учителям