**Практические рекомендации «Роль семьи в адаптации ребенка к школе».**

Родители играют важную роль в адаптации ребенка к новым социальным условиям, поэтому им очень важно выстроить свое поведение и воспитательную позицию так, чтобы стать настоящим помощником и поддержкой ребенка в этот сложный для него период жизни. Вот некоторые рекомендации, выполнение которых позволит ощутить Вашему ребенку успешность при обучении.

1. Будите ребёнка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дёргайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

2. Не торопите. Умение рассчитать время – ваша задача, и, если это плохо удаётся, это не вина ребёнка.

3. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придётся много поработать.

4. Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая: «смотри не балуйся», «веди себя хорошо», «чтобы сегодня не было плохих отметок» и т.п. Пожелайте ребёнку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов – у него впереди трудный день.

5. Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?» Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжёлого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребёнок чересчур возбуждён, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займёт много времени.

6. Если видите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.

7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать «взбучку», постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребёнка. Кстати, всегда нелишне выслушать «обе стороны» и не торопится с выводами.

8. После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо 2-3 часа отдыха (а в первом классе хорошо бы часа полтора поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.

9. Не заставляйте делать все уроки сразу, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минутные перерывы, лучше, если они будут подвижными.

10. Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте возможность ребёнку работать самому, но уж, если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («не волнуйся, всё получится», «давай разберёмся вместе», «я тебе помогу»), похвала (даже если не очень получается) – необходимы.

11. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: «если ты сделаешь, то…», порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребёнка и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

12. Найдите (постарайтесь найти) в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребёнку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.

13. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без ребёнка. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, психологом, врачом, не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдёте много полезного.

14. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников(3-4 недели для учащихся 2-4 классов), конец второй четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребёнка.

15. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учёбы.

16. Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «ты уже большой» 7-8 летнему ребёнку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Всё это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения и т.п.

В заключение можно сформулировать основные условия, которые необходимо соблюдать, помогая ребенку стать учеником:

- вера в ребенка;

- надежда наего успех;

- любовь к ребенку;

- организация его жизни для успешной адаптации к школе.