

**Памятка родителям первоклассников
по адаптации детей в начальной школе.**

1. Помогите ребёнку привыкнуть к новому режиму. Составьте вместе с первоклассником распорядок дня, следите за его соблюдением.
2. Обсудите с ребёнком те правила и нормы, с которыми он встретится в школе. Объясните их необходимость.
3. Не подавляйте тягу ребёнка к самостоятельности.
4. Ваше положительное отношение к школе и учителям упростит ребёнку период адаптации.
5. Не нервничайте и не расстраивайтесь из-за неудач ребёнка, т.к. он боится лишний раз огорчить родителей.
6. Старайтесь только положительно оценивать учёбу Вашего ребёнка, даже если Вам кажется, что его успехи явно недостаточны.
7. Развивайте двигательную активность ребёнка, т.к. выносливый ребёнок, привыкший к физическим нагрузкам, переносит адаптацию легче, чем слабый и малоподвижный ребёнок.
8. Учите ребёнка дружить с детьми: быть честными, уважать друзей. Помните, что дружба детства, которая будет поддержана Вами, возможно, станет опорой Вашего ребёнка во взрослой жизни.
9. Постарайтесь отвечать на все вопросы ребёнка, т.к. любознательность в этом возрасте не знает границ.
10. Изучайте своего ребёнка, наблюдая за ним в различных ситуациях, что поможет лучше узнать те или иные черты его характера.
11. Не потакайте всем прихотям ребёнка, т.к. это может привести к упрямству и капризности.
12. Проявляйте к ребёнку максимум внимания, радуйтесь даже самым маленьким его успехам.

Если Вас что-то беспокоит в поведении ребёнка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу!