**Родителям первоклассников**

Поступление в школу – важный момент в жизни ребёнка. Беззаботность, свойственная дошкольнику, сменяется жизнью, наполненной множеством обязанностей и ограничений. В это время меняется психологический облик ребёнка, преобразуется его личность, познавательные способности, круг общения.

Большинство обучающихся первоклассников достаточно успешно включаются в новую для них учебную деятельность. Тем не менее, начало школьного обучения является для каждого ребёнка стрессом. Все дети, наряду с переполняющими их чувствами радости и удивления, испытывают тревогу и напряжение. У первоклассников в первое время снижается сопротивляемость организма, может нарушаться сон, они могут без повода капризничать, плакать. Наибольшие трудности испытывают домашние дети.

***Иногда ребёнок начинает отказываться идти в школу. Такое поведение имеет свои причины.***

Возможно, ребёнок отказывается ходить в школу из-за того, что он тяжело адаптируется в новом коллективе, если у него что-то не получается. Причиной отказа посещать школу может стать глубокое разочарование ребёнка в школе как таковой. Ребёнок видит, что в школе не так весело как в детском саду, что здесь надо много работать, а это ему не нравится, поэтому ещё в детском саду родителям надо говорить правдиво о школе, о том , что там нужно делать уроки, выполнять домашние задания и самому искать друзей.

 Для первоклашек наиболее вероятной причиной нежелания идти в школу может быть страх: страх неизвестности, учителя, нового коллектива, новой обстановки. Ещё одной наиболее вероятной причиной отказа первоклашки идти в школу является отсутствие психологической готовности к школе. Ребёнок просто не понимает, для чего ему нужно учиться, сидеть неподвижно в течение длительного времени, подчиняться новым правилам, осваивать новые обязанности.

Возможной причиной отказа от посещения школы могут стать проблемы в развитии ребёнка, не позволяющие ему стать успешным.

Также нежелание ходить в школу может возникать из-за конфликтов с учителем или одноклассниками. Чтобы избежать подобных ситуаций старайтесь быть внимательными к своему школьнику, интересуйтесь его школьной жизнью, советуйте, разговаривайте с ним о школе, поддерживайте ребёнка.

***Как помочь ребёнку адаптироваться к школе?***

1. Самое важное – правильный режим дня. Не перегружайте ребёнка, отправляя его одновременно в первый класс и спортивную секцию или кружок. После уроков ребёнок должен хорошо отдохнуть.
2. Поддерживайте ребёнка, проявляйте интерес к занятиям, создавайте эмоциональный фон, отмечайте его старание, хвалите его за каждое маленькое достижение, успехи, чтобы он вырос спокойным и уверенным в себе.
3. Не говорите ребёнку, что он хуже других. Честно и терпеливо отвечайте на каждый вопрос ребёнка.
4. Учите ребёнка непринуждённо общаться не только со сверстниками, но и со взрослыми.
5. Всегда говорите ребёнку правду.
6. Оценивайте поступки, а не самого ребёнка. Признавайте право ребёнка на ошибки.
7. Обсудите с ребёнком правила школьной жизни. Научите ребёнка самостоятельно собирать портфель, но не забывайте потом проконтролировать.

***При выполнении домашних заданий, помните, что*** первоклассник может концентрировать внимание не более 10-15 минут, поэтому при их выполнении через каждые 10-15 минут необходимо делать перерыв. Общая длительность занятий не должна превышать 1 часа.

Для воспитания организованности некоторым школьникам рекомендуется указывать часы и засекать время.

 При выполнении домашних заданий не позволяйте ребёнку всю работу перекладывать на ваши плечи, иначе пропадёт главная цель домашних заданий – самостоятельное их выполнение.

При проверке выполненного задания не спешите сразу всё исправить, пусть ребёнок пойдёт и подумает ещё раз. Подсказки делайте в самых крайних случаях. Не навязывайте свою помощь. Дарите ребёнку радость собственных побед.

А.Н. Богданкина, педагог-психолог

МОУ «Хвастовиская СОШ»