**Пам'ятка для батьків майбутнього першокласника**

У 6 - 7 років формуються мозкові механізми, що дозволяють дитині бути успішною у навчанні. Медики вважають, що у цей час дитині дуже важко. І тисячу разів були праві наші прабабусі, які відправляли своїх нащадків у гімназії тільки у 9 років, коли нервова система вже сформувалася.

Однак серйозних зривів і хвороб можна уникнути і сьогодні, якщо дотримуватися найпростіших правил.

**Правило 1**

Ніколи не відправляйте дитину одночасно в перший клас і якусь секцію або гурток. Сам початок шкільного життя вважається важким стресом для семирічних дітей. Якщо маля не зможе гуляти, відпочивати, робити уроки без поспіху, у неї можуть виникнути проблеми зі здоров'ям, невроз. Тому, якщо заняття музикою та спортом здаються необхідною частиною виховання, почніть водити дитину у ці гуртки за рік до початку навчання або із другого класу.

**Правило 2**

Пам'ятайте, що дитина може концентрувати увагу не більш як на 10 - 15 хв. Тому, коли ви з нею будете робити уроки, кожні 10 - 15 хвилин необхідно перериватися й обов'язково давати маляті фізичну розрядку. Можете просто попросити пострибати на місці 10 разів, побігати або потанцювати під музику кілька хвилин. Почати виконання домашніх завдань краще з письма. Можна чергувати письмові завдання з усними. Загальна тривалість занять не має перевищувати однієї години.

**Правило 3**

Комп'ютер, телевізор і будь-які заняття, що вимагають значного зорового навантаження, мають тривати не більше години на день - так вважають лікарі-офтальмологи й невропатологи в усіх країнах світу.

**Правило 4**

Протягом першого року навчання ваше маля потребує підтримки. Дитина не тільки формує стосунки з однокласниками й учителями, але й уперше розуміє, що з нею самою хтось хоче дружити, а хтось - ні. Саме у цей час у маляти складається свій власний погляд на себе. І якщо ви хочете, щоб із нього виросла спокійна і впевнена у собі людина, - обов'язково хваліть! Підтримуйте, не лайте за й неакуратність у зошиті. Усе це - дрібниці порівняно з тим, що від нескінченних докорів і покарань ваша дитина не буде вірити у себе.

**Кілька коротких правил**

1.Показуйте дитині , що її люблять такою, якою вона є , а не за якісь досягнення.

2.Не можна ніколи (навіть у пориві гніву )говорити дитині ,що вона гірша за інших

3.Треба чесно й терпляче відповідати на будь-які її запитання .

4.Намагайтесь щодня знаходити час ,щоб побути наодинці зі своєю дитиною.

5.Учіть дитину вільно спілкуватися не тільки зі своїми однолітками ,але й із дорослими.

6.Не соромтесь підкреслювати,що ви пишаєтеся своїм малюком .

7.Будьте чесні в оцінках своїх почуттів до дитини .

8.Завжди говоріть дитині правду ,навіть коли вам це невигідно.

9.Оцінюйте тільки вчинки,а не її саму.

10.Не домагайтеся успіху силою . Примус - найгірший варіант морального виховання . Примус у сім'ї порушує особистість дитини .

11.Визнайте право дитини на помилку .

12.Думайте про дитячий «банк» щасливих спогадів .

13.Дитина ставиться до себе так , як ставляться до неї дорослі .

14.І взагалі ,хоч інколи ставте себе на місце своєї дитини ,і тоді ви краще зрозумієте ,як її виховувати .

**Тест «Батьки майбутнього першокласника»**

Інструкція. У кожній парі тверджень виберіть твердження під літерою «а» або «б». Твердження

1. а) Якщо дитина не хоче, її завжди можна змусити.

б) Не слід нав'язувати себе дитині, якщо вона чогось не хоче, краще подумати, чому вона не хоче цього робити.

2. а) Відмови бувають звичайно у дітей, які не звикли до слова «Тре ба».

б) Насильницькі методи множать на дефекти особистості і небажані форми поводження.

3. а) Дітей не повинні цікавити емоції та внутрішні переживання дорослих.

б) Емоції дорослих незалежно від їхньої волі впливають на стан дітей, передаються їм, викликають відповідні почуття.

4. а) Дитина не повинна ніколи забувати про те, що дорослі старші, розумніші, досвідченіші за неї.

б) Співпрацювати з дітьми — означає бути з ним «на рівних», у тому числі співати, грати, малювати тощо.

5. а) Підкреслюючи помилки дитини, ми рятуємо її від них.

б) Негативна оцінка шкодить благополуччю дитини.

6. а) Роблячи щось, дитина має усвідомлювати, хороше воно чи погане з погляду дорослих, б) Дитина не боїться помилок або невдач, якщо знає, що її завжди приймуть і зрозуміють дорослі.

7. а) Дітей треба вчити, указуючи на підходящі приклади.

б) У дітей зароджуються комплекси, коли їх з кимось порівнюють.

8. а) Дитина повинна постійно бути предметом уваги симпатій дорослих.

б) Дитина, оточена усюди симпатією й увагою, обтяжена неприємними переживаннями роздратування, тривоги або страху.

9 а) Чим старша дитина, тим важливіші для неї знаки уваги і підтримка дорослих.

б) Дитині будь-якого віку для емоційного благополуччя необхідні дотики, жести, погляди, що виражають любов і схвалення дорослих.

Обробка отриманих результатів. За кожну обрану відповідь «б» додайте собі 1 бал. ***Підсумуйте отримані бали.***

Якщо ви набрали 7 і більше балів, то можна стверджувати, що ви готові надати правильну допомогу своїй дитині в процесі її адаптації до навчання в школі. У вас є необхідний запас психолого-педагогічних знань, а також ви чудово «відчуваєте» свою дитину і вам, і вашій дитині можна тільки позаздрити!

Отримані 4-6 балів свідчать про те, що ваші вчинки по відношенню до дитини не завжди надають їй очікувану допомоги. Скоріше ви відноситеся до керівника своєї дитини, а не людини, яка ненав'язливо «супроводжує» її в процесі адаптації до школи. Але не все втрачено: вам будуть корисними поради педагога і психолога (ви зможете до них прислухатися!). Придивіться до себе: чи не занадто ви авторитарні зі своєю дитиною?

Набрані З і менше балів припускають, що ви, швидше за все, не усвідомлюєте роль батька в процесі адаптації дитини до школи. І якщо ви дійсно хочете допомогти своїй дитині, то займіться цим питанням.