ГОТОВИМСЯ К ШКОЛЕ

Памятка для родителей

1. Заранее перестройте режим дня так, чтобы начало учебного года не было сопряжено с трудностями утренних подъемов.
Ребенок должен подойти к школе с полным самообслуживанием в одевании, в переодевании, еде, пользовании туалетом, в ситуации, когда за соблюдением гигиенических навыков вполне никто не сможет проследить и у него должен быть полный самоконтроль.
Ребенок в силах уже самостоятельно следить за своим внешним видом, замечать непорядок в одежде: где-то выскочила рубашка, не застегнута пуговица, развязан шнурок, задернулось платье и т.д., и опять же, самостоятельно исправить этот непорядок.

2. Поиграйте с ребёнком в школу. Приучайте к тому, что в школе его будут называть не Настенька и Сашенька, а по фамилии, и ничего грубого в этом нет, напротив, этим стоит гордиться.

3. Больше обращайте внимания на школьную атрибутику. Не спеша и заранее, вместе выбирайте красивые карандаши, тетради, ранец и т.д. Ведь пока для первоклашки это суть учебного процесса.

4. Не запугивайте ребенка школой, внушайте ему, что у него все получится. Не обсуждайте при ребенке учителей и все трудности, с которыми он может столкнуться.

5. Не стоит слишком часто повторять, что это новый этап его жизни, пусть все идет само собой.

6. Познакомьте ребенка с будущей школой, учительницей, проведите его в класс.

7. Следите за своими эмоциями. Не стоит устраивать проводы в школу, будто Ваш ребёнок уходит на фронт. Ваши тревоги очень заразительны.

8. Заготовьте подарки первокласснику, устройте домашнее торжество по поводу поступления в первый класс.

9. Заранее задумайтесь над такой проблемой при поступлении ребенка в школу, как его самостоятельное путешествие по улицам города и пребывание дома (если его не будут отводить и забирать из школы, а это лучший вариант).

- ребенок должен быть знаком с правилами поведения с предметами, представляющими опасность в быту и природе: огонь, вода, режущие и колющие предметы, газ, электричество, тяжести, животные, растения и т.п.

- ребенок должен уметь безопасно пользоваться необходимыми ему бытовыми приборами.

- должен уметь занять себя разумной деятельностью: многие опасные идеи приходят в головы детей от скуки и безделья. В этом хорошее подспорье – участие ребенка в различных секциях, кружках.

- безусловно, ребенок должен не только знать, но и выполнять правила дорожного движения. Постарайтесь много раз пройти с ребенком дорогу из дома в школу и назад, обращая его внимание на различные нюансы.

- Также важно рассказать детям о возможности «экстремальных ситуаций», в которые они могут попасть, например, незнакомый человек предлагает подарок, пойти вместе с ним; звонок в дверь квартиры и пр., и обязательно рассказать о возможных вариантах правильного поведения в этих ситуациях.

10. Дошкольник обязательно должен подойти к школе физически здоровым.
И важную роль в этом играет сон. Ребенок еще сравнительно мал, чтобы перейти только на ночной сон, получается для него слишком большой период бодрствования. Ребенок быстро устает, утомляется, начинает капризничать. Поэтому отдых в середине дня просто необходим.
Не пренебрегайте сном и сейчас, перед школой, и в выходные дни, и даже, по возможности, в 1 классе.
Есть исторические примеры: Петр I, Наполеон Бонапарт при своей повышенной работоспособности для поддержания своих сил отводили каждые 4 часа минуты для сна, уединяясь где-то в укромных местах.

Хорошо – и спортивные секции. Это и физическое развитие, и компенсация многочасового «сидения» на уроках в школе, а также, что очень важно, отводит детей от пустого время провождения.