**Советы школьного психолога**

Уважаемые родители! Учение в школе - это новый период в жизни вашего малыша. Очень важно, чтобы с первых дней пребывания в школе ребенок чувствовал себя комфортно. От этого будет зависеть успешность его обучения.

Для того чтобы период адаптации к школе прошел у ребенка относительно легко, важны хорошие взаимоотношения в семье, отсутствие конфликтных ситуаций и благоприятный статус в группе сверстников.

Необходимым условием успешной адаптации ребенка в школе является степень участия родителей в его школьной жизни, в организации приготовления уроков, особенно в первый год обучения.

**Как помочь ребенку в подготовке домашнего задания?**

***1. Проверьте, правильно ли организовано рабочее место ребенка.***

* Рабочее место должно быть достаточно освещено.
* Источник света должен находиться спереди и слева, чтобы на тетрадь не падала тень от головы или от руки.
* Во время приготовления уроков на столе не должно быть лишних предметов.

***2. Приучите ребенка вовремя садиться за уроки.***

* Приступать к выполнению домашнего задания лучше всего через 1-1,5 часа после возвращения из школы, чтобы ребенок успел отдохнуть от занятий, но еще не устал и не перевозбудился от домашних игр и развлечений.
* Если ребенок посещает кружок или спит после занятий в школе, за уроки можно садиться позже, но в любом случае нельзя откладывать их приготовление на вечер.

***3. Не разрешайте ребенку слишком долго сидеть за рабочим столом.***

* Своевременно устраивайте небольшие перерывы. Родители часто требуют, чтобы ребенок не вставал из-за стола, пока не приготовит все уроки. Это неверно! Для 7-летнего ребенка время непрерывной работы не должно превышать 15-20 мин. К концу начальной школы оно может доходить до 30-40 мин.
* На перерыв достаточно 5 мин., если он будет заполнен интенсивными физическими нагрузками (приседания, прыжки, наклоны и др.).

******

***4. Не заставляйте переделывать плохо выполненную классную работу.***

* Можно предложить проверить ее, исправить ошибки, но переписывать не надо. Повторное выполнение уже сделанного задания (пусть с ошибками) воспринимается как бессмысленное, скучное дело. Оно отбивает охоту заниматься, лишает веры в своп силы.

***5. Первое время следите за тем, все ли уроки сделаны.***

* Может случиться так, что ребенок плохо усвоил учебный материал. Тогда придется дополнительно позаниматься с ним, объяснить то, что осталось непонятным.

***6. Присутствуйте при подготовке ребенком домашних заданий***.

* Подбадривайте его, объясняйте, если он что-то не понял или забыл, но не подменяйте его деятельность своей.
* На первых порах при выполнении домашнего задания дети могут делать много ошибок, помарок от неумения распределять внимание, чрезмерного напряжения, быстрого утомления.

***7. Требуйте, чтобы домашнее задание было выполнено чисто, аккуратно, красиво.***

* Но все эти требования должны оставаться в пределах возможностей ребенка.

**Помните! Ребенок - самая большая ценность в вашей жизни. Стремитесь понять и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживайтесь наиболее прогрессивных методов воспитания и постоянной линии поведения:**

* в любой момент оставьте все свои дела и займитесь ребенком;
* советуйтесь с ним, невзирая на возраст;
* признайтесь сыну (дочери) в ошибке, совершенной по отношению к нему (к ней);
* извинитесь перед ребенком в случае вашей неправоты;
* почаще ставьте себя на его место;
* всегда воздерживайтесь от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребенка;
* пытайтесь устоять против детских просьб и слез, если уверены, что это каприз, мимолетная прихоть;
* не стесняйтесь рассказывать поучительные случаи из своего детства, представляющие вас в невыгодном свете;
* сохраняйте самообладание, даже если поступок ребенка вас вывел из себя.



Обратите, пожалуйста, внимание на ***развитие значимых для школьника умений*** и при необходимости окажите своему сыну или дочери помощь в их приобретении и развитии. К таким умениям относятся:

• умение собрать свой портфель (ранец);

• поздороваться с учителями и детьми;

• задать вопрос учителю или однокласснику;

• ответить на вопрос;

• слушать объяснения и задания учителя;

• выполнять задание;

• попросить учителя помочь, если что-то непонятно, что-то не получается;

• умение долгое время заниматься одним и тем же делом;

• обращаться с книгой, тетрадью и другими школьными принадлежностями;

• разделять работу на части;

• адекватно реагировать на замечания;

• объяснить то, с чем не согласен;

• учитывать мнение других;

• гордиться своей работой и не скрывать этого;

• устанавливать и поддерживать дружеские контакты со сверстниками;

• брать на себя часть ответственности за ведение домашнего хозяйства;

•самостоятельно пользоваться общественным транспортом, деньгами, средствами для проведения свободного времени;

• умение осуществлять выбор, обеспечивающий собственную безопасность.

