

## Поради батькам майбутніх першокласників:

- Заздалегідь переведіть дитину на режим дня, максимально наближений до шкільного. Якщо малюк вередуватиме й опиратиметься, можна спочатку вигадувати цікаві причини, через які йому необхідно рано прокидатися. Не можна, щоб школа наперед асоціювалася у дитини з неприємностями.
- Кілька разів пройдіть із дитиною весь маршрут від будинку до школи й у зворотному напрямку, навіть якщо плануєте перший час відводити і забирати її. Дорогою зверніть увагу дитини на світлофори, переходи, а якщо є необхідність, на ті види транспорту, на яких вона зможе дістатися до школи. Переконайтеся, що ваш малюк зможе принагідно назвати домашню адресу, ваш телефон, самостійно відімкнути двері.
- Разом із дитиною приготуйте все потрібне для занять. Купуючи шкільне приладдя, давайте майбутньому першокласникові свободу вибору, розповідайте, на яких уроках усе це може знадобитися. Намагайтеся, щоб усі плани, пов'язані зі школою, мали відтінок мрії. Водночас, з іншого боку, розповідайте про неминучі труднощі й нову відповідальність.
- З найбільшою повнотою використовуйте цей період, коли дитина відкрита до сприйняття нового. Багато спілкуйтеся з нею, відповідайте на запитання, обговорюйте зміни, що відбудуться в її житті. Наголошуйте, що навчання в школі — це природній етап дорослішання в житті кожної людини. Розмовляючи про школу, розповідайте про те, як потрібно буде поводитися стосовно вчителя і шкільних товаришів. Прихильно і з симпатією відгукуйтеся про майбутню вчительку (найчастіше в початкових класах це саме жінки), завжди називайте її на ім'я й по батькові. І справа не лише в тому, що так дитина легше запам'ятає її ім'я. Значно важливіше, щоб майбутній першокласник перейнявся повагою до свого вчителя — практично неможливо чогось навчитися у людини, яку не поважаєш.
- Турбуючись про те, щоб першого вересня малюк був ошатним, не перестарайтеся, а то у нього може скластися враження, що всі приготування відбуваються заради одного святкового дня. Намагайтеся зробити так, щоб цей день став для вашої дитини серйозною життєвою віхою. Малюк готовий узяти на себе відповідальність за частину своїх шкільних обов'язків, ваше завдання — не заважати йому в цьому. Дайте можливість першокласникові виявити самостійність і відчутти, що порядок на письмовому столі, правильно зібраний портфель, із вечора підготовлені одяг і взуття, своєчасно зроблені уроки передусім потрібні йому самому, а лише потім — батькам чи вчителеві.
- Готуйтеся разом зі своєю дитиною переживати перші неприємності й успіхи: з одного боку, доведеться вчити її непохитно і з гідністю переносити невдачі, з іншого боку — стежити за тим, щоб успіхи не ставали для неї приводом для зазнайства. Змиріться з тим, що ваша «найкраща» дитина може

стати об'єктом критики. Це одне з найсуворіших випробувань для батьків, які нерідко схильні вдаватися до крайнощів.

- Не забувайте про правильне харчування і щоденний відпочинок дитини на свіжому повітрі. Не перевантажуйте першокласника заняттями, що потребують додаткового розумового навантаження. Не забувайте, що порівнювати успіхи малюка можна лише з його власними (наприклад місяць тому), а не з досягненнями його однокласників, дітей ваших друзів, сусідів чи колег. Батьки мають виявити витримку, спокій, справедливість, і безумовну любов до малюка, незалежно від його успіхів чи неуспіхів у школі.

- Можна запідозрити шкільну дезадаптацію і хронічний стрес, якщо у першокласника погіршився загальний стан здоров'я, знизилася вага, зменшилася кількість гемоглобіну в крові, знизилася гострота зору, з'явилися головні болі. Якщо дитина почала часто хворіти, стала млявою, плаксивою, у неї порушився апетит, травлення і сон. В окремих дітей, навпаки, можуть виявлятися ознаки перезбудження, вони можуть стати неврівноваженими, дратівливими, запальними, агресивними.

У будь-якому випадку, любіть свою дитину такою як вона є, навіть якщо вона не буде цілковитим відмінником!