**РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ БУДУЩИХ ПЕРВОКЛАССНИКОВ**

1. Оптимальной для первоклассников считается продолжительность сна - 12 часов в сутки. В это время идет активная обработка информации, полученной днем. Этот сложный и тяжелый процесс произойдет только в том случае, когда сон спокойный, беспрерывный, полноценный. Для того, чтобы быстро заснуть, необходимо ложиться всегда в одно и то же время. Просыпаться нужно не позднее семи часов, даже если в школу идти не надо.
2. Установлено, что работоспособность школьника на протяжении дня изменяется. Самый высокий уровень с 8 до 11 часов, следующий подъем начинается после 15 часов и до 18-19 часов работоспособность остается высокой. Поэтому домашние задания лучше выполнять в это время.
3. Начинать выполнять домашнее задании нужно с предметов средней трудности. Какое-то время уйдет на период сработанности. Потом нужно браться за более тяжелые предметы, а легкие делать в последнюю очередь. Какой предмет считать тяжелым - должен решать каждый по-своему.
4. Периодически необходимо делать 10-минутные перерывы, во время которых лучше всего сделать несколько гимнастических упражнений. Чтобы работа была более эффективна, следует садиться за выполнение заданий в одно и то же время.

**Как подготовиться к празднику "Первого звонка",**

**чтобы этот день стал для ребенка радостным и незабываемым?**

Вот несколько полезных советов:
1. Не суетитесь! Ваше волнение передается ребенку и пугает его.
2. Создайте спокойную обстановку в канун 1-го сентября, чтобы ребенок смог выспаться и не капризничать с утра. Полезны вечерняя прогулка, чтение вслух любимого произведения и т.д.
3. Расскажите ребенку заранее о торжественной линейке, настройте, чтобы малыш не испугался большого количества людей.
4. Не следует давать ребенку портфель на линейку. Это утомляет детей и мешает сосредоточиться.
6. Букет - непременная деталь праздника, но держать его в руках - дело нелегкое. Позаботьтесь, чтобы букет был небольшим и аккуратным.
7. После школьного праздника у ребенка избыток впечатлений. Не следует после этого вести его в парк или цирк. Лучше дайте малышу возможность отдохнуть, а вечером устройте тихий семейный праздник, чтобы подчеркнуть важность такого события.

**Как поддержать стремление ребенка ходить в школу?**

В первые недели пребывания в школе ребенку очень хочется рассказать дома обо всем увиденном, услышанном, пережитом. Обязательно поддержите это стремление, смелее радуйтесь победам и вместе преодолевайте трудности. Подбадривайте поступки ребенка ласковым словом или поучите горьким молчанием. В конце концов, ребенок приобретет в вашем лице близкого друга. А ведь это самое важное.

**Что делать, если ваш ребенок не хочет идти в школу?**

По данным психологов, примерно 10 % детей не хотят идти в школу, потому что слышали о ней нелестные высказывания взрослых; около 8% получили негативный настрой от старших детей. Малыши верят во все без доказательств, поэтому очень важно, чтобы будущий первоклассник получал позитивную информацию о школе от близких людей. Вторая причина - если ребенок "не наигрался", но его психика очень пластична, и, придя в класс, он скоро начнет испытывать удовольствие от процесса обучения. Иногда для решения этой проблемы достаточно дать понять ребенку, что учеба в школе - это обязанность каждого современного человека, и от соблюдения этих обязанностей будет зависеть отношение к нему окружающих. Но не принуждайте малыша заранее любить то, что он еще не познал.

**Как определить, готов ли ребенок к школе?**

Следует говорить лишь о наличии признаков готовности к школьному обучению.
1. Ребенок должен быть физически готов к этой достаточно тяжелой в умственном и физическом плане работе.

2. Социальная готовность - проявление активности в общении, любознательности, живого интереса ко всему окружающему. Чрезмерная робость, безразличие могут затруднить процесс адаптации к школе и требуют внимательного отношения со стороны родителей и учителей.

3. Интеллектуальная готовность - владение определенной системой знаний и умений. Не переусердствуйте - чрезмерно осведомленный ребенок сможет быстро утратить свой познавательный интерес к школе.

4. Желание учиться - самый важный критерий. Поддерживайте интерес ребенка и ни в коем случае не запугивайте будущих первоклассников.