**Рекомендации психолога родителям дошкольника**

❖ Рассказывайте ребенку, как вы пошли в первый класс, какие забавные случаи и происшествия случались с вами во время учебы, просматривайте вместе свои школьные фотографии;

❖ Вселяйте в ребенка уверенность, формируйте у него положительное отношение к школе, позитивно отзывайтесь об учителях и классе. Учитель для ребенка является непререкаемым авторитетом. И когда это именно так, то можно преодолеть любые проблемы;

❖ Оставайтесь мамами и папами, не входите в роль строгих оценивающих учителей, не будьте слишком требовательны к ребенку, проявляйте терпение к капризам вашего «нехочухи»;

❖ Помните, дети имеют право на ошибку, ведь ошибаться свойственно всем людям, в том числе и взрослым. Не ошибается только тот, кто ничего не делает;

❖ Наблюдайте, как ребенок реагирует на различные ситуации, как выражает свои эмоции, как себя ведет в общественных местах. Ребенок шести-семи лет должен управлять своими желаниями и адекватно выражать свои эмоции, понимать, что не всегда все будет происходить так, как этого хочет он. Следует уделить особое внимание ребенку, если он в дошкольном возрасте может прилюдно устроить скандал в магазине, когда вы ему что-то не купили; если он агрессивно реагирует на свой проигрыш в игре и т. п.;

❖ Если вы видите, что у малыша есть проблемы, то не бойтесь обращаться за помощью к специалистам: логопеду, психологу и

т. д.;

❖ Больше играйте со своим ребенком, он должен прожить полноценное детство. «Недоигравшие» дети плохо перестраиваются на учебную деятельность;

❖ Обеспечьте для домашних занятий ребенку все необходимые материалы, чтобы в любое время он мог взять пластилин и начать лепить, взять альбом и краски и порисовать и т. д. Для материалов отведите отдельное место, чтобы ребенок самостоятельно ими распоряжался и держал их в порядке. Тренируйте пальчики ребенка, используйте ножницы для вырезания различных фигур;

❖ Если ребенок устал заниматься, не доделав задание, то не настаивайте, дайте ему несколько минут на отдых, а затем вернитесь к выполнению задания. Но все-таки постепенно приучайте ребенка, чтобы он в течение пятнадцати-двадцати минут мог заниматься одним делом, не отвлекаясь.

❖ Если ребенок отказывается выполнять задание, то попробуйте найти способ, чтобы заинтересовать его. Для этого используйте свою фантазию, придумывайте что-то интересное, но ни в коем случае не пугайте ребенка, что лишите его сладостей, что не пустите его гулять и т. п.;

**Чем мы, взрослые, можем помочь ребенку?**

1. Это соблюдение режима дня: сон не менее 10 часов в сутки.

2. Обязательно полноценное питание.

3. Физические упражнения.

4. Хорошо восстанавливают эмоциональное благополучие ребенка длительные (до двух часов) прогулки на воздухе - не прогулка по магазинам, а прогулка в парке

5. С раннего утра настраивайте ребенка на доброе отношение ко всему, Скажите: "Доброе утро", - и собирайтесь в школу без суеты.

6. Придя с ребенком в школу, постарайтесь обойтись без нравоучений, так как они ничего, кроме утренней усталости, не дают.

7. Объясните безопасный путь в школу ребенку. Безопасный, но не короткий.

8. Встречая ребенка в школе после уроков, порадуйтесь вместе с ним тому, что он сумел потрудиться самостоятельно, без вас, целых три часа.

9. Терпеливо выслушивайте его, хвалите, поддерживайте и ни в коем случае не ругайте - ведь пока еще не за что.

Рекомендации подготовили педагоги-психологи ЦПМСС Фрунзенского района Никитина О.Н. , Пешковская В.Р.

31.03.14