

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ТЕМЕ «АДАПТАЦИЯ ПЕРВОКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ»

• Уделяйте больше внимания своему ребенку, это так важно для него. Внимание - это то, от чего делается хорошо, приятно.

• Обсудите с ребенком те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость и целесообразность.

• Составьте вместе с первоклассником режим дня, следите за его соблюдением.

• Будьте ребёнком заранее, не в последний момент перед уходом в школу.

• Кормите ребёнка перед школой и после здоровой пищей.

• Разрешайте ребёнку больше двигаться и играть на свежем воздухе.

• Выполняйте домашние задания с ребёнком не сразу после школьных уроков.

• Следите, чтобы ребёнок находился у телевизора и за компьютером не более 40-45 минут в день.

• Не кричите на ребёнка, разговаривайте с ним в спокойном тоне.

• Не наказывайте ребёнка физически.

• Не требуйте от ребёнка только отличных результатов в школе, если он к ним не готов.

• Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю.

