

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Красновская школа»
администрации Волновахского района

УТВЕРЖДАЮ

И.а. директор МБОУ
(Должность, руководителя)
В.В. Рашинская В.В.
(Подпись) (Ф.И.О.)
04.04.2024
(Дата)



Памятка для родителей первоклассников

"Как помочь ребенку легче адаптироваться к обучению в школе"

1. Соблюдайте режим дня (даже в выходные дни), полноценный сон, обязательные прогулки на свежем воздухе.
2. Следите за тем, чтобы у ребенка было разнообразное и здоровое питание, возможен прием поливитаминов (по рекомендации педиатра).
3. Провожая ребенка в школу, пожелайте ему "удачи", "хорошего дня", но ни в коем случае не напутствуйте: "веди себя хорошо", "не подведи меня" и т. д.
4. Встречая после школы, не утомляйте ребенка вопросами типа: что было на уроке, спрашивали ли тебя сегодня? Но если ребенку нужно чем-то поделиться с вами, выговориться, постарайтесь выслушать незамедлительно.
5. Позвольте ребенку отдохнуть 2–3 часа после школы. В это время он может поиграть в спокойные игры или поспать.
6. Лучшее время для выполнения домашних заданий с 15 до 17 часов. Между заданиями необходим перерыв 10–15 минут.
7. Ребенку-школьнику необходимо иметь свою территорию, хотя бы укромный уголок, чтобы побыть наедине с самим собой.
8. Не завышайте свои личные требования к ребенку.
9. Будьте терпеливы и всегда держите себя в руках. Не забывайте, что перед вами всего лишь семилетний ребенок.
10. Не сравнивайте ребенка со сверстниками, ведь все дети разные, но каждый из них – уникален!
11. Хвалите ребенка! Это хороший стимул и настрой на позитив.
12. Будьте оптимистами и помните, что решение всех существующих проблем и успешность вашего ребенка – в ваших руках!