**Консультация для родителей будущих первоклассников**

**Слагаемые школьного успеха:**

- психофизическое здоровье;

- интерес к школе, желание учиться, стать школьником;

- желание и умение общаться с окружающими;

- положительное самоощущение, самооценка;

- нравственно-волевая готовность;

- специальная готовность (умение писать, читать, считать) .

**Как правильно общаться с ребёнком:**

- безусловно принимайте его;

- активно слушайте его переживания, мнения;

- как можно чаще бывайте с ним, занимайтесь, читайте, играйте, пишите друг другу письма, записки;

- не вмешивайтесь в его занятия, если он может справиться самостоятельно;

- помогайте ему, когда он вас об этом просит;

- поддерживайте и отмечайте его успехи;

- рассказывайте о своих проблемах, делитесь своими чувствами;

- разрешайте конфликты мирно;

- используйте в обращении фразы, вызывающие положительные эмоции;

- обнимайте и целуйте друг друга чаще, не скупитесь на ласку.

**Как укрепить здоровье первоклассника дома:**

- выберите и соблюдайте режим дня;

- обеспечьте ребёнку рациональное питание;

- обеспечьте полноценный сон (первокласснику необходим 2–3-ча-совой дневной и 9–10-часовой ночной сон) ;

- больше гуляйте, ребёнку необходимо достаточное пребывание на воздухе (ежедневная 3–4-часовая прогулка) ;

- постарайтесь создать благоприятную психологическую атмосферу дома и в школе;

- соблюдайте профилактические санитарно-гигиенические процедуры в течение дня;

- занимайтесь с ребёнком физкультурой и спортом.