*Батькам першокласників*

***Що ж треба знати батькам першокласників в такий важливий момент життя?***

*Піодготовка до навчального року являє собою складний процес, що вимагає від батьків чималих зусиль.Першокласник йде в школу здоровим. Здоровому організму простіше пристосуватися до зміни графіка і новим видам навантажень, тому у дитини не повинно бути гострих захворювань, а хронічні не повинні бути в стані ремісії.
Перед вступом до школи діти проходять медичний огляд, який включає відвідування педіатра, отоларинголога, окуліста, невролога, ортопеда, хірурга, стоматолога (як підготовити дитину до цього візиту). Імунопрофілактика - заздалегідь, у 6-7 років дітям проводять ревакцинацію проти деяких інфекцій. Вакцинація - це ще один вид навантаження на дитячий організм, тому не варто затягувати і відкладати її на початок навчального року. Всі планові щеплення лікарі рекомендують поставити заздалегідь.Обстеження логопеда і психоневролога. Якщо дошкільник неправильно вимовляє звуки, це призведе до того, що в школі він буде писати і читати з помилками. Але навіть у першому класі ще не пізно звернутися до логопеда.Крім того, на перших порах може виникнути необхідність проконсультуватися з психологом. Шкільний клас - це принципово новий колектив, за багатьма параметрами відрізняється від дитсадківської групи. Якщо в садочку діти разом грали, будували фортеці в пісочниці, малювали букет з троянд, ліпили, то в школі кожен сам виконує завдання.На самому початку навчання в дітях виявляються особисті якості, задатки лідера. Але найголовніше - на перший план виступає вчитель, який вимагає від дітей старанності і уваги. Якщо до кінця чверті дитина відчуває труднощі у спілкуванні чи навчанні, необхідно звернутися за допомогою до педагогів і лікарів, щоб оперативно виявити порушення. Дотримання режиму дня школяреві 6-7 років необхідний 9-10-годинний сон. Краще лягати до опівночі, ідеальний варіант - в 9 вечора. Влітку режим напевно збився, тому хоча б за 2-3 тижні до початку навчального року потрібно поступово зрушувати сон і пробудження на більш ранній час. Якщо є якісь другорядні справи - доставка квітів на будинок бабусі, розбір книжок та іграшок і т.п. - Їх варто перенести на вихідні, щоб повністю присвятити їм день.
Правильне харчування. Якщо в дитячому саду харчування було строго організовано і не залежало від батьків, то тепер доводиться продумувати його самостійно. Вранці обов'язковий сніданок: кисломолочні продукти, бутерброди, каша, теплий чай. Газовані води, чіпси, шоколад, соки є причиною розвитку хронічної шлунково-кишкової патології. Замість них в рюкзак можна покласти пляшку мінеральної води або йогурт. Організувати робоче місце. Письмовий стіл повинен стояти біля вікна і добре висвітлюватися. З нього треба прибрати всі сторонні елементи: іграшки з квітів, фотографії в рамках, гуртки, стільниковий телефон - словом, все те, що відволікає від виконання домашніх завдань.****Батькам першокласників****слід підготувати меблі, де їхня дитина буде проводити значну кількість часу. Всі меблі повинні відповідати зросту дитини. Офісне крісло купувати небажано: воно порушує поставу, та й до того ж відволікає від занять (діти постійно на них крутяться).Правильний вибір рюкзака та одягу. Вид шкільної форми кожна школа визначає самостійно. Однак якщо таких вимог немає, одяг батьки вибирають самі. Вона не повинна сковувати рухи, бути вузькою або викликає. Змінне взуття бажано купувати з натуральної шкіри.Рюкзак з м'якими зручними ремінцями краще сумки або портфеля через плече, які порушують поставу.
Хочеться побажати****батькам першокласників****, а також їхнім дітям, щоб навчання в шолі було приємне і бажане і щоб ніякі негаразди не завадили їм у досягненні своїх цілей.*