**Как психологически подготовить ребенка к школе**

Начало учебного года – серьезное испытание для всей семьи. И дело здесь не только и не столько в приобретении одежды и обуви, подготовке учебников и всей необходимой канцелярии. Самое важное – настроиться на новый режим, психологически подготовиться ко всем изменениям, которые неизбежно наступят. На что обратить особое внимание?

**1. Скорректируйте режим дня**

Психологи отмечают, что школьники, а особенно первоклашки, в первую очередь страдают от смены режима. Поэтому родителям нужно заранее, до начала учебы в школе наладить режим дня своего школьника. Ребенок должен научиться просыпаться в определенное время, быстро завтракать и собираться. Затем уже можно уделять внимание интеллектуальной подготовке к школе и играм. Обедать и ужинать, а также ложиться спать ребёнок тоже должен научиться строго по часам, хоть это и сложно после летних каникул.

**2. Создайте правильный эмоциональный настрой**

За вас это не сделает никто, а уж тем более школа или учитель с интенсивным режимом учебы. Ребенку нужно объяснить и показать, что учеба в школе интересна и нужна именно ему самому. Для этого можно мотивировать, хвалить за успехи и не ругать за ошибки. Напротив, угрозы и крики только отвернут от учебы, напугают. Научиться правильно относиться к успехам и неудачам чада надо еще до того, как начнется учебный год. И это очень важный момент при подготовке к школе не только ученика, но и его родителей.

**3. Не пытайтесь заранее освоить с ребенком школьную программу**

Не давите на ребенка знаниями раньше времени. Многие в стремлении, чтобы их сын или дочь выглядели хорошо подготовленными, проходят часть школьной программы заранее. В итоге на уроках такому ребенку не интересно, он повсеместно отвлекается. Из-за не сформировавшегося интереса к получению знаний в школе совсем скоро ученик перестает стараться на уроках, слушать учителя и, как следствие, получать хорошие оценки.

**4. Следите за состоянием ребенка по утрам**

Школа не должна стать для ребенка испытанием. Всегда обращайте внимание на то, в каком состоянии находится ваше чадо утром. Ни в коем случае не отпускайте его на уроки голодным или с плохим самочувствием. Ведь в этом случае школа очень скоро начнет ассоциироваться у сына или дочери с негативными ощущениями и большого желания учиться не возникнет.

**5. Сформируйте убеждение в важности школьных занятий**

Уроки в школе должны восприниматься как важное и ответственное дело. Такому отношению стоит учить еще до поступления в первый класс и следует поддерживать его на протяжении всех лет обучения. Часто сами родители обесценивают школьные знания, основываясь на личном опыте. Но это лишь чужой опыт. А ребенку предстоит самостоятельно учиться, поэтому настраивать его на обесценивание каких-то из школьных предметов не стоит.