Школа – это совершенно новая жизнь для ребёнка. Она создаёт такие формы регламентации жизни ребёнка, с которыми он ещё не сталкивался. Готовить ребёнка к школе необходимо, поскольку избежать приспособления к школьной жизни невозможно, но частично или очень значительно облегчить его – вполне реальная задача.

      В школе детей ждёт непривычная, интересная, но очень нелёгкая работа. Она связана не только с чисто физическими усилиями (нужно высидеть длинный 35-минутный урок), но и с большим нервным напряжением. Ведь обучение требует определённого темпа усвоения программного материала и направлено на развитие сложной мыслительной деятельности.
**Школьные трудности неизбежны** (к этому мы должны быть готовы), но кто–то пройдет их незаметно, а для кого–то они могут стать непреодолимым препятствием. Здесь многое зависит и от нас, взрослых, от нашей помощи и нашей поддержки. Понимает ли мы, взрослые, что учеба – серьезный труд, требующий значительного интеллектуального, эмоционального и физического напряжения? Знаем ли мы, что начал года всегда наиболее трудно, особенно для первоклассников? Причем приспособление к школе не заканчивается через неделю – две, для этого требуется почти полтора месяца. Учитываем ли, что первые неудачи, помноженные на непонимание и нетерпение взрослых, могут сломать малыша и надолго отбить охоту учиться?
           Увы, мы, родители, чаще нетерпеливы, нетерпимы и эгоистичны, хотя оправдываем это «благими намерениями». Но какими бы не были оправдания, наше раздражение, крики, выяснение отношений, наказания – все это дополнительные стрессовые ситуации. Это всегда ребячья боль от непонимания и обиды. Главное, что это только усугубляет трудности, создает новые проблемы. Вот еще что важно: чем больше наши страдания до школы, чем больше внимания мы уделяем детям, тем выше наш родительский уровень притязаний, тем больше надежд, тем желаннее успехи, только успехи. К сожалению, желания родителей не так уж часто совпадают с возможностями детей. Очень горьким бывает разочарование, огорчение, растерянность, когда у малыша, на которого Вы возлагали столько надежд, неудачи следуют одна за другой.
         В будущем эти полезные навыки обязательно пригодятся – помогут наладить общение с другими людьми и значительно облегчат жизнь будущего первоклассника.
      **Соблюдать гигиену.** Все любят иметь дело с опрятными людьми. Если с юных лет приучить ребёнка заботиться о чистоте тела, в будущем эта привычка сослужит хорошую службу.
    **Соблюдать правила безопасности.** Жизненно важные правила необходимо довести до автоматизма, пока дети ещё маленькие. Если нужно, повторять их сотни раз, необходимо впечатать в память: не перебегать дорогу на красный свет, не играть на проезжей части, пользоваться электроприборами согласно инструкции, аккуратно обращаться с огнём и т.д.
**Знакомиться.** Начиная с детского сада можно учить ребёнка подходить к другим детям и спрашивать, можно брать на себя функцию лидера, что бы дети слышали и запоминали, как заводить новые знакомства и дружбу.
       **Уметь слушать.** Это одно из важнейших умений, которое пригодиться и в школе (воспринимать информацию), и в работе (проходить собеседования, вести переговоры), и в личных отношениях. Родителям важно самим внимательно слушать детей, а так же учить их ждать очереди, чтобы высказаться, не перебивать старших и быть внимательными.
     **Сосредотачиваться.** Научите детей отсекать лишнее, не отвлекаться на мелочи, сосредотачиваться на одном деле, а по его завершении приниматься за дело.
      **Класть вещи на место.**Приучая ребёнка убирать за собой игрушки и вешать одежду.
     **Извиняться.** Важно не относиться к ошибкам, как к чему-то постыдному. Лучше ввести в лексикон волшебное слово «извините». Это слово ребёнок должен слышать и от родителей. Способность попросить прощение у того, кому сделал больно, поможет не только наладить отношения, но и снять тяжёлый груз с души, когда чувствуешь свою неправоту.
     **Уважать своё личное пространство.**Некоторым детям ничего не стоит познакомиться с человеком и через пять минут сидеть у него на коленках. Но совсем немногие люди готовы принять столь доверительное отношение. Поэтому открытых детей нужно мягко учить понятию личного п р о с т р а н с т в а, подсказывать, кого можно смело обнимать и трогать, а кого это может поначалу испугать.
Выражать свои чувства. В стрессовых ситуациях и родителям, и детям важно обозначить, что с ними происходит. И когда случаются ссоры, нужно обязательно рассказывать о своих чувствах и учить детей говорить, что им больно, обидно, неприятно или страшно. Умение выражать чувства поможет не закрываться и не держать переживания внутри.
**Задавать вопросы.** В возрасте почемучек необходимо поощрять детские вопросы и обязательно удовлетворять любознательность. Тогда в дальнейшем дети не побоятся, задавать вопросы учителю и вообще будет легче идти на контакт.
**Сострадать и сочувствовать**. Помощь больному котёнку, покупка продуктов для одинокого соседа, благотворительный взнос позволят ребёнку понять, что он в этом мире не один. Честный разговор о сложных жизненных ситуациях и чужой боли помогут научиться ставить себя на место других людей и понимать, как по – разному могут складываться обстоятельства.
**Питаться правильно**. Дети перенимают пищевые привычки родителей, поэтому, если хочется, чтобы малыши ели здоровую пищу, начинать стоит с себя. Если в родительском рационе присутствует только, полуфабрикаты и сладости, сложно представить, чтобы ребёнку захотелось съесть овощной салат или кусок рыбы.
**Готовить еду.** Дети которые умеют сделать бутерброд и простой салат, легко осваиваются в походах, могут помочь на семейных пикниках да и просто не чувствуют себя беспомощными, если родитель занят ли неважно себя чувствует.
          **Дружить со спортом.** Здорово, когда спорт с детства часть жизни. Но если ваш ребёнок больше тянется не к секциям, а к книгам и моделированию, то даже простая привычка делать по утрам зарядку поможет проснуться и привести мышцы в тонус.
**Знать цену деньгам.** Первое представление о деньгах ребёнок получит, играя в магазин, но настоящую цену заработанному он узнает нескоро. Родительская задача - до вступления детей в самостоятельную жизнь обучить их финансовой грамотности. Каждый сам решит, что именно нужно знать: как вести бюджет, оплачивать счета, экономить, откладывать часть дохода или инвестировать его.
       **Доводить дело до конца.** Упорство и нежелание бросать на полпути то, что не получается – не самое распространённое детское качество. Но его необходимо развивать, ведь в будущем предстоит встретиться с задачами, которые нельзя будет бросить, как недостроенную башню. Чтобы ребёнок учился поставленной цели, нужно давать ему простые задания и постепенно повышать их сложность. А при возникновении трудностей показывать, как просить о помощи, как искать способ решения проблем. И обязательно дать почувствовать удовлетворение от хорошо проделанной работы.
           **Делиться.**Сейчас нередко говорят о том, что не стоит заставлять ребёнка делиться вещами, если он этого не хочет. С этим не сложно согласиться: вряд ли мы сами отдадим кому – то вещь, которая нужна самим. Но всё-таки есть большой смысл в том, чтобы разделить что-то с другим человеком. Ещё Джек Лондон писал, что милосердие – это кость, поделенная с собакой, когда ты голоден не меньше её.
Заботиться о близких. Видеть, что кому то необходима забота и участие (заболевшей тёте, другу, сломавшему руку) и просто так предложить помощь – очень важно и для дружбы, и для будущей семейной жизни.
      **Уметь говорить «Нет».**Незнакомцу по дороге из школы, который предлагает пойти с ним в неизвестном направлении. Однокласснику, что постоянно одалживает вещи и не отдаёт. Ребёнок должен понимать, что вежливость – прекрасное качество, но им нужно уметь жертвовать в целях собственной безопасности, самоуважения и уважения к своему личному времени.
         **Не опаздывать.**Непунктуальность – одно из самых больших раздражителей. Она может подводить и ученика в школе и офисного работника. Поэтому с медлительными детьми стоит выходить из дома на 10 минут раньше, готовить одежду и учебники с вечера. А сами родители должны служить примером – всегда приходит вовремя на дни рождения, дружеские встречи или к врачу.
**Верить в лучшее.** Оптимистам легче живётся, ведь в конце их тоннеля всегда есть свет! Мы не можем повлиять на то, какой темперамент достанется ребёнку, но мы сможем вселять в него уверенность, настраивать на лучшее, верить в него и собственным примером демонстрировать позитивное отношение к жизни.