* Поддерживайте ребенка в стремлении стать школьником. Ваша заинтересованность в его делах, серьезное отношение к его достижениям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.
* Обсудите те правила и нормы, с которыми он встретился в школе. Объясните их необходимость.
* Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться и у него может что-то не сразу получаться. Это естественно. Каждый человек имеет право на ошибку.
* Поддерживайте в первокласснике его желание добиться успеха. Находите то, за что его(ее) можно похвалить. Похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!») способны заметно повысить интеллектуальный уровень человека.
* Учение – это нелегкий и ответственный труд, но у первоклассника должно оставаться время для игровых занятий.
* Первоклассника не следует отдавать в секции и кружки одновременно с поступлением в школу.
* Находите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребенку, не отвлекаясь на другие дела. В этот момент важнее всего его заботы, радости и неудачи.
* Никогда не сравнивайте своего ребенка с другими детьми. Скажите ему (ей), что у него (нее) получается неплохо, хотя есть и отдельные недостатки; что он (она) учится для того, чтобы научиться.
* Соблюдайте режим дня:
* Сон
* Пребывание на свежем воздухе
* Учебная деятельность в школе и дома
* Отдых по собственному выбору
* Прием пищи
* Личная гигиена
* С самого начала приучайте школьника садиться за уроки в одно и то же время.
* Спать ложиться нужно не позднее 21.00
* После школы необходимо два часа отдыха или сон 1,5 часа, для восстановления сил.
* Лучшее время для приготовления уроков – с 15.00 до 16.00часов.
* Занятия с ребенком дома рекомендуется проводить 10-15 минут, затем необходим перерыв 10-15 минут.
* Чтобы сон был глубокий и спокойным: перед сном не играть в шумные, «заводные» игры, не заниматься спортом.

