РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКОВ

 1. Будите своего ребёнка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дёргайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».

2. Не торопить ребенка. Умение рассчитать время – задача родителей и если это плохо удаётся, это не вина ребёнка.

3. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака.

4. Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая: «Смотри, не балуйся! Чтобы сегодня не было плохих отметок!» Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.

5. Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?» Встреча с ребёнком после школы должна быть спокойной. Постарайтесь не обрушивать на него тысячу вопросов, дайте расслабиться. Если ребёнок чересчур возбужден, если жаждет поделиться, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займёт много времени.

6. Увидев огорчение ребёнка постарайтесь не допытываться, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.

7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку, постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребёнка. Кстати, всегда не лишнее выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.

8. После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два часа отдыха (ещё лучше 1,5 часа поспать) для восстановления сил. Низкая работоспособность с 14-16 часов.

9. Не настаивайте на выполнении уроков за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут перерыва, лучше, если он будет подвижным.

10. Во время приготовления уроков не сидите над душой, дайте возможность ребёнку выполнить задание самостоятельно, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка «Не волнуйся, у тебя всё получится! Давай разберёмся вместе! Я тебе помогу!», похвала (даже если не очень получается) – необходимы.

11. Общаясь с ребёнком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то ...».

12. Постарайтесь найти в течение дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребёнку, не отвлекаясь на другие дела. В этот момент важнее всего его заботы, радости и неудачи.

13. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, психологом, врачом, прочитайте литературу для родителей.

14. Запомните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижается работоспособность. Для первоклассников - это первые 4-6 недель, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребёнка.

15. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое состояние;

16. Знайте, даже «совсем большие дети» (ребенок 7-8 лет) любят перед сном сказку, песенку и ласковые поглаживания. Это все их успокаивает, помогая снять напряжение и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную.