

РЕКОМЕНДАЦИИ РОДИТЕЛЯМ ПЕРВОКЛАССНИКОВ.

- Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ваш ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если «вчера предупреждали».
- Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придется много поработать.
- Ни в коем случае не предупреждайте на прощание: "Смотри не балуйся!", "Веди себя хорошо!", "Чтобы сегодня не было плохих отметок!»...

Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов — у него впереди трудный день.

- После школы не торопитесь сажать ребенка за уроки, надо дать ему два-три часа отдохнуть (а в первом классе хорошо бы полтора часа поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков — с 15 до 17 часов.
- Не заставляйте первоклассника делать все уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15-минутные «переменки»; лучше, если они будут подвижными.
- Постарайтесь найти в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего для вас должны стать его дела, заботы, радости и неудачи.
- Когда вы браните ребенка, не употребляйте слов «ты всегда...», «ты вообще...», «вечно ты...». Ваш ребенок вообще всегда хорош. Он лишь сегодня сделал что-то не так. Об этом и скажите ему.
- Не отмахивайтесь от жалоб ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудностей учебы.
- Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «Ты уже большой!» 7-8-летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятности, не выяснять отношений...

Завтра новый учебный день, и вы должны сделать все, чтобы ребенок был спокойным, добрым и радостным. При желании можно прожить его без нервотрешки и нотаций.

Педагог – психолог: Матыкова Людмила Валерьевна.