



**ОСОЗНАННОЕ РОДИТЕЛЬСТВО**  
**«РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПЕРВОКЛАССНИКА».**



Поступление в школу для ребенка – это стресс. Много нового и непривычного видит он в школе. Вот некоторые рекомендации психологов для родителей первоклассников.

- \* Будьте ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.
- \* Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время - ваша задача.
- \* Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.
- \* Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.
- \* Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.
- \* Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами - не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.
- \* Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.
- \* Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны - это поможет вам яснее понять ситуацию.
- \* После школы не торопите ребенка садиться за уроки - необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).
- \* Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.
- \* Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.
- \* Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.
- \* Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление - это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.
- \* Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие - это показатели трудностей в учебе!
- \* Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.
- \* Самое главное, что вы можете подарить своему ребенку, — это ваше внимание!

РАСТИМ  
БУДУЩЕЕ

