РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ РОДИПЕЛЕЙ ПЯПИКЛАССНИКОВ

Выходя из начальной школы, наши дети сталкиваются с иным укладом школьной жизни — несколько кабинетов, а не один класс, много преподавателей, а не одна учительница. В этот период родители должны быть особенно внимательны к своим чадам, выполнять следующие правила.

Здоровье

- Не забывайте о смене учебной деятельности ребёнқа дома, создавайте условия для двигательной ақтивности между выполнением домашних заданий.
- Наблюдайте за правильной позой во время выполнения домашних заданий, заботьтесь о правильном световом режиме.
- Предупреждайте близоруқость, исқривление позвоночниқа, тренируйте мелкие мышцы қистей руқ.
- Обязательно вводите в рацион ребенка витаминные препараты, фрукты и овощи. Организуйте правильное питание.
- Заботьтесь о зақаливании ребенқа, мақсимальной двигательной ақтивности, создайте в доме спортивный уголоқ, приобретите спортивный инвентарь: сқақалқи, гантели и т.д.
 - Воспитывайте ответственность ребенқа за свое здоровье.

Адаптация

- Первое условие шқольного успеха пятиклассника безусловное принятие ребенқа, несмотря на те неудачи, с қоторыми он уже столкнулся или может столкнуться.
- Родители должны обязательно проявлять интерес қ шқоле, қлассу, в қотором учится ребеноқ, қ қаждому прожитому им шқольному дню.
- Обязательно знакомьтесь с одноклассниками вашего ребенка и общайтесь с ними после школы.
- Недопустимы физические меры воздействия, запугивание, критика в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей.
- Учитывайте темперамент ребёнқа в период адаптации қ шқольному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привықают қ

қлассу, быстро теряют қ нему интерес, если взрослые и сверстники относятся қ ним насмешливо и даже жестоко, проявляют насилие.

- обоснованный қонтроль за его учебной деятельностью.

- туда;
- рождения, и он никого не хочет позвать к себе.

- ребенқу.
- причин того, что разрешали раньше.
- у, быстро теряют қ нему интерес, если взрослые и сверстниқи относятся қ ним выльно и даже жестоко, проявляют насилие.

 « Предоставляйте ребенку самостоятельностью.

 « Развивайте самоконтроль, самооценку и самодостаточность ребенқа.

 Родителей должую насторожуть, если...

 « ребенок неохотно идет в школу и очень рад любой возможности не ходить и часто возвращается из школы подавленным, расстроенным;

 « часто возвращается из школы подавленным, расстроенным;

 « насто плачет без очевидной причины;

 « практически никогда не упоминает никого из одноклассников;

 « очень мало говорит о школьной жизни;

 » ребенок, одинок; его пикто не приглашает в гости или гулять, на дни вения, и он никого не хочет позвать к себе.

 Способы преодоления тревожности

 « Не сравнивайте ребенка с окружающими.

 « Чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

 « Демонстрируйте образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ку.

 « Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.

 « Будьте последовательны в воспитании ребенка. Не запрещайте без всяких ин того, что разрешали раньше.

 « Старайтесь делать ребенку меньше замечаний.

 « Используйте наказание лишь в крайних случаях

 « Не унижайте ребенка, паказывая его.

 « Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых взрослых в делиней.

 « Например, нельзя говорить ребенку: «Много ваша учительница понимает, лучше людей. Например, нельзя говорить ребенқу: «Много ваша учительница понимает, лучше меня слушай!».
 - Помогите ему найти дело по душе.

Рекомендации психолога родителям пятиклассника

r r r r r r r r r r r r r r r r r r

1. Будьте терпеливы. Давайте ребенку время на осознание нового.

2. Внушайте положительное. Не пугайте будущими бедами. Лучше говорить о хорошем, что ждет его, если вести себя правильно.

- 3. Почаще позволяйте ребенку делать то, что хочется ему, а не Вам. Принуждая, Вы вырабатываете у него негативизм отрицательное отношение ко всему, что вы можете сказать или сделать.
- 4. Давайте ребенку отдых от Ваших внушений. По статистике, к ребенку 37 раз в сутки обращаются в повелительном тоне, 42 в увещевательном, 50 раз в обвинительном. Ребенку нужен отдых от каких бы то ни было воздействий и обращений. Он нуждается в доле свободы, чтобы вырасти самостоятельным.
- 5. Уважайте право ребенқа на тайну. Если ребеноқ вас боится он будет лғать.
- 6. Чаще хвалите и поощряйте ребенка. Ребенок должен чувствовать Вашу поддержку и одобрение, когда добивается успехов.
- 7. Внушайте ребенку, что он смелый, трудолюбивый, умный, находчивый, ловкий, аккуратный, думающий, любимый, нужный, незаменимый...
- 8. Давайте больше самостоятельности в домашних делах, поручите обязательную работу по дому, спрашивайте за ее выполнение қақ со взрослого.
- 9. Формируйте положительную самооценку: «Я— умный», «Я— смелый», «Я все могу».
- 10. Верьте в своего ребенқа. Ваша вера способна превратить возможность в действительность. Пы замечательный! Пы умный и сообразительный! Пы это сможешь!
 - 11. Любите своего ребенқа безвозмездно! Будьте его другом!