

## **Рекомендации родителям первоклассников**

Уважаемые родители!

Чтобы уберечь вас от некоторых, к сожалению, очень распространенных ошибок, мы хотим предложить вам некоторые практические рекомендации.

1. Будьте своего ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос.
2. Не торопите. Умение рассчитывать время - ваша задача, и если это плохо удастся, это не вина ребенка.
3. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака: до школьного завтрака ему придется много поработать.
4. Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая: «Смотри не балуйся», «Веди себя хорошо» и т. д. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.
5. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не пытайте его, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.
6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь ругать ребенка, постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребенка.
7. После школы не торопитесь садиться за занятия, необходимо два-три часа отдыха. Лучшее время для занятий с 15 до 17 часов, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минутные «переменки». Лучше, если они будут подвижными.
8. В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...», порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

10. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекайтесь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи.

11. Придерживайтесь единой тактики общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу воспитания решайте без ребенка. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом. Не считайте лишней литературу для родителей, там вы найдете много полезного.

12. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников; конец второй четверти; первая неделя после зимних каникул; середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

13. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.

14. Учтите, что дети 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 неприятностей, не выяснять отношения.

Желаем Вам успехов в воспитании детей!

### **Рекомендации родителям учеников 2-4 классов**

Уважаемые родители!

Ваш ребенок уже не первоклассник, началась настоящая школьная жизнь, с оценками и домашними заданиями, чтобы уберечь вас от некоторых, к

сожалению, очень распространенных ошибок, мы хотим предложить вам некоторые практические рекомендации.

1. Не старайтесь увидеть в ребенке десятиклассника. Будьте готовы, что он станет им спустя некоторое время.
2. Помогите ребенку наладить процесс приготовления домашнего задания. Сюда входит и организация рабочего места, определение последовательности приготовления уроков. Приступать к домашнему заданию лучше через час-два после возвращения из школы. Ни в коем случае не давайте ребенку дополнительных домашних заданий. Не переделывайте классную работу, можно только исправить ошибки.
3. Поддержите младшего школьника в его желании добиться успеха. В каждой работе обязательно найдите, за что можно было бы его похвалить. Помните, что похвала и эмоциональная поддержка («Молодец!», «Ты так хорошо справился!») способны заметно повысить интеллектуальные достижения человека.
4. Учитель не должен обсуждаться, так как ребенок может воспользоваться вашим мнением и начнет хитрить, не выполняя требования. Психологи утверждают, что именно сомнения в действиях учителя вызывают у многих детей охлаждение к школе.
5. Если ребенок не понял задачи, которую объясняли в школе, повторите объяснение дома. Если вы нашли ошибки, весело скажите, что работу он сделал хорошо, только допустил две ошибки. Пусть найдет их сам. Постепенно степень контроля должна снижаться. Когда ребенок научится все делать самостоятельно, вам он будет показывать только результат.
6. Старайтесь не входить в магазины и не делать побочных дел по дороге в школу. Беседуйте с ребенком, спрашивайте об уроках, которые сегодня предстоят. То есть проявляйте уважение к школе как самому важному делу вашего ребенка.

7. Поддержите в ребенке его стремление быть школьником. Ваша искренняя заинтересованность в его школьных делах и заботах, серьезное отношение к его первым достижениям и возможным трудностям помогут первокласснику подтвердить значимость его нового положения и деятельности.

8. Составьте вместе распорядок дня, следите за его соблюдением.

9. И еще очень важно – уважение к миру ребенка. Не заглядывайте в ранец без его ведома. Он должен быть уверен, что отныне без его разрешения никто не будет трогать вещи, принадлежащие ему.

Если вас что-то беспокоит в поведении ребенка, его учебных делах, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

Желаем Вам удачи!

### **Рекомендации родителям пятиклассников**

Уважаемые родители!

В жизни вашего ребенка наступил ответственный момент. Теперь он ученик среднего звена. Есть несколько рекомендаций, которые помогут Вам лучше понять своего ребенка, а ему легче адаптироваться к средней школе

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника - безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

2. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.

3. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.
4. Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников),
5. Исключение таких мер наказания, как физические и психические наказания.
6. Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.
7. Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.
8. Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.
9. Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка.
10. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 2-3 недели; конец второй четверти; первая неделя после зимних каникул; середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.
11. Научить ребенка организовывать свой труд (вести дневник, планировать выполнение домашнего задания, подготовить рабочее место, собрать все необходимое для школы).
12. Помочь ребенку запомнить все фамилии, имена, отчества учителей-предметников и классного руководителя.

13. Обеспечить соблюдение ребенком оптимального для его возраста режима дня.

14. Создать необходимые условия для полноценного отдыха ребенка в свободное от учебы время (посещение бассейна, спортивных площадок, прогулки на свежем воздухе и т. д.).

15. Верить в своего ребенка, опираться на его реальные возможности, обеспечить ему эмоциональный комфорт дома.

Желаем Вам успехов!

### **Рекомендации родителям учеников 6-8 классов**

Уважаемые родители!

Чтобы уберечь вас от некоторых, к сожалению, очень распространенных ошибок, мы хотим предложить вам некоторые практические рекомендации

1. Постарайтесь создать условия, облегчающие учебу ребенка:

- бытовые: хорошее питание, щадящий режим, полноценный сон, спокойная обстановка, уютное и удобное место для занятий;

- эмоциональные: проявляйте веру в возможности ребенка, не теряйте надежду на успех, радуйтесь малейшим достижениям, высказывайте любовь и терпение в ожидании успеха;

- культурные: обеспечьте ребенка справочниками, словарями, пособиями, атласами, книгами по школьной программе, кассетами.

2. Слушайте своего ребенка: он пересказывает то, что надо заучить, запомнить,

периодически диктуйте тексты для записывания, спрашивайте по вопросам учебника и т. п.

3. Регулярно знакомьтесь с расписанием уроков, факультативов, дополнительных занятий для контроля и для оказания возможной помощи.
4. Делитесь знаниями с детьми из области, в которой Вы преуспели, обогащайте их.
5. Помните, что не только оценка должна быть в центре внимания родителей, а знания, даже если сегодня ими воспользоваться невозможно. Поэтому думайте о будущем и объясняйте детям, где и когда можно будет воспользоваться знаниями.
6. Не оставляйте без внимания свободное время ребенка, помогите сделать его полезным и содержательным, принимайте участие в его проведении.
7. Не сравнивайте своего ребенка и его успехи с другими, лучше сравнить его с самим собой – это более обнадеживает.
8. В средних классах подростки могут совместно выполнять домашнюю работу. Это повышает ответственность – ведь задания делают не только для себя, но и для других. Наберитесь терпения, когда они занимаются даже по телефону: уточняют, обсуждают, спорят.
9. Помните, что по научно обоснованным нормам над выполнением всех домашних заданий ученики 6 классов должны работать до 2,5 часов; 7-8 – до 3. Сравните, насколько близки данные нормы к количеству часов, которые затрачивает Ваш ребенок на домашнюю работу. Помогите придерживаться рекомендаций: это важно для здоровья, психического равновесия и хорошего отношения к учебе.
10. Дайте почувствовать ребенку, что любите его независимо от успеваемости, замечайте познавательную активность даже по отдельным результатам.

11. Создавайте традиции и ритуалы семьи, которые будут стимулировать учебную активность детей. Используйте позитивный опыт Ваших родителей, знакомых.

12. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность.

Это первые 2-3 недели; конец второй четверти; первая неделя после зимних каникул; середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

Желаем Вам удачи!

### **Рекомендации родителям учеников 9 и 11 классов**

Уважаемые родители!

Ваш ребенок - выпускник, волнующий момент и для вас и для него, уже с самого начала учебного года необходимо готовится к предстоящей сдаче экзаменов. Предлагаем Вам ряд рекомендаций, необходимых для успешной сдачи экзаменов

1. Не тревожьтесь о количестве баллов, которые ребенок получит на экзамене, и не критикуйте ребенка после экзамена. Внушайте ребенку мысль, что количество баллов не является совершенным измерением его возможностей.

2. Не повышайте тревожность ребенка накануне экзаменов - это может отрицательно сказаться на результате тестирования. Ребенку всегда передается волнение родителей, и если взрослые в ответственный момент могут справиться со своими эмоциями, то ребенок в силу возрастных особенностей может эмоционально «сорваться».

3. Подбадривайте ребёнка, хвалите его за то, что он делает хорошо.
4. Повышайте его уверенность в себе, так как чем больше ребенок боится неудачи, тем более вероятности допущения ошибок.
5. Наблюдайте за самочувствием ребенка, никто, кроме Вас, не сможет вовремя заметить и предотвратить ухудшение состояние ребенка, связанное с переутомлением.
6. Контролируйте режим подготовки ребенка, не допускайте перегрузок, объясните ему, что он обязательно должен чередовать занятия с отдыхом. Обеспечьте дома удобное место для занятий, проследите, чтобы никто из домашних не мешал.
7. Обратите внимание на питание ребенка: во время интенсивного умственного напряжения ему необходима питательная и разнообразная пища и сбалансированный комплекс витаминов. Такие продукты, как рыба, творог, орехи, клюква, капуста, шпинат, яблоки, курага стимулируют работу головного мозга.
8. Очень полезно делать краткие схематические выписки и таблицы, упорядочивая изучаемый материал по плану. Если он не умеет, покажите ему, как это делается на практике. Основные формулы и определения можно выписать на листочках и повесить над письменным столом, над кроватью.
9. Заранее во время тренировки по тестовым заданиям приучайте ребенка ориентироваться во времени и уметь его распределять. Тогда у ребенка будет навык умения концентрироваться на протяжении всего тестирования, что придаст ему спокойствие и снимет излишнюю тревожность. Если ребенок не носит часов, обязательно дайте ему часы на экзамен.
10. Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность; конец второй четверти; первая неделя после зимних каникул; середина третьей

четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребенка

Желаем Вам успехов!

### **Рекомендации родителям 10 классов**

Переход к обучению в старшей школе связан с резким возрастанием учебной нагрузки. Важно помочь ребенку научиться грамотно распределять свое время и планировать день так, чтобы оставалось время для отдыха, сна и внеучебных дел. Профессиональное самоопределение – важнейшая задача данного возраста. Родители могут помочь своему ребенку сделать этот серьезный выбор. Причем речь идет не только об оплате репетиторов или подготовительных курсов, но прежде всего о том, чтобы предоставить подростку возможность обсуждать свои жизненные планы. Старшеклассник ощущает себя взрослым человеком.

Задача родителей – подумать, как можно более эффективно реализовать эту «взрослость», попытаться строить отношения с ребенком на новых, партнерских, началах. Или, по крайней мере, хотя бы стремиться к этому.

Уважаемые родители!

Чтобы уберечь вас от некоторых, к сожалению, очень распространенных ошибок, мы хотим предложить вам некоторые практические рекомендации.

1. Ежедневно уделяйте внимание ребёнку, не забывайте о его существовании. Уделите хотя бы полчаса в день, которые Вы посвятите только ребенку, не отвлекаясь на домашние дела, телевизор и остальных членов семьи.

2. В воспитании придерживайтесь принципа "табу - редки". Табу (запрет) должно быть обязательным, но редким, в соответствии с нормами традиционного воспитания.

3. Никогда не наказывайте ребенка, находясь в злобе. Народная мудрость гласит: "Учитель, наказывающий ребёнка в раздражении, только тешит себя".

4. Не закрепляйте в сознании ребёнка эпизоды плохого поведения положительными стимулами.

Например, ребёнок требует от Вас включить телевизор, при этом, кричит, хлопает дверью, уходит в другую комнату. Если Вы успокоите его поощрением, то он с удовольствием будет повторять свои требования. В таком случае необходимо переключить его внимание или дать ему возможность успокоиться самому, но ни в коем случае не выполнять требование, предъявляемое Вам ребёнком в такой форме.

5. Относитесь к ребёнку с учётом его пола и его роли в будущей семейной жизни. Показывайте своим примером модель будущей счастливой жизни.

Желаем Вам успехов!