

## Рекомендации для родителей пятиклассников

### Учеба

- Старайтесь быть в курсе школьной жизни ребенка.
- Будьте терпимы к неудачам ребенка, его настроению.
- Не откладывайте решение возникающих с учебной проблем, старайтесь вовремя подойти к учителю-предметнику или классному руководителю и решить возникшую проблему как можно быстрее.
- Помогите ребенку правильно распределить нагрузку при выполнении заданий. Поговорите с ним о том, что важно, на что стоит потратить силы, а что можно выполнить не так тщательно. Например, что важнее: найти красивую картинку или написать к ней текст и т.п.
- Помогите ребенку выполнять домашние задания по тем предметам, которые ему тяжело даются.

### Общение

- Старайтесь (по возможности) проводить с ребенком больше времени.
- Вспоминайте себя в этом возрасте, делитесь собственным опытом. Не забывайте рассказывать, что и Вас случались сложные моменты и трудности в детстве.
- Помните, что Вы и Ваш ребенок разные люди. У него может быть все по-другому. «По-другому» не означает плохо, просто не так, как было у Вас.
- Вашему ребенку необходима Ваша поддержка, участие и забота, чтобы легче справиться с трудностями и неудачами.
- Поддержка не должна отменять требования к выполнению обязанностей по учебе и дому.
- Хвалите ребенка даже за небольшие победы и достижения.
- Избегайте сравнивать своего ребенка с другими детьми, особенно успешными. Сравнивать ребенка можно только с ним же самим в разном возрасте.
- Ребенок нуждается в общении и совместной деятельности с родителями не только на «школьную тему».
- Выслушивайте ребенка, когда он готов поделиться своими переживаниями и мыслями. Часто люди говорят, чтобы просто поделиться переживаниями, а не для того, чтобы их оценили, осудили или рассудили.

### Распорядок дня

- Свободное время ребенку лучше проводить на свежем воздухе.
- От количества часов сна зависит здоровье, настроение и успеваемость.
- Каждому нужно свободное время «для души».

### Питание

- Питание должно быть полноценным и сбалансированным.
- Ребенок не должен уходить в школу голодным.
- В питании ребенка следует увеличить количество продуктов, содержащих белки и углеводы (орехи, мед, сухофрукты, горький шоколад).

***Помните, что универсальных советов не существует.  
Самое лучшее при возникновении трудностей – это забота и внимание к  
ребенку. Все остальное Вам подскажут родительское чутье и любовь.***

## Некоторые правила общения с ребенком.

### Правило 1.

- ❖ Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы будете сообщать ему: «С тобой все в порядке! Ты справишься!»

### Правило 2.

- ❖ Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом:

- ✓ Возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.
- ✓ По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте их ему.

### Правило 3.

- ❖ Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему.

### Правило 4.

- ❖ Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться «сознательным».

*Ю.Б.Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?»*