*Родителям первоклассника.*

Рекомендации педагога-психолога родителям.

1. Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.
2. Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите. Умение рассчитать время – ваша задача.
3. Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.
4. Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.
5. Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.
6. Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами – не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.
7. Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.
8. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. выслушайте обе стороны – это поможет вам яснее понять ситуацию.
9. После школы не торопите ребенка садиться за уроки. Необходимо 2-3 часа отдыха (либо 1,5 часа послеобеденного сна).
10. Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.
11. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор, телефон и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.
12. Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.
13. 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.
14. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие – это показатели трудностей в адаптации.
15. Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.

*Чему необходимо научить младшего школьника?*

Рекомендации педагога-психолога родителям.

1.Любить себя.

Любовь к себе – наиболее фундаментальная и существенная из всех способностей. Пока ребенок не будет ценить собственную жизнь, он не станет деятельным, а значит, не сможет реализовать себя.

2.Интерпретировать (объяснять) поведение.

Если ребенок научится понимать и объяснять поведение других людей, он не будет склонен огорчаться в разных ситуациях. например, одноклассник без причины накричал на него. Он может подумать, что у него сегодня плохое настроение, он плохо воспитан, несдержан, его кто-то обидел.

3.Общаться с помощью слов.

Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, словами, помогает другим лучше понять его и этим снимает многие проблемы. Если он о чем-то переживает, надо научить его говорить о своих чувствах, а не переводить их в постоянные мысли, которых он боится или стесняется.

4.Не боятся неудач.

Чтобы научится чему-либо, ребенок не должен боятся ошибок и неудач. Детям надо помочь понять, что на ошибках можно учиться. Тем более нельзя за это унижать и наказывать детей. Ребенок, который боится ошибок, вырастет неуверенным в себе человеком, настоящим неудачником.

5.Думать самому.

Чувство собственной уникальности и способности к выбору – жизненно важная часть человеческого существования. Этой способности легко научить, если просто поощрять ребенка в том, чтобы он высказывал свое мнение, размышлял по различным вопросам, имел возможность сделать выбор в определенных ситуациях.

6.Самостоятельность.

К шести годам ребенок должен знать, что существует много ситуаций, с которыми он может справиться сам. Но нам необходимо объяснить детям, что взрослые, родители могут быть настоящими друзьями ребенка, которые приходят на помощь в трудную минуту, которые могут понять их и уважают их права и интересы.