

1. Ежедневно интересуйтесь школьными делами детей, проявляя внимание и терпение, не ограничивайтесь фразами; «Что получил?», «Как дела?», расспрашивайте о настроении, проявляйте эмоциональную чувствительность, делитесь чувствами.

2. Не скупитесь на похвалу, замечайте даже незначительные успехи и достижения.

3. При встрече с неудачами в учебе старайтесь разобраться вместе, найти выход, предвидеть последствия действий.

4. Не запугивайте ребенка. Страх притупляет деятельность ребенка.

5. Принимайте участие в жизни класса и школы.

6. Подавляйте в себе искушение немедленно использовать любую ошибку ребенка для его критики.

7. Выработайте памятку по выполнению домашнего задания.

8. Если ребенок просит о помощи в подготовке домашнего задания, не отказывайте ему. Но не выполняйте

за ребенка, просто оказывайте поддержку.

9. Не высказывайтесь негативно о школе, об учителях в присутствии ребенка, даже если вам кажется, что для этого есть повод. Постарайтесь разобраться в возникшей проблемной ситуации. Лучше, чтобы учитель был вашим союзником. Создавайте у ребенка позитивное отношение к школе.

10. Успех или неуспех влияет на мотивацию учения, поэтому особое внимание нужно уделить формированию правильного отношения детей к ошибкам, неудачам, промахам. Ведь это толчок к самосовершенствованию, к тому, чтобы стать лучше, сильнее, опытнее.

11. Не принуждайте детей работать на «оценку», так как это все больше провоцирует школьные страхи, связанные у детей с неуверенностью в своих силах, тревогой по поводу негативных оценок или их ожидания.

12. Контролируйте ребенка, делая ему замечания, ругая его, объясните: «за что...».

13. Обеспечьте своему ребенку соблюдение оптимального для этого возраста режима дня и удобное рабочее место дома.

14. Позаботьтесь о том, чтобы у вашего ребенка были друзья, товарищи из класса, приглашайте их в свой дом. Создайте ребенку эмоциональный комфорт дома, научитесь правильно общаться с подростками.

15. Радуйтесь достижениям своего ребенка. Не позволяйте себе сравнивать его с другими детьми, давайте оценку не самому ребенку, а его поступкам.



Не забывайте о смене учебной деятельности ребёнка дома, создавайте условия для двигательной активности между выполнением домашних заданий.

Наблюдайте за правильной позой во время выполнения домашних заданий, заботьтесь о правильном световом режиме. Предупреждайте близорукость, искривление позвоночника, тренируйте мелкие мышцы кистей рук.

Обязательно вводите в рацион ребёнка витаминные препараты, фрукты и овощи.

Организуйте правильное питание.

Заботьтесь о закаливании ребёнка, максимальной двигательной активности.

Воспитывайте ответственность ребёнка за свое здоровье.



Пожелайте ребенку в начале дня доброго утра, а в конце дня спокойной ночи. Помните, что в первые 30 минут после сна и последние 30 минут до сна в доме должна царить атмосфера спокойствия, любви и ласки. Это залог сохранения крепкой нервной системы у вас и у вашего ребёнка.

Для нормального самочувствия ребёнку необходимо минимум 8 объятий в день. Не забывайте ласково обнимать своего ребёнка, сколько бы лет ему ни было.

МКОУ «ООШ № 8»

Буклет для родителей

**Рекомендации родителям
пятиклассников**



Коркино, 2018 год