Советы родителям школьников

- Будьте ребенка спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если "вчера предупреждали".
- Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, ему придется много поработать.
- Ни в коем случае не прощайтесь, "предупреждая": "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "чтобы сегодня не было плохих отметок" и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.
- Забудьте фразу "Что ты сегодня получил?". Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми).
- Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.
- После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо 2 -3 часа отдыха, а в первом классе хорошо часа полтора поспать для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков с 15 до 17 часов.
- Не заставляйте делать уроки за один прием, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15минутные перемены, лучше, если они будут подвижными.
- Во время приготовления уроков не сидите "над душой", дайте возможность ребенку работать самому, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения.
- Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи.
- Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников (3-4 недели для учащихся 2-4 классов), конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательным к состоянию ребенка.
- Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, боль в животе, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.
- Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную и т.п. Дайте ребенку возможность успокоиться, снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть.