

Если у ребенка учеба идет хорошо, проявляйте чаще свою радость, можно даже устраивать небольшие праздники по этому поводу. Но выражайте свою озабоченность, если у ребенка не все хорошо в школе.

Помогайте ребенку выполнять домашние задания, но не делайте их сами.

Установите вместе с ребенком специальное время, когда нужно выполнять домашние задания, полученные в школе, и следите за выполнением этих установок. Это поможет вам сформировать хорошие привычки к обучению.

Помогите ребенку почувствовать интерес к тому, что преподают в школе.

Особенные усилия прилагайте для того, чтобы поддерживать спокойную и стабильную атмосферу в доме, когда в школьной жизни ребенка происходят изменения!

Такие события, как первые несколько месяцев в школе, переход из начальной школы в среднюю и старшую, могут привести

к стрессу ребенка школьного возраста. При любой возможности пытайтесь избежать больших изменений или нарушений в домашней атмосфере в течение этих событий. Спокойствие домашней жизни вашего ребенка поможет ему более эффективно решать проблемы в школе.

Посоветуйте вашему ребенку в любых трудных для него ситуациях обращаться за помощью к классному руководителю или школьному психологу

Терпения и семейного Вам благополучия!

Рекомендации подготовила
педагог-психолог
МБОУ «СШ №37»
Живцова Анна Валериевна

раб. тел. 39-26-62

ВАШ РЕБЕНОК— ПЯТИКЛАСНИК!



*Воспитание – это процесс жизни,
а не подготовка к будущей жизни.*

Коменский Я.А

В период адаптации очень важно для ребенка, чтобы дома была спокойная, щадящая обстановка, доверительная атмосфера, кроме того, обязательно соблюдение режима дня, нужно сделать все для того, чтобы пятиклассник постоянно чувствовал поддержку и помощь со стороны родителей.

Если Вы заметили проявления повышенной тревожности, вот несколько советов по взаимодействию с таким ребенком:

* *Обязательно давайте вашему ребёнку выговориться, поделиться своими школьными страхами и тревогами.*

* *Попытайтесь создать ситуацию успешности (как в урочной, так и во внеурочной деятельности – вы можете помочь ему подготовить интересный доклад или найти в Интернете полезную информацию по подготовке классного вечера и т.д.)*

* *Создавайте условия для выхода активности, накопившегося напряжения, агрессивности, помогайте расслабиться.*

* *Заранее подготовьте ребёнка к грядущим переменам, расскажите, что его ожидает в пятом классе,*

заострите внимание на позитивных изменениях.

* *Научите его в любой ситуации видеть плюсы, пропагандируйте оптимизм, убеждайте, что всё будет хорошо.*

Если вы видите, что процесс адаптации затянулся более чем на 3-4 месяца и замечаете ухудшение самочувствия ребенка, постоянное нежелание идти в школу на фоне пониженного настроения и снижения успеваемости, то Вам просто необходимо обратиться с данной проблемой к классному руководителю и школьному психологу.

Воодушевите ребенка на рассказ о своих школьных делах.

Никогда не ограничивайте свой интерес обычным вопросом: «Как прошел твой день в школе?». Каждый день находите время для беседы с ребенком. Спрашивайте о том, какие сложности или трудности возникли сегодня, чем, наоборот он доволен, что удалось сделать лучше, чем раньше? Какие предметы вызывают положительные эмоции, с какими связаны негативные переживания? Как складываются взаимоотношения с педагогами?

Проконтролируйте то, заполнен ли список преподавателей в дневнике,

также вы можете поиграть в игру «Как зовут ваших учителей», которая поможет быстрее запомнить имена и отчества учителей по разным предметам. Вы называете предмет и имя учителя, а ребенок называет отчество; Вы называете предмет, а ребенок называют имя и отчество; Вы называете фамилию, а ребенок – предмет и так далее.

Интересуйтесь делами в классе, тем, как у вашего ребенка складываются отношения с одноклассниками, учителями.

Регулярно беседуйте с учителями-предметниками и классным руководителем вашего ребенка о его успеваемости, поведении и взаимоотношениях с другими детьми, особенно если вы чувствуете, что многого не знаете о школьной жизни вашего ребенка или о его проблемах, связанных со школой.

Наблюдайте за правильной позой, соблюдением светового режима и режима дня.

Не связывайте оценки за успеваемость ребенка со своей системой наказаний и поощрений.

Ваш ребенок должен расценивать свою хорошую успеваемость как награду, а неуспеваемость — как наказание.