

Рекомендации на каждый день.

1. Соблюдайте режим дня, у ребенка должно быть достаточно времени на сон и на прогулки.
2. Рацион ребенка должен включать продукты с повышенным содержанием кальция, калия и магния (молочные продукты, сухофрукты: изюм, чернослив, курага).
3. Ребенок должен избегать шумных и подвижных игр, особенно перед сном.
4. Используйте гибкую систему поощрений и наказаний. Поощряйте ребенка сразу же, не откладывая на будущее.
5. Используйте во время занятий, когда ребенок перевозбужден, тактильный контакт (элементы массажа, прикосновения, поглаживания).
6. Давайте короткие, четкие и конкретные инструкции. Договаривайтесь с ребенком о тех или иных действиях заранее.
7. Оставайтесь спокойным родителем. Ваше хладнокровие – это Ваше преимущество!!!!

Уважаемые родители!

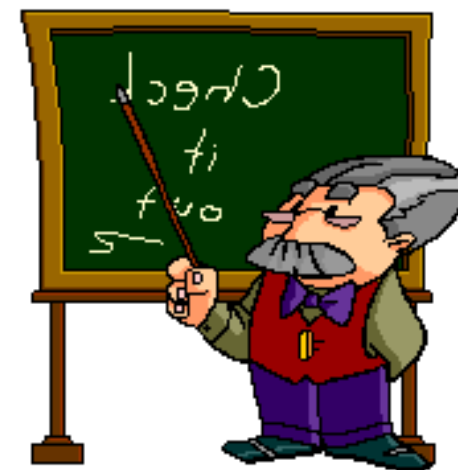
Все памятки, подсказки, предложенные упражнения и т.д. носят рекомендательный характер.

Лучше всех знают своего ребенка только родители, а значит - скорее могут прийти на помощь, если у него возникнут проблемы в учебе. Родители постоянно должны совершенствовать свои знания о своем ребенке.

Это залог успеха. Удачи ВАМ!



Как приучить ребенка самостоятельно выполнять домашнее задание



Составитель: педагог-психолог
Смирнова А.В

Домашнее задание.

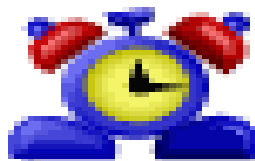
Начиная со второго класса домашние задания задают достаточно систематически. Они еще не так сложны, и любой ребенок может выполнить их самостоятельно. Но важность их трудно переоценить. Выполняя их, ребенок становится самостоятельным, ответственным, добросовестным. Задача родителей - способствовать развитию ребенка.

Для этого следует соблюдать следующие правила:

1. Задания даются не вам, а ребенку. Выполняя работу за него, вы лишаете его возможности развиваться. Учитывая, что всю жизнь за ребенка вы прожить не сможете, решите, что для вас важнее: пятерка за выполнение домашней работы сегодня или ответственность, самостоятельность вашего ребенка в будущем.
2. Помогите своему ребенку в организации рабочего места, посоветуйте начинать с более легких предметов, расскажите, как делали уроки в детстве вы. Если это возможно, оставьте его выполнять задание самостоятельно. Но встречаются дети, которые не могут самостоятельно удерживать внимание на одной деятельности. Рядом с таким ребенком можно сесть, но при этом заняться своим делом: читать, вязать. Своим присутствием вы будете способствовать концентрации внимания ребенка, предлагая сделать перерыв по мере необходимости, но вмешиваться в процесс приготовления уроков не стоит.
3. Не спешите на помощь даже тогда, когда ребенок вас зовет. Дождитесь, когда он выполнит задание. Проверьте. Если есть ошибки, спокойно скажите об этом, но не указывайте прямо на них. Избегайте слова

«ошибка». Скажите: «Вот здесь ты просмотрел, найди неправильно написанное слово на этой строчке» или «Задача слишком сложная, ты запутался при ее решении. Прочитай условие еще раз». При этом нужна ваша поддержка, терпение, благожелательность. Помните: приучить к самостоятельности очень трудно, но необходимо.

4. Не ругайте ребенка за ошибки, не высмеивайте. Относитесь к ним серьезно, как к своим собственным промахам. Поверьте: ребенок сделал их не специально, он тоже переживает. Далее приводятся несколько памяток, которые помогут Вам, уважаемые родители, в организации учебного процесса Ваших детей. Быть родителем - особое искусство. Хочется пожелать Вам терпения, сил, радостных минут гордости за успехи и достижения своих детей.



Памятка “Садимся за уроки” (советы школьнику)

- Садись за уроки в одно и то же время.
- Проветри комнату за 10-15 минут до начала занятий.
- Поставь прибор освещения слева от себя.
- Проверь готовность своего рабочего места: сотри пыль, проверь на своем ли месте учебные и письменные принадлежности, убери со стола все лишнее.
- Уточни расписание уроков, проверь записи в дневнике.
- Сядь удобнее, открой учебник...

Памятка для родителей “Хотите, чтобы ваш ребенок с удовольствием ходил в школу?”

- Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии ребенка.
- В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить ее, не обсуждая подробностей с ребенком.
- Следите, чтобы ваш ребенок вовремя ложился спать.
- Уделите внимание физическому развитию ребенка (активный отдых, спортивные секции, прогулки на свежем воздухе, подвижные игры, утренняя гимнастика).
- Ребенок должен видеть, что вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы.
- Читайте сами, пусть ребенок видит, что свободное время вы проводите за книгами, а не только у телевизора.
- Учите ребенка выражать мысли письменно: обменивайтесь записками, пишите совместные письма.
- Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребенку будет приятно, если его школа станет частью вашей жизни.