

*Здравствуйте, уважаемые родители!  
Спасибо Вам, что остановили свой выбор на нашем  
консультационном центре «Доверие».  
Мы уверены, что Вы останетесь довольны нашим  
сотрудничеством.*

*Консультация на тему:*

## **«СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА РОДИТЕЛЯМ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ».**

### **Как организовать выполнение домашних заданий**

Успехи в учебе зависят от многих важных моментов жизни ученика: полноценный сон, рациональное здоровое питание, позитивное отношение к окружающим людям, стремление к успеху, наличие жизненно важных целей. Помните, что на выполнение домашних заданий не стоит тратить всю жизнь (есть ещё много чего интересного и увлекательного).

Возьмите на заметку, что в начальных классах надо укладываться с домашней работой за 1 час.

Каждые 45 минут не помешает отдохнуть: потанцевать, поваляться по полу, поупражняться с гантелями. Любящие родители могут поиграть с ребенком в игру "разожми кулачок", нарисовать в воздухе, следя глазами, (причем и одной и другой рукой) знак бесконечности, а ребенку назовите это "ленивой восьмеркой", а можно и цветы полить, и с собакой поиграть.

Лучшее время для выполнения домашних заданий: с 15.00 до 18.00. Плотно пообедать надо не меньше, чем за час-полтора до этого, но и голодным садиться за уроки не стоит.

С чего же начать? Убрать всё лишнее со стола! Если человек входит в работу легко, но быстро устаёт - начинать лучше с самых трудных заданий, если вработывание растягивается, долго раскачивается - начинать лучше со средних заданий, потом уже переходить к сложным. А если совсем никак - надо начать с самых простых, чтобы почувствовать успех от быстро и легко выполненного.

### **Уважаемые родители!**

Помните! Домашнее задание задают вашему ребёнку! Помощь необходима только в том случае, если у ребенка есть некоторые сложности в развитии познавательных навыков. В этом случае неплохо ещё и посоветоваться со специалистом, чтобы не навредить.

## **Как помочь учиться.**

- ✓ 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 прощайтесь, предупреждая и наставляя: "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "чтобы сегодня не было замечаний о твоём поведении" и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.
- ✓ 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 же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте, это не займет много времени. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится и расскажет сам.
- ✓ Лучшее время для домашних занятий с ребенком с 15 до 17 часов - первая смена, с 9 до 11 часов – вторая смена. Занятия вечерами бесполезны, т.к. ребенок уже устал от насыщенного учебного дня.
- ✓ Не заставляйте делать все задания в один присест, это должно занимать не больше 15-20 минут времени, и только после 20 минутного отдыха можно вернуться к заданию. Во время занятий с ребенком необходимы: спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу"), похвала (даже, если не очень получается). В общении с ребенком старайтесь избегать условий: "Если ты сделаешь, то...". Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.
- ✓ Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы. Имейте в виду, что все дети любят сказку перед сном, песенку, ласковые слова. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном о неприятностях.

## **Родителям о наказаниях.**

Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.

Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.

Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.

Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.

Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.

Задача дисциплинарной техники - изменить желания ребенка, а не только его поведение.

Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преобразует его. Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть - как сразу возникнет конфликт.

Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.

Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.

### **Чем заменить наказания**

#### Терпением.

Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей.

#### Объяснением.

Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

#### Отвлечением.

Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.

#### Неторопливостью.

Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.

#### Наградками.

В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

### **Как поддержать самооценку ребенка.**

#### **Безусловно, принимайте ребенка!**

- ✓ Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
- ✓ Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)
- ✓ Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам. Помогайте, когда он просит.
- ✓ Поддерживайте каждый успех.
- ✓ Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.
- ✓ Конструктивно решайте конфликты.
- ✓ Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.
- ✓ Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.

## Как привить интерес к чтению у детей

Пусть дети видят, как вы сами читаете с удовольствием: цитируйте, смейтесь, заучивайте отрывки, делитесь прочитанным и т.п.

По очереди читайте друг другу рассказы или смешные истории. Развлекайте себя сами вместо того, чтобы смотреть телевизор. Поощряйте дружбу ребенка с детьми, которые любят читать.

Показывайте, что вы цените чтение: покупайте книги, дарите их сами и получайте в качестве подарков. Пусть дети сами выбирают себе книги и журналы (в библиотеке, книжном магазине и т.п.) По чаще спрашивайте мнение детей о книгах, которые они читают.

Поощряйте чтение любых материалов периодической печати: даже гороскопов, комиксов, обзоров телесериалов - пусть дети больше читают.

На видном месте дома повесьте список, где будет отражен прогресс ребенка в чтении (сколько книг прочитано, и за какой срок).

В доме должна быть детская библиотечка.

Выделите дома специальное место для чтения (укромный уголок с полками и т.п.).

Разгадывайте с детьми кроссворды и дарите их им.

Собирайте книги на темы, которые вдохновят детей еще что-то прочитать об этом (например, книги о динозаврах или космических путешествиях).

Детям лучше читать короткие рассказы, а не большие произведения: тогда у них появляется ощущение законченности и удовлетворения.

Предложите детям до или после просмотра фильма прочитать книгу, по которой поставлен фильм.

Поощряйте чтение детей вслух, когда это только возможно, чтобы развить их навык и уверенность в себе.

С уважением, педагог психолог

Селякова Ирина Викторовна