

## Трудные денёчки!



*Маршина Наталья Владимировна  
воспитатель высшей  
квалификационной категории*

«Как прожить хотя бы один день без нервозности, поучений, взаимных обид?» - часто спрашивают родители первоклассников, которые только что окунулись в мир школьной жизни? Вот несколько советов, может быть, они Вам пригодятся.



1. 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».
2. Не торопите, умение рассчитать время – ваша задача, и если это вам плохо удается, то вины ребенка в этом нет.
3. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака.
4. Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: «Смотри не балуйся!», «Веди себя хорошо» и т. п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.
5. 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). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте – это не займет много времени.
6. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.
7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку и постарайтесь, чтобы ваш разговор происходил без ребенка.

8. После школы не торопите садиться за уроки, необходимо два – три часа отдыха (хорошо бы и поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков – с 15 до 17 часов.
9. Не заставляйте делать уроки в один присест, после 15 – 20 минут занятий необходимы 10 – 15- минутные «переменки».
10. Во время приготовления уроков не сидите «над душой», дайте возможность самому выполнить задания, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («Не волнуйся, все получится!», «Я тебе помогу!»), похвала (даже если не очень получается) необходимы.
11. В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...». Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.
12. Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего его дела, заботы, радости и неудачи.
13. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребенком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него.
14. Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности в учебы.
15. Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим «Ты уже большой» 7 – 8 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, и спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятностей, не выяснять отношений, не обсуждать завтрашнюю контрольную.



### Используемая литература

1. Работа с семьей по подготовке детей к школе. Лекторий для родителей будущих первоклассников. СПб. : ООО "Издательство "Детство - пресс", 2011 г.