**Поради батькам:**

**Пам'ятка для батьків**

 Щоб уберегти Вас від деяких, на жаль дуже поширених помилок, ми хочемо запропонувати Вам кілька порад. Прочитавши їх, подумайте, які для Вас і Вашої родини найбільш актуальні. Спробуйте виконувати хоча б їх. Якщо Вам вдасться розумно організувати життя Вашої дитини, це полегшить Вам взаємне пізнання, вбереже від багатьох неприємностей у майбутньому і подарує години спілкування з близькою людиною. Отже, деякі практичні рекомендації.

**1.** Будіть свою дитину спокійно. Прокинувшись, вона повинна побачити Вашу посмішку і почути ласкавий голос. Не підганяйте зранку, не смикайте по дрібницях, не докоряйте за помилки, навіть якщо вчора попереджали.

**2.** Не квапте. Уміння розраховувати час – Ваша задача, і якщо Вам це погано вдається, це не провина дитини.

**3.** Не відправляйте дитину в школу без сніданку: до шкільного сніданку їй доведеться багато попрацювати.

**4.** У жодному разі не прощайтеся, попереджаючи: «дивись не балуйся», «веди себе добре», «щоб сьогодні не було поганих оцінок» і т. ін. Побажайте дитині удачі, підбадьорте, знайдіть кілька ласкавих слів – у неї попереду важкий день.

**5.** Забудьте фразу «Що ти сьогодні отримав?». Зустрічайте дитину після школи спокійно, не ставте їй тисячу питань, дайте розслабитися. Якщо ж дитина занадто збуджена, якщо прагне поділитися чимось, не ігноруйте, не баріться, послухайте – це не займе багато часу.

**6.** Якщо бачите, що дитина засмучена, але мовчить, не допитуйтесь, нехай заспокоїться, тоді і розповість сама.

**7.** Вислухавши зауваження вчителя, не поспішайте влаштовувати прочухана, постарайтеся, щоб Ваша розмова з учителем відбувалася без дитини. До речі, завжди не зайве вислухати «обидві сторони» і не поспішати з висновками.

**8.** Після школи не поспішайте сідати за уроки, необхідно дві, три години відпочинку (а в першому класі добре б години півтори поспати) для відновлення сил. Найкращий час для приготування уроків з 15 – ої до 17 – ої години.

**9.** Не змушуйте робити всі уроки в один присід, після 15 – 20 хвилин занять необхідні 10 – 15 хвилинні «перерви». Краще, якщо вони будуть рухливими.

**10.** Під час приготування уроків не сидіть «над душею». Дайте дитині можливість працювати самій. Але вже якщо потрібна Ваша допомога, наберіться терпіння. Спокійний тон, підтримка («не хвилюйся, все вийде», «розберімося разом», «я тобі допоможу»), похвала (навіть якщо не дуже виходить).

**11.** У спілкуванні з дитиною намагайтеся уникати умов: «якщо ти зробиш, то…», деколи умови стають нездійсненними незалежно від дитини і Ви можете опинитися в дуже складній ситуації.

**12.** Знайдіть протягом дня бодай півгодини, коли Ви будете належати тільки дитині, не відволікайтеся на домашні турботи, телевізор, спілкування з іншими членами родини. У цей момент важливіше всього її справи, турботи, радості і невдачі.

**13.** Виробіть єдину тактику спілкування всіх дорослих у сім'ї з дитиною, свої розбіжності з приводу педагогічної тактики вирішуйте без дитини. Якщо щось не виходить, порадьтеся з учителем, лікарем, психологом. Не вважайте зайвою літературу для батьків, там Ви знайдете багато корисного.

**14.** Пам'ятайте, що протягом навчального є критичні періоди, коли вчитися складніше, швидше настає стомлення, знижена працездатність. Це:

перші 4 – 6 тижнів для першокласників;

3 – 4 тижні для учнів 2 – 4 класів;

кінець другої чверті;

перший тиждень після зимових канікул;

середина третьої чверті.

У ці періоди слід бути особливо уважними до стану дитини.

**15.** Будьте уважні до скарг дитини на головний біль, втому, погане самопочуття. Найчастіше це об'єктивні показники труднощів навчання.

**16.** Врахуйте, що навіть «зовсім великі» діти (ми часто говоримо «ти вже великий» 7 – 8 річній дитині) дуже люблять казку перед сном, пісеньку і ласкаве прогладжування. Все це заспокоює їх, допомагає зняти напруження, що накопичилося за день, спокійно заснути. Намагайтеся не згадувати перед сном неприємностей, не з'ясовувати стосунки, не обговорювати завтрашню контрольну і т.ін.

 Завтра новий день, і Ви повинні зробити все, щоби він був спокійним, гарним і радісним. Трошки напружившись, можна прожити його без нервування і нотацій.