**Родительское собрание .**

**«Адаптация первоклассников к школе в условиях реализации ФГОС »**

***Основные вопросы для обсуждения:***

1. Внедрение Федеральных государственных образовательных стандартов второго поколения в первых классах
2. Особенности адаптации первоклассников к обучению в школе.

**Задачи:**

1. Информировать родителей об изменениях в содержании образования и сущности стандартов нового поколения.

2.Ознакомить с особенностями  реализации нового содержания образования в условиях школы.

3.Информировать родителей об   используемых педагогических технологиях и УМК.

4. Разъяснить родителям трудности привыкания детей к школе, которые проявляются в возрастных и психологических особенностях младших школьников;

5. Дать необходимые рекомендации по планированию режима дня.

**Подготовка к собранию:**

* 1. Презентация :

1. Основные вопросы ФГОС. (Приложение 1.)
2. Трудности адаптации первоклассников
3. Подготовка памяток для родителей.

**Ход собрания:**

**1. Презентация по внедрению ФГОС в первых классах**.

С 2011-2012 учебного года все первоклассники нашей страны обучаются по новым стандартам. Новый стандарт - это документ, который регулирует взаимоотношения основных участников образовательного процесса и все стороны деятельности системы общего образования. Государство отвечает за единство образовательного пространства и за единые требования к результатам образования, регион – за материально-техническое обеспечение (в том числе учебники, доступ в Интернет и т.д.), школа – за реализацию образовательных программ.

Стандарт  включает в себя  три группы требований:

требования к структуре образовательных программ;

требования к условиям реализации образовательных программ;

требования к результатам их освоения. **(Слайды 1-5)**

**Результаты освоения образовательной программы планируются следующие**

**(слайд 6):**

**Личностные** (Система ценностных отношений обучающихся – к себе, другим участникам образовательного процесса, самому образовательному процессу и его результатам)

**Метапредметные**(Способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и при решении проблем в реальных жизненных ситуациях, освоенные обучающимися на базе всех учебных предметов.)

**Предметные** (Знания, умения и навыки, опыт решения проблем, опыт творческой деятельности, освоенные обучающимися в рамках отдельного учебного предмета)

В условиях, когда объем информации удваивается каждые пять лет, важно не просто передать знания человеку, а научить его осваивать новые знания и новые  виды деятельности. Поэтому на уроках основное внимание будет уделяться развитию различных  видов деятельности ребенка, выполнению проектных, исследовательских работ. В учебные планы, уже с первого класса, включается один час в неделю на выполнение детьми индивидуального проекта.

В результате изучения всех предметовв начальной школе у выпускников будут сформированы личностные, регулятивные, познавательные икоммуникативные универсальные учебные действия как основа умения учиться.

В сфере **личностных универсальных учебных действий**будут сформированы внутренняя позиция школьника, адекватная мотивация учебной деятельности, ориентация на моральные нормы и их выполнение.

В сфере **регулятивных универсальных учебных действий**выпускники овладеют всеми типами учебных действий, включая способность принимать и сохранять учебную цель и задачу, планировать ее реализацию, контролировать и оценивать свои действия, вносить соответствующие коррективы в их выполнение.

В сфере **познавательных универсальных учебных**действийвыпускники научатся использовать знаково-символические средства, в том числе овладеют действием моделирования, а также широким спектром логических действий и операций, включая общие приемы решения задач.

В сфере **коммуникативных универсальных учебных действий**выпускники приобретут умения учитывать позицию собеседника (партнера), организовывать и осуществлять сотрудничество и кооперацию с учителем и сверстниками, адекватно передавать информацию и отображать предметное содержание и условия деятельности в речи.

В результате изучения всех предметов в начальной школе выпускники приобретут также первичные навыки работы с информацией. Они смогут осуществлять поиск информации, выделять и фиксировать нужную информацию, систематизировать, сопоставлять, анализировать и обобщать информацию, интерпретировать и преобразовывать ее.

Достижения детей в результате обучения  в начальной школе отражены в портрете выпускника **(слайд 7).**

**В стандарте перечислены предметные области (слайд 7-9).**

В образовательный процесс вводятся новые развивающие технологии, деятельностный подход.

Основная особенность деятельностного метода заключается в том, что новые знания не даются в готовом виде. Обучение должно быть построено как процесс «открытия» каждым школьником конкретного знания. Деятельность на уроке организована так, что требует от него активности, размышлений, поиска. Задания в учебниках представляются в виде исследовательских и поисковых учебных задач: проблемных ситуаций, альтернативных вопросов, заданий на моделирование и т.п.

В соответствии с  задачами  обучения  разработаны  новые учебно-методические комплекты (УМК).

Обучение в нашей школе будет проходить по образовательной системе «Школа 2100»

Во вторую половину дня Ваши дети будут заниматься разного рода внеурочной деятельностью: экскурсии, кружки, секции, круглые столы, конференции, олимпиады, соревнования, поисковые и научные исследования и т.д.

В образовательной программе нашей школы выделены следующие направления  и виды внеурочной деятельности: **(Представление видов внеурочной деятельности ОУ в таблице Слайд 10).**

**2. Ответы на вопросы родителей по введению новых ФГОС.**

**3.Особенности адаптации  первоклассников к обучению в школе.**

Множество дошколят с нетерпением ожидают дня, когда они впервые переступят порог школы. Проходят дни, и у части школьников эмоциональ­ная приподнятость исчезает. Они столкнулись с первыми трудностями. У них не все получается. Они разочарованы. И это естественно. Начало школьного обучения приходится на кри­зис 7лет. В этот же период жизни, в 6-7 лет, меняется и весь психологический облик ребенка, преобразуется его личность, познавательные и умственные возможности, сфера эмоций и переживаний, круг общения.

Родители отмечают, что не то чтобы ребенок стано­вится непослушным, скорее, он становится непонятным и все это совпадает с началом школьного обучения. Что же происходит? Поступление в школу – переломный момент в жизни каждого ребенка. Родители должны знать, что ребенок с поступлением в школу будет изменяться. К наступлению школьного возраста дети приходят с совершенно разным багажом опыта, с разными знаниями, умениями, навыками, привычками.

Ребенок теряет наивность, непосредственность, простодушие, и его поведение по контрасту представляется неестественным для тех, кто знал его раньше. В какой-то степени это верно. Утратив одни формы поведения, ребенок еще не освоил новые. Многочисленные «можно», «нельзя», «надо», «так нужно» лавиной обрушивается на 1-классника. Эти правила связаны как с организацией самой школьной жизни, так и с включением ребенка в новую для него учебную деятельность.

У беззаботного прежде малыша появляются непривычные обязанности: в школе он не волен распоряжаться своим временем, должен подчиняться правилам дисциплины, которые не всегда кажутся ему разумными. Поче­му нужно сидеть смирно целый урок? Почему нельзя шуметь, кричать, бегать? После динамичных, эмо­циональных игр дошкольника новая жизнь кажет­ся утомительной и не всегда интересной. Школь­ная дисциплина требует большого напряжения, первокласснику трудно управлять своими чувства­ми и желаниями. Нормы и правила идут порой вразрез с непосредственными желаниями и побуждениями ребенка. К этим нормам нужно адаптироваться.

Период адаптации у каждого школьника длится по-разному – у одних один месяц, у других – одну четверть, у третьих – растягивается на весь учебный год. Многое зависит от индивидуальных особенностей самого ребенка.

Резко меняется и характер деятельности. Рань­ше основной была игра. А в ней результат - не самое главное. Прежде всего, волнует и захватывает сам процесс игры. В учебе же на первый план все больше выдвигается результат, его оценка. Поэто­му возникает кризис и в ценностных ориентациях ребенка, а за ним и первые неожиданности и разо­чарования. И не только у детей, но и у родителей тоже.

Отношения с родителями по – прежнему значимы, но всё же отходят на второй план. Огромным авторитетом обладает учитель, на новый уровень выходят отношения со сверстниками. В подобных переживаниях начинают складываться собственные представления о том, что такое хорошо и что такое плохо.

Начало школьного обучения для каждого ребенка является стрессом. Все дети, наряду с переполняющими ими чувствами радости, восторга или удивления, испытывают тревогу, растерянность, напряжение. У 1-классника в первые дни (недели) посещения школы снижается сопротивляемость организма, могут нарушаться сон, аппетит, повышаться температура, обостряться хронические заболевания. Дети, казалось бы, без повода капризничают, плачут. Все эти нарушения вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребёнка, его организм.

Нормально развивающегося младшего школьника отличает широта интересов: он по очереди увлекается всем подряд, пробует себя в самых различных областях. Ребёнок жизнерадостен, энергичен, переполнен мечтами и идеями.

Поступление в школу вносит большие перемены в жизнь ребенка. Очень сложным для первоклассников является период адаптации в школе. Обычно он составляет от 1 до 2 месяцев. В этот период некоторые дети могут быть очень шумными, крикливыми, без удержу носятся по коридорам, отвлекаются на уроках, даже могут вести себя развязно с учителями: дерзить, капризничать.   
  
 Другие очень скованы, робки, стараются держаться незаметно, слушают, когда к ним обращаются с вопросом, при малейшей неудаче, замечании плачут.

У некоторых детей нарушается сон, аппетит, они становятся очень капризны, появляется интерес к игрушкам, играм, книгам для очень маленьких детей.   
  
 Увеличивается количество заболеваний, которые называют функциональными отклонениями, они вызваны той нагрузкой, которую испытывает психика ребенка, его организм в связи с резким изменением образа жизни, в связи со значительным увеличением тех требований, которым ребенок должен отвечать.

Конечно, не у всех детей адаптация к школе протекает с подобными отклонениями, но есть первоклассники, у которых этот процесс сильно затягивается. У некоторых полноценной адаптации к школе на 1 году обучения так и не происходит. Такие дети часто и подолгу болеют, причем болезни носят психосоматический характер, эти дети составляют группу риска с точки зрения возникновения школьного невроза.  
 Некоторые дети к середине дня оказываются уже переутомленными, т.к. школа для них является стрессогенным фактором, уже дорога в школу для многих требует повышенного внимания, напряжения. На протяжении дня у них не бывает возможности полного расслабления, как физического, так и умственного, эмоционального. Некоторые дети невеселы уже по утрам, выглядят переутомленными, у них появляются головные боли и боли в области живота: страх, тревога перед предстоящей работой в классе из-за расставания с домом, родителями столь велик, что ребенок в некоторые дни не может идти в школу. У некоторых детей по утрам развивается рвота.  
Ребенку необходимо помочь адаптироваться в школе.

**Целью адаптационного периода** является создание наиболее полного представления о школе, об учениках, о жизни по школьным правилам.

**Задачи адаптационного периода:**

* воспитание качеств, нужных в общении друг с другом и совместной деятельности (сотрудничество);
* формирование навыков общения

Каждый ребенок индивидуален и процесс адаптации каждый будет переживать по-своему.

**Первая группа детей** (с высокой степенью адаптации), адаптируется к школе в течение первых двух месяцев обучения. Эти дети относительно быстро вливаются в коллектив, осваиваются в школе, приобретают новых друзей в классе, у них почти всегда хорошее настроение, они доброжелательны, добросовестно и без видимого напряжения выполняют все требования учителя. Иногда у них отмечаются сложности либо в контактах с детьми, либо в отношениях с учителем, так как им еще трудно выполнять все требования правил поведения. Но к концу октября происходит освоение и с новым статусом ученика, и с новыми требованиями, и с новым режимом. Эти качества позволяют им с первых дней ощутить свои успехи, что ещё больше повышает учебную мотивацию. Это легкая форма адаптации.

**Вторая группа детей** со средней степенью, имеет длительный период адаптации, период несоответствия их поведения требованиям школы затягивается: дети не могут принять ситуацию обучения, общения с учителем, детьми. Как правило, эти дети испытывают трудности в усвоении учебной программы. Благодаря доброжелательному и тактичному отношению учителя к концу первого полугодия реакции этих детей становятся адекватными школьным требованиям. Это форма средней степени адаптации.

**Третья группа — дети**, у которых социально-психологическая адаптация связана со значительными трудностями; кроме того, они не усваивают учебную программу, у них отмечаются негативные формы поведения, резкое проявление отрицательных эмоций. Именно на таких детей чаще всего жалуются учителя, родители. Постоянные неуспехи в учебе, отсутствие контакта с учителем создают отчуждение и отрицательное отношение сверстников. Среди этих детей могут быть те, кто нуждается в специальном лечении — ученики с нарушениями психоневрологической сферы, но могут быть и ученики, не готовые к обучению в школе. Это **“группа риска”**.

Причины, приводящие к неуспешности:  
  
1. Недостаточная подготовленность ребенка к школе (недоразвитая мелкая моторика - следствие: трудности в обучении письму, несформированность произвольного внимания - следствие: трудно работать на уроке, ребенок не запоминает, пропускает задания учителя).  
  
2. Тревожность, которая сформировалась в дошкольном возрасте под влиянием семейных отношений, семейных конфликтов. В семьях, где чаще бывали конфликты между супругами, ребенок растет тревожным, нервным, неуверенным, т.к. семья не может удовлетворить его основные потребности в безопасности и любви, следствие: общая неуверенность в себе и склонность панически реагировать на некоторые трудности автоматически переносятся на школьную жизнь.  
  
3. Завышенные ожидания родителей. Нормальные средние успехи ребенка воспринимаются ими как неудачи. Реальные достижения не учитываются, оцениваются низко. Следствие: растет тревожность, падает стремление к достижению успеха, уверенность в себе, формируется низкая самооценка, которая закрепляется низкой оценкой окружающих. Часто родители, пытаясь преодолеть трудности, добиться лучших (с их точки зрения) результатов, увеличивают нагрузки, устраивают ежедневные дополнительные занятия, заставляют по несколько раз переписывать задания, чрезмерно контролируют. Это приводит к еще большему торможению развития.

Психологическая готовность ребёнка к школе.**(слайд 11)**

***Личностная готовность к школе.*(слайд 12)**

Родители должны способствовать формированию у детей следующих качеств.:

Умение ребёнка войти в детское общество, действовать совместно с другими, уступать, подчиняться ( разумная необходимость), чувство товарищества. Такие качества обеспечат ему безболезненную адаптацию к новым социальным условиям.

***Волевая готовность.*(слайд13)**

Это условие характеризуется отношением ребёнка к трудностям и способам их преодоления. Здесь главное значение имеет воспитание мотивов достижения целей, умение принять трудности и стремление разрешить их.

***Интеллектуальная готовность.*( слайд 14)**

Это наличие определённого кругозора, запаса конкретных знаний о живой и неживой природе, общественной жизни. В этом возрасте логическая форма мышления доступна, но не характерна. Важная роль отведена наглядно – действенному и наглядно – образному мышлению.

Уважаемые родители! Старайтесь всегда отвечать на вопросы, которые задаёт ваш ребёнок. Не отмахивайтесь от детских вопросов, но не пичкайте их готовыми знаниями: сначала дайте возможность приобрести их самостоятельно ( книги, наблюдение, тактильные ощущения и т.д.). познавая окружающий мир, ребёнок учится мыслить, анализировать, сравнивать, делать выводы.

Как оказать ребенку помощь в адаптации к школе

***Режим дня вашего ребёнка.*(слайд 15- 20)**

Для успешной адаптации следует научить ребенка соблюдать режим дня.

**Утро.** Ребенку необходимо умыться, одеться, убрать самостоятельно свою постель. Эти умения должны быть сформированы до того, как ребенок пойдет в школу. Необходимо обойтись без излишней спешки и нервозности, одергивания и покрикивания на детей.

**Дорога в школу.**Лучше использоватьпуть до школы для неторопливой прогулки перед уроками, поэтому из дома следует выходить заранее.

**Занятия в школе. Дорога домой из школы.**Нужно сделать обязательным требование: после школы – сразу домой.

**Переодевание после школы.**

**Обед. Свободное время.**Возможно, его использовать на сон, выполнение посильной работы по дому, которая должна контролироваться взрослыми.

Здесь стоит прислушаться к советам врачей:

- не менее 3х часов должно отводиться на прогулку и подвижные игры,

- 30-40 мин. на посильную работу по дому,

- 1 час на самообслуживание,

- оставшееся время - на кружки, секции и другие учреждения дополнительного занятия.

**Вечером.**Следует отвести время на общение с ребенком, продолжительному просмотру детских познавательных передач по телевизору.

**Подготовка ко сну. Ночной сон.**

Приучить ребенка к такому режиму дня следует до начала занятия в школе.

На привыкание к новому распорядку может уйти от двух недель до двух месяцев. Это будет зависеть и от ребенка и от самого умения родителя строго следовать своим требованиям. Желательно сделать табличку с таким режимом дня, и чтобы она висела над рабочим столом 1-классника.

В случае школьных неудач все продуктивные действия родителей могут быть направлены на повышение учебной **мотивации**.

Первый год обучения порой определяет всю последующую школьную жизнь ребенка. Многое на этом пути зависит от родителей. Безусловно, самым лучшим для ребёнка в это время будет ваша поддержка и совместно со школой оказание помощи своему ребёнку. Ребенок младшего школьного возраста должен всегда

Родительская поддержка - это процесс, в ходе которого вы, уважаемые папы и мамы**: (слайд 21-22)**

-сосредоточены на достоинствах ребёнка, укрепляя тем самым в нём самооценку;

- помогите ему поверить в себя и в свои силы;

- помогайте избегать ошибок;

- не осуждайте в случае неудач.

Если ребёнок не всегда успешно справляется с заданием, дайте ему понять, что ваше отношение к нему не изменилось.

Поддержка основана на том, чтобы ребёнок чувствовал свою нужность и вашу заботу. Для того, чтобы снять дневное напряжение, нужно постараться создать благоприятные условия:

- не занимайтесь с ребёнком после 19. 00;

- не вспоминайте дневные неудачи;

- не ругайте за несобранный портфель, а спокойно предложите собрать его вместе;

- пойдите с ним на прогулку, отвлеките;

- после прогулки лучше принять вашему ребёнку тёплый душ;

-перед сном полезно дать ему стакан тёплого молока с мёдом;

- спокойный, глубокий сон не менее 8 – 10 часов позволяет восстановить силы, работоспособность;

- на ночь смотреть по телевидению только спокойные программы, а не триллеры, ужастики, боевики. Не стоит перегружать нервную систему ребёнка;

- если ребёнок боится темноты, включите ему ночник, можно свет в соседней комнате;

- не забудьте на ночь поцеловать ребёнка, погладить его.

Ласка - это не пустяк, а уверенность ребёнка в себе.

.если ребенок сильно устает, можно укладывать его пораньше. Хорошее воздействие оказывают расслабляющие ванны с солями или травами (пустырником, шалфеем). Важно, чтобы ребенок бывал на улице. Желательно гулять с ним хотя бы немного каждый день. Если ребенок не спит днем, можно совершать прогулку после школы в середине дня.

-в школе двигательная активность ребенка ограниченна. Поэтому очень важно дать ребенку возможность подвигаться во второй половине дня. Бег, подвижные игры, плавание, общефизическая подготовка хорошо помогают снимать напряжение.

#### -ребёнку необходима моральная и эмоциональная поддержка (поменьше ругать, побольше не просто хвалить, а хвалить именно тогда, когда он что-то делает)

#### - ни в коем случае не сравнивать его посредственные результаты с достижением других. Сравнивать ребёнка можно только с ним самим; отмечать его, пусть даже самые маленькие успехи.

Для лучшей адаптации детей в 1-х классах введён ступенчатый режим занятий с постепенным увеличением нагрузки. В сентябре три урока ежедневно по 35 минут, с октября 4 урока по 40 минут с двумя физпаузами, со второго полугодия выдаётся максимальная учебная нагрузка. Для первоклассников установлены дополнительные каникулы в феврале сроком в течение одной недели. Продолжительность учебного года в 1 классе 33 недели.

***Советы родителям:* (слайд 23-26)**

- Любите своих детей, тогда они станут настоящими личностями, самостоятельными, удачливыми в жизни.

- Внушайте ребёнку, что все человеческие существа достойны уважения и любви.

  - Поддержите в ребенке его стремление стать школьником. Будьте внимательны к ребенку, отмечайте изменения в его поведении, любые отклонения от нормы.

 -Цените в своем ребенке индивидуальность, то, что он у вас необычный.

-Отвечайте на все вопросы школьника. Ищите ответы вместе с ним. Ваш ребенок пришел в школу, чтобы учиться. Когда человек учится, у него может что-то не сразу получиться. Ребенок имеет право на ошибку.

- Обращайте внимание на работоспособность ребенка.

-Будьте объективны не только в оценке своего ребенка, но и в оценке сложившейся трудной ситуации.

-Умейте просить прощение у ребенка, если вы неправы.

-Если вас в поведении ребенка, в его учебных делах что-то беспокоит, не стесняйтесь обращаться за советом и консультацией к учителю или школьному психологу.

-Не забывайте об играх! У малышей должно быть время для игровых занятий.

-Будьте терпеливы, верьте в себя и в ребёнка, радуйтесь каждому мгновению, проведённому рядом с ним. Помните, время летит очень быстро! Дети повзрослеют, и у них начнётся своя жизнь, но уже без вас.

Вам представилась удивительная возможность вновь пережить то, что осталось далеко позади…ваше детство!

**Желаю Вам терпения, мудрости, удачи! (слайд 27)**

*Решение родительского собрания.*

1. Быть наблюдательными и внимательными к своим детям, отмечать изменения в их поведении, изменения их работоспособности, поддерживать связь с учителем.

2. Помогать детям в адаптационный период, оказывать поддержку.

3. Оборудовать уголок школьника.

**Памятка для родителей**

**Условия успешной адаптации ребенка к школе**

1. Создание благоприятного психологического климата в отноше­нии ребенка со стороны всех членов семьи.
2. Роль самооценки ребенка в адаптации к школе (чем ниже само­оценка, тем больше трудностей у ребенка в школе).
3. Первое условие школьного успеха — самоценность ребенка для его родителей.
4. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьно­му дню.
5. Неформальное общение со своим ребенком после пройденного школьного дня.
6. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения с ними после школы.
7. Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, кри­тики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (ба­бушек, дедушек, сверстников).
8. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.
9. Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к школе, быстро теряют к ней интерес, если чувствуют со стороны взрослых насилие, сарказм и жестокость.
10. Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельно­стью.
11. Поощрение ребенка и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка. Развитие самоконтроля и самооценки, самодостаточности ребенка.

**Памятка № 2**

**Правила, которые помогут ребёнку в общении.**

Известный педагог и психолог Симон Соловейчик, имя которого значимо для целого поколения учеников, родителей и учителей, в одной из своих книг опубликовал правила, которые могут помочь родителям подготовить ребенка к самостоятельной жизни среди своих одноклассников в школе в период адаптационного периода. Родителям необходимо объяснить эти правила ребенку, и, с их помощью, готовить ребенка к взрослой жизни.

1. Не отнимай чужого, но и своё не отдавай.
2. Попросили - дай, пытаются отнять - старайся защищаться.
3. Не дерись без причины.
4. Зовут играть - иди, не зовут - спроси разрешения играть вме­сте, это нестыдно.
5. Играй честно, не подводи своих товарищей.
6. Не дразни никого, не канючь, не выпрашивай ничего. Два раза ни у кого ничего не проси.
7. Будь внимателен везде, где нужно проявить внимательность.
8. Из-за отметок не плачь, будь гордым. С учителем из-за отме­ток не спорь и на учителя за отметки не обижайся. Старайся все делать вовремя и думай о хороших результатах, они обяза­тельно у тебя будут.
9. Не ябедничай и не наговаривай ни на кого.
10. Старайся быть аккуратным.
11. Почаще говори: давай дружить, давай играть, давай вместе пойдем домой.
12. Помни! Ты не лучше всех, ты не хуже всех! Ты - неповтори­мый для самого себя, родителей, учителей, друзей!

**Памятка для родителей.**

**Фразы для общения с ребёнком.**

***Не рекомендуемые фразы для общения:***  
**-** Я тысячу раз говорил тебе, что…  
- Сколько раз надо повторять…  
 - О чём ты только думаешь…  
- Неужели тебе трудно запомнить, что…  
- Ты становишься…  
- Ты такой же как,…  
- Отстань, некогда мне…  
- Почему Лена (Настя, Вася и т.д.) такая, а ты - нет…

***Рекомендуемые фразы для общения:***  
- Ты у меня умный, красивый (и т.д.).  
- Как хорошо, что  у меня есть ты.  
- Ты у меня молодец.  
- Я тебя очень люблю.  
- Как хорошо ты это сделал, научи и меня этому.  
- Спасибо тебе, я тебе очень благодарна.  
- Если бы не ты, я бы никогда с этим не справился.

**Несколько советов психолога**

**«Как прожить хотя бы один день без нервотрёпки».**

1. Будите ребёнка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть Вашу улыбку и услышать ваш голос.
2. Не торопитесь. Умение рассчитать время – **Ваша задача**. Если вам это плохо удаётся, вины ребёнка в этом нет.
3. Не прощайтесь, предупреждая и направляя: **«Смотри, не балуйся!», «Чтобы сегодня** **не было отметок!».** Пожелайте удачи, найдите несколько ласковых слов.
4. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?». Встречая ребёнка после школы, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте немного расслабиться, вспомните, как Вы сами чувствуете себя после рабочего дня.
5. Если Вы видите, что ребёнок огорчён, молчит – не допытывайтесь; пусть успокоится и тогда расскажет всё сам.
6. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы Ваш разговор с учителем проходил без ребёнка.
7. После школы не торопитесь садиться за уроки. Ребёнку необходимо 2 часа отдыха. Занятия вечерами **бесполезны.**
8. Не заставляйте делать все упражнения сразу: **20 минут занятий – 10 минут перерыв.**
9. Во время приготовления уроков не сидите **«над душой».** Дайте ребёнку работать самому. Если нужна Ваша помощь – наберитесь терпения: спокойный тон, поддержка необходимы.
10. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: **«Если ты сделаешь, то..».**
11. Найдите в течение дня хотя бы **полчаса,** когда будете принадлежать **только ребёнку**.
12. Выбирайте **единую тактику** общения с ребёнком **всех**взрослых в семье. Все**разногласия** по поводу педтактики решайте **без него**.
13. Будьте внимательны к жалобам ребёнка на головную боль, усталость, плохое самочувствие. Чаще всего это объективные показатели **переутомления.**
14. Учтите, что даже **«большие дети»** очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Всё это успокоит ребёнка и поможет снять напряжение, накопившееся за день.