

ОДИН ДЕНЬ – БЕЗ НОТАЦІЙ

(поради батькам)

1. Будіть дитину спокійно; коли вона прокинеться, мусить побачити вашу усмішку і почути ласкавий голос. Не підганяйте зранку, не смикайте по дрібницях, не дорікайте за помилки і через необачність, навіть якщо "вчора попереджали".

2. Не квапте, вміння розрахувати час – ваше завдання, і якщо це вам погано вдається, то провини дитини в цьому немає.

3. Не виряджайте дитину до школи без сніданку, їй потрібно багато попрацювати.

4. Не прощайтесь, попереджаючи та наставляючи: "Дивись, не пустуй", "Поводь себе добре", "Щоб сьогодні не було поганих оцінок" т.п. Побажайте успіху, знайдіть декілька ласкавих слів. У дитини попереду важкий день.

5. Забудьте фразу "Що ти сьогодні одержав?" Зустрічайте дитину після школи спокійно, не обрушуйте на неї тисячу питань, дайте розслабитись (пригадайте, як ви самі почуваетесь після важкого робочого дня, багатогодинного спілкування з людьми). Якщо ж дитина занадто збуджена, якщо бажає поділитися чимось, не відмахуйтеся, не відкладайте на потім, вислухайте, це не забере багато часу.

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

7. Вислухайте зауваження вчителя, не поспішайте влаштовувати допит і постарайтесь, щоб ваша розмова з учителем відбувалася без дитини.

8. Після школи не поспішайте посадити виконувати уроки, необхідно 2-3 години відпочинку (а в першому класі добре було б години півтори поспати) для відновлення сил. Найоптимальніший час для приготування уроків від 15 до 17 год. Заняття вечорами некорисні, завтра прийдеться все починати спочатку.

9. Не примушуйте виконувати всі уроки за раз, після 15-20 хв. занять необхідні 10-15 хвилинні "перерви".

10. У спілкуванні з дитиною намагайтесь уникати умов: "Якщо ти зробиш, то..." Інколи умови стають нездійсненними і не залежать від дитини, і ви можете опинитися в дуже складній ситуації.

11. Під час приготування уроків не сидіть "над душею", дайте можливість

працювати самій, але якщо ж потрібна ваша допомога, наберіться терпіння. Спокійний тон, підтримка ("не хвилюйся все вийде", "давай розберемося разом", "я тобі допоможу"), похвала (навіть якщо не дуже виходить) необхідні. Не акцентуйте увагу на оцінках.

12. Знайдіть (постарайтеся знайти) протягом дня хоча б півгодини, коли ви будете належати тільки дитині, не відволікаючись на домашні справи, телевізор, спілкування з іншими членами родини. В цей момент найважливіше справи дитини, радості, невдачі, турботи.

13. Віднайдіть єдину тактику спілкування усіх дорослих у сім'ї з дитиною, свої суперечності з приводу педагогічної тактики вирішуйте без неї. Якщо щось не виходить, порадьтеся з учителем, лікарем, психологом, не вважайте зайвою літературу для батьків, там ви знайдете багато корисного.

14. Будьте уважними до скарг дитини на головний біль, втому, поганий стан. Найчастіше це об'єктивні показники втоми, складності навчання.

15. Запам'ятайте, що навіть "зовсім великі" діти (ми часто говоримо "Ти вже великий" 8 – 10 річній дитині) дуже люблять казку перед сном, пісеньку і ласкавий дотик. Це все заспокоює їх, допомагає зняти напругу, яка накопичувалась за день, і спокійно заснути. Намагайтесь не згадувати перед сном неприємностей, не з'ясовувати стосунки, не обговорювати контрольну роботу, що буде завтра.

Завтра новий день, і ми повинні зробити все можливе, щоб він був спокійним, добрим і радісним.