Советы для мамы школьника

От того, с каким настроением проснется ваш ребенок, зависит, как сложится его рабочий день. Именнорабочий, потому что учеба – это тяжелый труд и творчество.



Ваш ребенок стал школьником, но это совсем не означает, то он стал взрослым. В этом возрасте наши дети все также очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, уснуть. Найдите время для общения, как раньше, и проведите его до сна вдвоем. Только одно условие – старайтесь не обсуждать завтрашний день и т.п.

**Утром**будите ребенка спокойным голосом. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ваш ласковый голос. Не подгоняйте его, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности. Не торопите: **умение рассчитать время – ваша задача**. Не отправляйте ребенка в школу [без завтрака](http://uchfilm.com/index.php/mothers-school/2967-esli-est-rebenok-kashu-vse-pyaterki-budut-vashi), даже если опаздываете!

Ни в коем случае не предупреждайте, прощаясь до вечера: "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "чтобы сегодня не было плохих отметок" и т.п. Лучше пожелайте своему ребенку удачи, подбодрите его!

Забудьте фразу "что ты сегодня получил?". Встречайте ребенка после школы с улыбкой, а не вопросами, дайте ему расслабиться. [Первокласснику](http://uchfilm.com/index.php/mothers-school/2944-u-vas-v-seme-pervoklassnik) необходимы два-три часа отдыха (хорошо бы даже поспать) для восстановления сил.

Если ребенок захочет поделиться новостями – выслушайте, не говорите: "Давай, потом".

Не торопитесь ругать ребенка, если учитель выказал замечания. Поговорите с учителем тет-а-тет. Выслушать надо "обе стороны" и только потом делать выводы.

**Лучшее время для приготовления уроков** с 15 до 17 часов. Не заставляйте делать все уроки в один присест. После 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут отдыха, лучше, если они будут подвижными. Во время приготовления уроков дайте своему  ребенку работать самому. Если же нужна ваша помощь, то наберитесь терпения. И помните – спокойный тон, поддержка и похвала необходимы!

Старайтесь избегать фразы: "если ты сделаешь, то...".

Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только своему сыну или дочке. Выработайте единую тактику общения  всех взрослых в семье. Все разногласия по поводу воспитания решайте без ребенка.

Никогда не отправляйте ребёнка одновременно в 1 класс и музыкальную школу, какую-то секцию или кружок (лучше это делать до первого класса или во 2 классе). Если у ребёнка не будет времени отдыхать у него могут возникнуть проблемы со здоровьем.

Компьютер, телевизор и любое другое занятие, требующее большой зрительной нагрузки, должны продолжаться не более часа в день – так считают врачи офтальмологи и невропатологи во всём мире.

**Помните:** в течение учебного года есть [критические периоды](http://uchfilm.com/index.php/mothers-school/2944-u-vas-v-seme-pervoklassnik), когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижается работоспособность. Для первоклассников – это первые 4-6 недель (для учащихся 2-4 классов – 3-4 недели), конец 2 четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина 3 четверти.

В это время нужно быть  внимательными к состоянию ребенка. Особенно, если он вдруг пожаловался на головную боль, усталость.