

## Советы доктора И.В. Захарова

- ◇ Пожелайте ребенку в начале дня доброго утра, а в конце дня спокойной ночи. Помните, что в первые 30 минут до и после сна в доме должна царить атмосфера спокойствия, любви и ласки. Это залог сохранения крепкой нервной системы.
- ◇ Для нормального самочувствия ребёнку необходимо минимум 8 объятий в день. Не забывайте ласково обнимать своего ребенка, сколько бы лет ему ни было.
- ◇ Медленно, методично и последовательно помогайте ребёнку самоорганизовываться: собирать портфель, следить за своим внешним видом, выполнять несложные домашние поручения.
- ◇ Не ругайте ребёнка за школьные «неуспехи»! Лучше вместе с ребёнком, с учителем подумайте, как помочь в данной ситуации. Помните, не ошибается тот, кто ничего не делает.

## Я—РОДИТЕЛЬ ПЯТИКЛАССНИКА

СЛЕВА ОТ НОМЕРА ВОПРОСА ПОСТАВЬТЕ «+», ЕСЛИ ВЫ СОГЛАСНЫ С УТВЕРЖДЕНИЕМ, «-», ЕСЛИ НЕ СОГЛАСНЫ.

- 1.Я ПОМОГАЮ РЕБЕНКУ СОБИРАТЬ ПОРТФЕЛЬ.
- 2.Я ЗНАЮ ВСЕ УСПЕХИ И ТРУДНОСТИ СВОЕГО РЕБЁНКА ПО ВСЕМ ПРЕДЕТАМ.
- 3.Я ПОДОШЁЛ(ЛА) К КАЖДОМУ УЧИТЕЛЮ И УЗНАЛ(А) ТРЕБОВАНИЯ К ДОМАШНИМ ЗАДАНИЯМ,ОФОРМЛЕНИЮ ТЕТРАДИ, САМОСТОЯТЕЛЬНЫМ РАБОТАМ РЕБЕНКА.
4. КАЖДЫЙ ДЕНЬ Я ИНТЕРЕСУЮСЬ САМОЧУВСТВИЕМ СВОЕГО РЕБЕНКА.
- 5.Я ПОМОГАЮ СВОЕМУ РЕБЕНКУ В ПОДГОТОВКЕ ДОМАШНЕГО ЗАДАНИЯ.
- 6.Я НЕ СЧИТАЮ, ЧТО ОТМЕТКИ У МОЕГО РЕБЁНКА ДОЛЖНЫ БЫТЬ ТОЛЬКО ОТЛИЧНЫМИ.
- 7.ДЛЯ МЕНЯ ВАЖНЕЕ, КАКИЕ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ СКЛАДЫВАЮТСЯ У РЕБЁНКА С УЧИТЕЛЯМИ, А НЕ ЕГО ОТМЕТКИ.

Подсчитайте количество «+». Если у Вас их 5 и более, значит Вы супер-родитель, Вы умело способствуете хорошей адаптации своего ребёнка.



Педагог-психолог ГБОУ школы-интерната № 115

Трифоновна Галина Витальевна

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ПЯТИКЛАССНИКОВ



### Мой любимый пятиклассник!

ГБОУ школа-интернат № 115