**ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**

**Пятиклассники должны:**

1. уметь общаться с одноклассниками, иметь свое мнение и формировать его с учетом мнения других, уметь поддерживать отношения;

2. уметь правильно распределять и планировать свое время, проявлять самостоятельность в своих делах и в случае необходимости обращаться за помощью взрослых;

3. стараться учиться, стремиться овладевать знаниями, уметь заниматься самостоятельно;

4. уметь дружить, иметь постоянного друга, общаться с мальчиками и девочками, самостоятельно разрешать возникающие конфликты;

5. иметь постоянные обязанности дома, выполнять их без напоминания, помогать родителям;

6. уметь общаться с продавцом, врачом и т. д.;

7. уметь предвидеть последствия своих действий, делать безопасный, правильный выбор.

**ГИПЕРАКТИВНЫЕ ДЕТИ ДОМА И В ШКОЛЕ.**

К гиперактивным детям относятся импульсивные, невнимательные, часто отвлекающиеся, суетливые ученики, которые не могут спокойно сидеть на месте. У таких детей может быть высокий интеллект, но нередко возникают проблемы в обучении и в общении с окружающими. Гиперактивные дети сами страдают от своего характера, поэтому им нужна постоянная психологическая поддержка и, конечно, в первую очередь со стороны родителей. Необходимо помнить, что такой ребенок будет делать только то, что вызывает у него интерес, и только до тех пор, пока ему не надоест. Поэтому, нужно вовремя переключать ребенка с одного вида деятельности на другой.

**Правила работы с гиперактивным ребёнком**

1. работайте с ребенком в начале дня;

2. не перегружайте ребенка;

3. делайте перерывы в работе (игры-разрядки, физкультминутки);

4. не придирайтесь, снизьте требования к аккуратности;

5. чаше садитесь рядом с ребенком;

6. договаривайтесь заранее о нужных делах;

7. четко и понятно инструктируйте ребенка;

8. чаще поощряйте, хвалите ребенка и очень осторожно наказывайте;

9. давайте ребенку право выбора.

**ТРУДНОСТИ АДАПТАЦИИ ПЯТИКЛАССНИКОВ К ШКОЛЕ.**

**Рекомендации для родителей**

1. Необходимость смены учебной деятельности ребенка дома, создание условий для двигательной активности детей между выполнением домашних заданий.

2. Наблюдение родителей за правильной позой во время домашних занятий, правильности светового режима.

3. Предупреждение близорукости, искривления позвоночника, тренировка мелких мышц кистей рук.

4. Обязательное введение в рацион ребенка витаминных препаратов, фруктов и овощей. Организация правильного питания.

5. Забота родителей о закаливании ребенка, максимальное развитие двигательной активности, создание в доме спортивного уголка, приобретение спортивного инвентаря: скакалки, гантели и т. д.

6. Активное участие членов семьи в развитии двигательной активности ребенка.

7. Воспитание самостоятельности и ответственности ребенка как главных условий сохранения здоровья.

**Рекомендации для родителей**

1. Первое условие школьного успеха пятиклассника — безусловное принятие ребенка, несмотря на те неудачи, с которыми он уже столкнулся или может столкнуться.

2. Обязательное проявление родителями интереса к школе, классу, в котором учится ребенок, к каждому прожитому им школьному дню. Неформальное общение со своим ребенком после прошедшего школьного дня.

3. Обязательное знакомство с его одноклассниками и возможность общения ребят после школы.

4. Недопустимость физических мер воздействия, запугивания, критики в адрес ребенка, особенно в присутствии других людей (бабушек, дедушек, сверстников).

5. Исключение таких мер наказания, как лишение удовольствий, физические и психические наказания.

6. Учет темперамента ребенка в период адаптации к школьному обучению. Медлительные и малообщительные дети гораздо труднее привыкают к классу, быстро теряют к нему интерес, если чувствуют со стороны взрослых и сверстников насилие, сарказм и жестокость.

7. Предоставление ребенку самостоятельности в учебной работе и организация обоснованного контроля за его учебной деятельностью.

8. Поощрение ребенка, и не только за учебные успехи. Моральное стимулирование достижений ребенка.

9. Развитие самоконтроля, самооценки и самодостаточности ребенка

**Как готовить домашние задания?**

**Эти правила должны выполнять ваши дети при подготовке домашнего задания.**

1. Активно работать на уроке: внимательно слушать и отвечать на вопросы.

2. Если что-то непонятно, не стесняться задать вопрос.

3. Внимательно и подробно записывать задания по каждому предмету.

4. Учиться пользоваться справочниками и словарями, чтобы уметь выяснять значение незнакомых слов и выражений.

5. Научиться находить интересующую нужную информацию с помощью компьютера.

6. Трудный материал урока надо повторить в тот же день, чтобы сразу закрепить его и запомнить.

7. Выполняя домашнее задание, надо не просто думать, что надо сделать, а еще и решать, с помощью каких средств и приемов этого можно добиться.

8. Не стесняться обращаться за помощью к взрослым и одноклассникам.

9. Перед выполнением домашней работы нужно убедиться, что в дневнике записаны все задания.

10. Нужно решить, в какой последовательности лучше выполнять задания и сколько времени понадобится на каждое из них.

11. На письменном столе должно лежать только то, что необходимо для выполнения одного задания. После его завершения со стола убираются уже использованные материалы и кладутся те учебные принадлежности, которые необходимы для выполнения задания по следующему предмету.

12. В процессе приготовления домашнего задания делать перерывы.

13. Изучая заданный материал, сначала надо его понять, а уже потом запомнить.

14. Перед выполнением письменной работы необходимо выучить все правила, которые могут пригодиться.

15. Читая учебник, надо задавать себе вопросы по тексту.

16. Узнавая новые понятия и явления, надо связывать их по смыслу с уже известными ранее.

17. Большое задание необходимо разбивать на части и работать над каждой из них в отдельности.

18. Готовиться к сочинениям и докладам надо заранее, равномерно распределяя нагрузку, а не оставлять такую ответственную работу на последний день.

19. Необходимо уметь пользоваться картами и схемами и использовать их при подготовке устных уроков.

20. Надо составлять план устного ответа и проверять себя.

**О домашнем задании.** **На заметку родителям.**

1. Не превращайте выполнение ребенком домашних заданий в наказание.

2. Формируйте положительную мотивацию выполнения домашнего задания, его дальнюю перспективу.

3. Поощряйте своего ребенка за хорошо выполненное домашнее задание, хвалите его, радуйтесь его результатам, связанным с положительной отметкой.

4. Помогайте ребенку в выполнении домашнего задания только в том случае, если он в этом нуждается.

5. Не пытайтесь выполнять задание за своего ребенка, лучше пусть он вообще домашнее задание не сделает, чем сделаете его вы.

6. Формируйте у ребенка культуру умственного труда, интересуйтесь, какую дополнительную литературу можно использовать для качественного выполнения домашних заданий.

7. Используйте возможность дополнительных и стимулирующих занятий в школе для того, чтобы снизить учебную нагрузку дома.

8. Консультируйтесь с учителями-предметниками, если видите, что ваш ребенок испытывает затруднения с подготовкой домашних заданий.

**Как сохранить здоровье ребёнка?**

Уважаемые папы и мамы! Если ваши дети вам дороги, если вы хотите. Видеть их счастливыми, помогите им сохранить свое здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в вашей семье занятия физкультурой и спортом стали неотъемлемой частью совместного досуга.

С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!

1. Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!

2. Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях класса и школы!

3. Участвуйте в спортивных мероприятиях класса и школы, это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребенка!

4. Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!

5. Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!

6. Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!

7. Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!

8. Совершайте со своим ребенком прогулки по свежему воздуху всей семьей, походы и экскурсии!

9. Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!

10. На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!

11. Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!