**Рекомендации психолога родителям пятиклассников**

\* Понимать трудности, с которыми сталкивается ребенок при переходе в основную школу и, постепенно приучая его к самостоятельности, не отказывать ребенку в помощи при подготовке к уроку, мотивируя отказ тем, что он уже вырос.

\* Научить ребенка организовывать свой труд самостоятельно (вести дневник, планировать выполнение домашнего задания, подготовить рабочее место, собрать все необходимое для школы).

\* Помочь ребенку запомнить все фамилии, имена, отчества учителей-предметников и классного руководителя.

\* Обеспечить соблюдение ребенком оптимального для его возраста режима дня и собственной занятости.

\* Никогда не обсуждать с ребенком учителей, формировать положительное отношение ребенка к школе.

\* Создать необходимые условия для полноценного отдыха ребенка в свободное от учебы время (посещение бассейна, спортивных площадок, прогулки на свежем воздухе и т. д.).

\* Верить в своего ребенка, опираться на его реальные возможности, обеспечить ему эмоциональный комфорт дома.

**Рекомендации родителям детей с низким уровнем произвольного внимания:**

1. Необходимо поощрять за целенаправленность, сосредоточенность. Хвалить в каждом случае, когда ему удалось довести каждое начатое дело до конца.

2. Задания разбивать на более мелкие, не бросаться от одного к другому, учить ребенка доделывать.

3. Развитие внимания, памяти, мышления, пространственного восприятия, зрительной координации, развития тонкой моторики руки, контроля деятельности.

**Всему этому способствует:**

1.Распорядок дня.

2.Список необходимых дел.

3.Записки с напоминанием (прививать навыки планирования и организации деятельности).

4.Не скупиться на поощрение. Недолжно быть раздражающих предметов.

5.Интерьер должен быть спокойных тонов

**Советы родителям для нормализации общения с ребенком.**

Безусловное принятие ребенка, то есть нужно любить его не за то, что он умный, хорошо учится, послушный и т.д., а просто так, за то, что он есть, и не забывать говорить об этом.

Испытывать негативные эмоции — это нормально, важно проявлять свое недовольство адекватно. Выражайте недовольство отдельными действиями, а не ребенком в целом.( «В этот раз ты не старался, я расстроена твой плохой оценкой» вместо «Ты неумеха и лентяй, так и знала, что получишь двойку!»).

Старайтесь обращаться к ребенку не только с претензиями и критикой, важно говорить на равных, тогда ребенок будет стремиться к общению. Для начала постарайтесь зафиксировать (можно письменно), сколько раз за день Вы обращаетесь ребенку с критикой и нравоучениями, а сколько — просто так, чтобы обсудитьчто-то интересное, поделиться новостями, мыслями; сколько раз Вы похвалили ребенка за день? Доброжелательных обращений должно быть больше!

Ребенку очень важно слышать от близких взрослых позитивную оценку его действий, недаром некоторые дети открыто спрашивают “ Ты меня любишь?», даже провоцируют «Я плохой, я дурак…» при этом надеясь (подсознательно), что его разубедят, скажут что-то наподобие «Я думаю, что ты хороший, умный, просто сегодня не получилось, нужно постараться в следующий раз, я все равно тебя люблю».

Если мы искренне говорим с ребенком о том, что чувствуем, он тоже учится говорить о своих чувствах, а следовательно и лучше их понимать.

Важно, чтобы ребенок умел выражать свои чувства словами, а для этого нужно развивать его речь (беседы, чтение книг и т.д.).

Часто семейные тайны оказывают негативное влияние на психо-эмоциональное развитие ребенка — он чувствует, что что-то не так, но, не зная причины, начинает сомневаться прежде всего в себе, появляются необоснованные страхи, которые переходят в депрессию со всеми последствиями. Практически во всех случаях поговорка «Лучше горькая правда, чем сладкая ложь» оказывается актуальна, но важно дозировать информацию в соответствии с возрастом ребенка.

**Помните, что ребенок воспроизводит с другими людьми (а потом и со своими детьми) модель поведения и общения, усвоенную в семье**