

Советы родителям

Известно, что успех студентов в обучении во многом зависит от того, насколько эффективным был адаптационный период в новых образовательных условиях. Ведь они так привыкли к домашнему теплу, своим близким, любимым родным.

Основная задача педагогов, психологов, родителей заключается в том, чтобы помочь студентам нового набора, ограниченно, вписаться в образовательный процесс, сохранив при этом целостность и уникальность личности, способной к самореализации, самоконтролю, самопознанию.

Для того чтобы, процесс адаптации проходил менее болезненно, следует следить за тем, что ваш ребенок:

- Соблюдал режим дня: ложился спать не позднее 23 часов, необходим 8-часовой сон;
- Правильно организовывал свой быт, с меньшими затратами времени;
- Находился на свежем воздухе не менее 2 часов в день. Это улучшает самочувствие;
- Занимался физкультурой в течение всего дня;
- Поддерживал свое здоровье, соблюдал личную гигиену;
- Учился больше работать самостоятельно;
- Поддерживайте психологический комфорт в вашей семье, не ссорьтесь. Будьте вежливы друг с другом!
- Поддерживайте постоянную связь с педагогами, кураторами. Советы родителям на каждый день.



Советы родителям на каждый день

Говорите сыну или дочери: «Людям должно быть с тобой легко» - не бойтесь повторять это.

В общении со своим ребенком не употребляйте выражений: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня что-то сделал не так, об этом и скажите ему.

Не расставайтесь с ребенком в ссоре, сначала помириться, а потом идите по своим делам.

Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому; возвращаясь, домой, не забывайте сказать: «А все-таки, как хорошо у нас дома!»

Внушайте ребенку давно известную формулу психологического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других».

В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им казалось, будто они вечно неправы. Этим вы и детей научите уступать, признавать ошибки и поражения.



Председатель методического объединения классных руководителей

Р.В. Бондарева