



РЕГИОНАЛНО УПРАВЛЕНИЕ НА ОБРАЗОВАНИЕТО – ВРАЦА



РОДИТЕЛСКИ КОМПАС

„От вкъщи до класната стая“

Практически ресурси за родители в подкрепа на образованието
и възпитанието на децата

СЕПТЕМВРИ 2026 г.



Нашето послание

Всеки родител иска детето му да бъде здраво, щастливо и да има по-добър живот.

Понякога обаче родителите не знаят как да помогнат. Не защото не ги е грижа, а защото никой не ги е научил.

„Родителски компас“ е създаден, за да покаже, че дори малките ежедневни действия могат да променят бъдещето на едно дете.

Този комплект е разработен специално за родителите в област Враца и е вдъхновен от реални ситуации, с които училищата се срещат всеки ден.



Въведение

Всеки родител иска детето му да е добре. Да има бъдеще. Да не страда. Да се справя в живота.

Но ежедневието често е тежко. Работа, умора, грижи, липса на време.

И тогава се случва нещо тихо, но важно:

- „Днес да не ходи, уморено е.“
- „Утре ще навакса.“
- „Нека поработи малко.“

Тези решения изглеждат малки. Но детето не живее в „един ден“. То живее в навик.

- ✓ Навикът да ходи на училище.
- ✓ Навикът да учи.
- ✓ Навикът да се отказва или да продължава.

Какво е „Родителски компас“?

Това не е книга за четене наведнъж. Не е теория. Не е оценка.

Това е помощ за родители, които търсят посока:

- ✓ какво да направиш днес
- ✓ какво да кажеш тази вечер
- ✓ как да реагираш в труден момент
- ✓ как да помогнеш без да си специалист



Защо училището е важно?

Какво означава „образование“ на практика?

Образованието НЕ е само оценки. То означава:

- ✓ да можеш да четеш и разбираш;
- ✓ да попълваш документи;
- ✓ да не бъдеш зависим от други;
- ✓ да работиш не най-тежката работа, а по-добра;
- ✓ да имаш избор.

✦ Какво се случва без училище

Ако детето спира училище:

- започва да изостава още първия месец;
- губи увереност („не мога“);
- започва да се срамува;
- избягва училище още повече;
- влиза в цикъл на отсъствия.

✉ ПРАКТИЧЕСКИ СЛУЧАЙ

Момче от прогимназиален етап започва да пропуска дни, за да помага в семейството. Първо изглежда „полезно“ — изкарва пари, помага вкъщи.

Но след 3–4 месеца: не знае уроците, започва да получава слаби оценки, спира да иска да ходи.

След разговор с училището се въвежда правило: работа само събота/неделя, редовно ходене на училище, седмичен разговор с класния.

✦ **Резултат:** детето се връща към обучение.



Когато детето не иска да учи

Най-важното правило: Детето не отказва училище. То отказва трудност, страх или умора.

⚠ Какво да НЕ казва родителят

- „Тъп си“
- „Мързелив си“
- „Нищо няма да станеш“
- „Срам ме е от теб“

Какво става тогава: детето не се поправя → детето се затваря.

✓ Какво да направи родителят

- „Виждам, че ти е трудно.“
- „Хайде да започнем заедно.“
- „Кое точно не разбираш?“
- „Покажи ми.“

Практичен модел за разговор

Когато детето каже: „Не искам да уча.“ Родителят казва:

1. „Добре. Кажете ми кое е най-трудното.“
2. „Кое те спира?“
3. „Хайде да направим само 10 минути заедно.“
4. „После ще си починеш.“

Цел: не натиск, а старт.

☑ ПРАКТИЧЕСКИ СЛУЧАЙ

Ученик често казва „не мога“. След разговор с родител и учител се оказва: има пропуски от предходни класове, не разбира основите.

След започване на малки стъпки: 10 минути учене на ден, помощ от учител, поощрение у дома.

✦ **Резултат:** постепенно включване в час.



Когато детето отсъства от училище

Какво означава отсъствие?

Едно отсъствие → пропуснат урок → неползвано знание → затруднение утре

Какво да направи родителят същия ден

- ✓ Попитай: „Защо не беше на училище?“
- ✓ Провери: болен ли е или просто не е отишъл.
- ✓ Обади се на класния.
- ✓ Изискай детето да навакса.

! Грешка, която се среща често — „Нищо, ще навакса.“ Истина: в повечето случаи детето НЕ навакса само.

☑ ПРАКТИЧЕСКИ СЛУЧАЙ

Дете започва да отсъства „по един ден“. След месец: пропуски се натрупват, започва да се страхува да се върне.

След намеса: ежедневен контакт с училище, проследяване от родител, връщане в клас.

✦ **Извод:** ранната реакция е решаваща.



Телефон, сън и училище

✦ **Какво се случва при нощни телефонни игри, чатове**

- лягане в 2–3 часа;
- закъснения;
- умора;
- липса на внимание;
- слаби оценки.

✓ **Какво да направи родителят**

- ✓ 22:00 — край на телефона.
- ✓ Телефонът се оставя извън стаята.
- ✓ Без TikTok/Instagram през нощта.
- ✓ Вечерен разговор 10 минути.

✦ **Важно:** детето не може да учи добре без сън.

☑ ПРАКТИЧЕСКИ СЛУЧАЙ

След въвеждане на правило „без телефон след 22:00“:

- закъсненията намаляват;
- концентрацията се подобрява;
- детето става по-спокойно.



Към кого да се обърне родителят

✦ В училището има хора, които помагат:

- Класен ръководител — ежедневни проблеми
- Учител — трудности в учебен предмет
- Психолог — страх, агресия, тревожност
- Директор — сериозни ситуации

💬 КАЖЕТЕ

„Имаме трудност с детето и искам съвет как да помогнем.“



Заклучение

Не е нужно родителят да знае всичко. Не е нужно да е учител.

Нужно е:

- ✓ да вижда детето
- ✓ да говори с него
- ✓ да следи дали ходи на училище
- ✓ да не остава сам в трудностите

Училището не започва в класната стая. *Училището започва у дома — с една дума, с едно решение.*



Малки стъпки всеки месец

Пътеводител през учебната година, месец по месец



Малки стъпки всеки месец



СЕПТЕМВРИ

Стартът определя посоката

Първите седмици са време за ново начало. Дори когато детето изглежда уверено, то има нужда да усеща, че не върви само. Вашето спокойствие ще се превърне в неговата увереност.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Плавна адаптация към училищния ритъм и изграждане на ежедневни навици.

Да започнем заедно

- ✓ Подгответе заедно раницата и учебните принадлежности.
- ✓ Постепенно възстановете режима за сън.
- ✓ Ако детето се притеснява, разходете се заедно до училището.
- ✓ Запознайте се с класния ръководител и покажете готовност за партньорство.

Създаваме навици

- ✓ Следете дали детето тръгва навреме.
- ✓ Проверявайте заедно дали всичко необходимо е в раницата.
- ✓ Отделяйте няколко минути вечер, за да поговорите как е минал денят.
- ✓ Изградете вечерен ритуал за подготовка за следващия ден.

КАЖЕТЕ

„Това е ново начало и ще го извървим заедно.“
 „Каквото и да се случи, аз съм до теб.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето започне да закъснява;
- отказва да ходи на училище;
- често забравя учебници и пособия;
- изглежда тревожно или мълчаливо.

Не чакайте проблемът да се задълбочи. Един разговор с класния ръководител още в началото често предотвратява много по-големи затруднения.

🏆 Малката победа на месеца Когато детето изгради добър ритъм през септември, то влиза по-спокойно в учебната година и по-лесно се справя с предизвикателствата през следващите месеци.



Малки стъпки всеки месец



ОКТОМВРИ

Навиците се изграждат с постоянство

След първоначалното въълнение идва времето, в което ежедневните навици започват да се превръщат в рутина. Именно сега Вашата подкрепа е най-ценна.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Изграждане на устойчиви навици за учене и самостоятелност.

Ученето има своето място

- ✓ Осигурете спокойно място за учене.
- ✓ Определете приблизително едно и също време за подготовка.
- ✓ Ограничете телевизията и телефона по време на домашните.

Помагаме, без да вършим вместо детето

- ✓ Насърчавайте самостоятелността.
- ✓ Обяснявайте спокойно, когато има затруднения.
- ✓ Разделяйте трудните задачи на малки стъпки.

КАЖЕТЕ

„Нека опитаме заедно.“

„Вярвам, че можеш.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето постоянно отказва да учи;
- казва „Не мога“ още преди да е опитало;
- домашните се превръщат в ежедневен конфликт.

Не търсете съвършенство. Постоянството е по-важно от безгрешното изпълнение.



Малки стъпки всеки месец



НОЕМВРИ

Навременната подкрепа прави разликата

Понякога първите затруднения остават незабелязани. Колкото по-рано бъдат обсъдени, толкова по-лесно могат да бъдат преодоляни.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Навременно разпознаване на учебни и емоционални затруднения.

Интересувайте се

- ✓ Следете информацията от училището.
- ✓ Разговаряйте с учителите при първи признаци на затруднения.
- ✓ Интересувайте се не само от оценките, но и от поведението.

Как се чувства детето?

- ✓ Попитайте дали се чувства прието в класа.
- ✓ Насърчавайте го да споделя.
- ✓ Забелязвайте промените в настроението.

КАЖЕТЕ

„За мен е важно как се чувстваш.“

„Каквото и да се случва, ще намерим решение.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето става затворено;
- губи желание за учене;
- започва често да се оплаква от училище.

Не подценявайте малките сигнали.



Малки стъпки всеки месец



ДЕКЕМВРИ

Подкрепата е по-важна от оценките

Крайт на срока често носи повече напрежение. Детето има нужда да знае, че любовта и подкрепата не зависят от успеха.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Спокойно приключване на първия учебен срок.

Подкрепяме без натиск

- ✓ Помагайте при подготовката.
- ✓ Похвалете всяко положено усилие.
- ✓ Не сравнявайте детето с другите.

Равносметка

- ✓ Разговаряйте за успехите.
- ✓ Попитайте какво е научило.
- ✓ Насърчете го да се гордее със своя напредък.

КАЖЕТЕ

„Виждаш колко много си научил.“

„Гордея се с усилията ти.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето изпитва силен страх от оценки;
- отказва да говори за училище;
- изглежда прекалено напрегнато.



Малки стъпки всеки месец



ЯНУАРИ

Всяко ново начало носи нови възможности

След ваканцията децата отново се нуждаят от време, за да влязат в учебен ритъм.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Възстановяване на добрите навици.

Връщаме ритъма

- ✓ Постепенно възстановете режима за сън.
- ✓ Подгответе заедно учебните материали.
- ✓ Припомнете ежедневните навици.

Без отлагане

- ✓ Насърчавайте редовната подготовка.
- ✓ Отбелязвайте малките успехи.

КАЖЕТЕ

„Нов срок — нови възможности.“

„Започваме спокойно.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

— детето трудно се адаптира след ваканцията.



Малки стъпки всеки месец



ФЕВРУАРИ

Мотивацията започва със смисъла

Децата учат по-лесно, когато разбират защо знанието е важно.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Изграждане на вътрешна мотивация.

Разговаряйте за мечтите

- ✓ Попитайте какво мечтае да стане.
- ✓ Свържете ученето с интересите му.

Давайте личен пример

- ✓ Говорете с уважение за училището.
- ✓ Покажете, че ученето продължава през целия живот.

КАЖЕТЕ

„Знанието отваря врати.“

„Всяко ново умение е крачка напред.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето казва, че училището няма смисъл.



Малки стъпки всеки месец



МАРТ

Думите изграждат увереност

Начинът, по който говорим на децата, постепенно се превръща в начина, по който те говорят на себе си.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Изграждане на положителна самооценка.

Насърчавайте

- ✓ Казвайте по една искрена похвала всеки ден.
- ✓ Забелязвайте усилията.

Поправяйте спокойно

- ✓ Избягвайте обиди и сравнения.
- ✓ Говорете за грешките като възможност за учене.

КАЖЕТЕ

„Грешките ни помагат да растем.“

„Вярвам в теб.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

— детето започне често да казва: „Не ставам за нищо.“



Малки стъпки всеки месец



АПРИЛ

Всеки учебен ден е важен

Редовното посещение на училище е ключът към успешното учене.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Предотвратяване на отсъствията.

Бъдете последователни

- ✓ Следете присъствието.
- ✓ Реагирайте още при първите отсъствия.

Работете с училището

- ✓ Потърсете съдействие при затруднения.
- ✓ Поддържайте връзка с класния ръководител.

КАЖЕТЕ

„Всеки учебен ден има значение.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

- детето започне често да търси причини да не ходи на училище.



Малки стъпки всеки месец



МАЙ

Финалът е време за подкрепа

Краят на годината изисква постоянство, а не допълнителен натиск.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Подкрепа за успешно приключване на учебната година.

Финален спринт

- ✓ Насърчавайте спокойната подготовка.
- ✓ Осигурете достатъчно време за почивка.
- ✓ Отбелязвайте напредъка.
- ✓ Радвайте се на всяка постигната цел.

КАЖЕТЕ

„Важно е, че не се отказваш.“



Малки стъпки всеки месец



ЮНИ

Всяка завършена учебна година е повод за гордост

Учебната година приключва, но ученето продължава и през лятото — чрез книги, игри, пътешествия и нови преживявания.

ЦЕЛ НА МЕСЕЦА Да завършим годината с удовлетворение и увереност.

Финал на годината

- ✓ Поздравете детето за усилията му.
- ✓ Разговаряйте какво е научило.
- ✓ Планирайте лятото с време за игри, четене и семейни преживявания.
- ✓ Насърчете детето да си постави нова цел за следващата учебна година.

КАЖЕТЕ

„Ти извървя още една успешна стъпка.“

„Гордея се с теб.“

⚠ Обърнете внимание, ако...

— детето приема успеха или неуспеха единствено чрез оценките.

Напомнете му, че най-важни са усилията, наученото и личното израстване.



*Спокойствието у дома е първата стъпка към
спокойствие в училище.*



Родителски компас

Издание за родители и училища в област Враца



РЕГИОНАЛНО УПРАВЛЕНИЕ НА ОБРАЗОВАНИЕТО – ВРАЦА