

# Рекомендации родителям



## Рекомендации родителям

- *Высказывайтесь в спокойном эмоциональном тоне, без оценок и обобщений. Дети реагируют не на содержание высказывания взрослого, а на эмоциональную окраску, в которой заключено отношение к ребенку.*
- *Научитесь регулировать степень психологической нагрузки на ребенка, которая не должна превышать его возможности.*
- *Внесите четкие правила нежелательного поведения. Установите рамки и запреты, позвольте ребенку свободно*

*действовать в этих рамках. Строго придерживайтесь установленных запретов и разрешений.*

- *В качестве воспитательного воздействия чаще используйте ласку, поощрения, чем наказания и порицания.*
- *Оказывайте психологическую поддержку, одобрение с целью повышения уверенности в себе, формирования адекватной самооценки, развития навыков общения.*
- *Уважайте личное достоинство ребенка, безоценочно принимайте его внутренний мир, общайтесь на равных, избегайте подчеркивание промахов ребенка.*
- *Умейте идти навстречу полезным начинаниям ребенка и направляйте свою активность на то, чтобы возник психологический контакт с ним.*
- *Создайте ребенку такие условия деятельности, в котором он обязательно встретится с успехом, но успех должен быть реальным, а похвала заслуженной.*
- *Учите ребенка действовать последовательно, планировать свои действия, сравнивать результаты с тем, что задано, задумано.*
- *Создайте ситуацию успеха дома для самореализации, поощряйте активность и инициативу.*
- *Проявляйте доброжелательность и веру в возможности и способности ребенка, помогайте верить в свои силы.*
- *Умейте видеть положительные сильные стороны; не скупитесь на похвалу, замечайте каждый положительный сдвиг в поведении и обучении ребенка.*

# Несколько рекомендаций родителям

## (детская агрессивность)

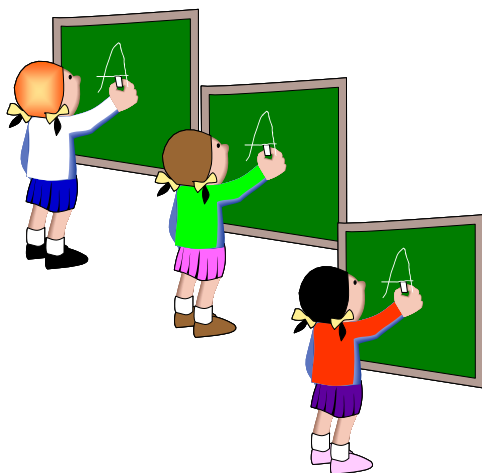


### **Что можно порекомендовать родителям, чтобы избежать усиления агрессивности ребенка?**

- В первую очередь, следует установить вместе с детьми новый школьный режим, желательно вводить его заранее, за некоторое время до начала занятий в школе. Режим должен учитывать индивидуальные особенности ребенка: если школьник неторопливый, то время на сборы в школу, на подготовку к урокам должно быть увеличено.
- Обязательно должно быть время отдыха между занятиями в школе и выполнением домашнего задания, прогулки.

- Режим помогает организму ребенка приспособиться и легче справиться с возросшими требованиями и нагрузками
- Первое время контроль взрослого будет необходим. Но одновременно должен идти постепенный переход к самоконтролю.
- Следует объяснить ребенку, что учеба – это его одна из основных обязанностей, и достаточно приятных, ведь он будет постоянно узнавать что-то новое, научиться делать много интересных вещей, найдет хороших друзей и т.д.
- Следующий шаг – это определение времени и вашего взаимодействия при выполнении домашнего задания. Вам надо договориться, что он делает полностью самостоятельно и сам проверяет, а что делает в вашем присутствии, при вашем участии, и что проверяете вы. Старайтесь соблюдать эти правила.
- Обычно требуется не больше месяца, чтобы ребенок начал вовремя садиться за уроки. Если этого не происходит, то следует родителям внимательно проанализировать свое поведение: либо где-то была допущена ошибка, или ребенку не хватает вашего внимания и он получает его таким способом (растягивает время, вызывая ваше раздражение и т.д.).
- Чем раньше вы приучите ваших детей брать ответственность за свою учебу, тем меньше у вас будет поводов для ссор и конфликтов, больше возможностей сохранить взаимопонимание. Взаимопонимание и есть залог профилактики агрессивного поведения у детей.
-

# Памятка для педагога (психологические советы)



## Как помочь ребёнку в приготовлении домашних заданий

Посидите со своим ребёнком на первых порах выполнения домашних заданий. Это для него очень важно. От того, насколько спокойными и уверенными будут его первые школьные шаги, зависят его будущие школьные успехи.

У вашего ребёнка не сформирована привычка делать уроки. Формируйте у него эту привычку спокойно, превратите ритуал выполнения уроков в увлекательную игру, напоминайте об уроках без криков, будьте терпеливы.

*Оформите рабочее место ребёнка, поставьте красивый и удобный стол. Повесьте лампу, расписание уроков, интересные стихи и пожелания школьнику перед началом выполнения уроков.*

*Учите выполнять уроки только в этом рабочем уголке.*

*Объясните ребёнку главное правило учебной работы – учебные принадлежности должны всегда находиться на своём месте. Постарайтесь привести в пример своё рабочее место.*

*Постоянно требуйте от ребёнка приведения в порядок рабочего места после выполнения уроков. Если ему трудно это делать или он устал, помогите ему. Пройдёт немного времени, и он будет сам убирать своё рабочее место.*

*Если ребёнок в вашем присутствии делает уроки, пусть сформулирует вам, что он должен сделать. Это успокаивает ребёнка, снижает тревожность. Некоторые дети, к примеру, считают, что они задание не так поняли и испытывают страх, ещё не начав его выполнять.*

*Если ребёнок что-то делает не так, не спешите его ругать. То, что вам кажется простым и понятным, для него пока кажется таинственным и трудным.*

*Учите вашего ребёнка не отвлекаться во время выполнения уроков; если ребёнок отвлекается, спокойно напоминайте ему о времени, отведённом на выполнение уроков.*

*Если ребёнок выполняет письменное задание, обращайтесь больше внимания на то, чтобы он писал чисто, без помарок, с соблюдением полей.*

*Не заставляйте своего ребёнка многократно переписывать домашнее задание. Это подорвёт ваш авторитет и его интерес к школе и учению.*

*Старайтесь как можно раньше приучить ребёнка делать уроки самостоятельно и обращаться к вам только в случае необходимости.*

*Каждый раз, когда вам хочется отругать своего ребёнка за плохую отметку или неаккуратно сделанное задание, вспомните себя в его возрасте, улыбнитесь и подумайте над тем, захочет ли ваш ребёнок через много-много лет вспомнить вас и ваши родительские уроки.*

*Научите его выполнять любое дело, в том числе и домашнее задание, с удовольствием, без злобы и раздражения. Это сохранит его и ваше здоровье. В конце концов, радуйтесь тому, что у вас есть такое счастье – с кем-то делать уроки, кому-то помогать взрослеть!*



### **Памятка для педагога (Психологические советы)**

- *Воспитайте в себе чувство удовольствия от работы с детьми.*
- *Работайте всегда с хорошим настроением.*
- *Будьте с детьми искренними: они это почувствуют и оценят.*
- *Старайтесь выполнять «кодекс» справедливости.*

- *У маленьких детей обостренное чувство несправедливости.*
- *Любите и уважайте ребенка таким, каким он есть.*
- *НЕ унижайте детей обидными прозвищами и сравнениями.*
- *НЕ дайте отрицательных оценок личности ребенка.*
- *НИКОГДА не угрожайте ребенку.*
- *НЕ требуйте немедленного повиновения.*
- *НЕ используйте в своем общении с ребенком команды и приказы.*
- *НЕ повышайте голоса, даже в крайних случаях. Если это произошло, нужно объяснить, почему вы это сделали, и выразить сожаление, что вам пришлось так поступить.*
- *НИКОГДА не говорите неприятных слов семье и родителям ребенка при детях и не позволяйте это делать другим.*
- *НЕ прерывайте детскую инициативу словами: «Скажешь, когда тебя попросят», или «Начнешь делать, когда тебе разрешат», иначе они перестанут что-либо делать без вашего руководства.*
- *НЕ раздражайтесь и не демонстрируйте своего раздражения. Если это произошло, старайтесь показать, что это вас так расстроило.*
- *НЕ скрывайте от детей своего плохого самочувствия или расстройства при неудаче, не лишайте их возможности проявить сочувствие и страдание, но знайте меру и всегда благодарите за проявление чувства.*