

*Памятки  
для  
родителей*

## ПАМЯТКА

### «КАК ОБЩАТЬСЯ С РЕБЕНКОМ»

1. Всегда принимайте активное участие в жизни семьи.
2. Найдите время, чтобы поговорить с ребенком.
3. Интересуйтесь проблемами ребенка, вникайте во все его трудности.
4. Помогайте развивать способности и таланты.
5. Не оказывайте на ребенка давления, помогая ему тем самым самостоятельно принимать решения.
6. Имейте представление о различных этапах в жизни ребенка.
7. Уважайте право ребенка на собственное мнение.
8. Относитесь к ребенку как к равноправному члену семьи, у которого пока просто мало жизненного опыта.
9. С уважением относитесь ко всем остальным членам семьи.
10. Будьте последовательны в своих действиях.
11. Не давайте ребенку невыполнимых обещаний.
12. Ежедневно давайте ребенку почувствовать свою любовь и заботу.

## **ПАМЯТКА**

### **«КАК ВОСПИТИВАТЬ У РЕБЕНКА САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ»**

1. Постоянно обогащать знания и умения детей.
2. Создавать условия, побуждающие ребенка активно использовать имеющиеся знания и навыки.
3. Воспитывать интерес к самостоятельным действиям, регулярно предлагая новые задания.
4. Постоянно менять тактику руководства деятельности ребенка: от прямых приемов (показ, объяснение) переходить к косвенным (совет, напоминание).
5. Поддерживать желание преодолевать трудности, доводить дело до конца.
6. Ориентировать ребенка на получение хорошего результата.
7. Постоянно расширять область самостоятельности ребенка. Раскрыть перед ним новые возможности, показывать рост его достижений, связать растущую самостоятельность с задачами будущего школьного обучения.
8. Поддерживать у ребенка чувство радости и гордости за собственные успешные действия.

## ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ГИПЕРАКТИВНЫХ ДЕТЕЙ

- В своих отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслужил, подчеркивайте даже незначительные успехи.
- Чаще говорите «да», избегайте слов «нет» и «нельзя».
- Поручите ему часть домашних дел, которые необходимо выполнять ежедневно (ходить за хлебом, кормить собаку и т.д.) и не выполняйте их за него.
- Заведите дневник самоконтроля и отмечайте в нем вместе с ребенком его успехи дома и в школе.
- Введите балльную или знаковую систему вознаграждения: (можно каждый хороший поступок отмечать звездочкой, а определенное их количество вознаграждать игрушкой, сладостями или давно обещанной поездкой).
- Избегайте завышенных или заниженных требований к ребенку. Страйтесь ставить перед ним задачи, соответствующие его способностям.
- Определите для ребенка рамки поведения – что можно и что нельзя. Гиперактивные дети должны справляться с обычными для всех подрастающих детей проблемами. Эти дети не нуждаются в том, чтобы их отстраняли от требований, которые применяются к другим.
- Не навязывайте ему жестких правил. Ваши указания должны быть указаниями, а не приказами. Требуйте выполнения правил, касающихся его безопасности и здоровья, в отношении остальных не будьте столь придирчивы.
- Вызывающее поведение Вашего ребенка – его способ привлечь Ваше внимание. Проводите с ним больше времени.

- Поддерживайте дома четкий распорядок дня. Прием пищи, игры, прогулки, отход ко сну должны совершаться в одно и то же время. Награждайте ребенка за его соблюдение.
- Если ребенку трудно учиться, не требуйте от него высоких оценок по всем предметам. Достаточно иметь хорошие отметки по 2-3 основным.
- Создайте необходимые условия для работы. У ребенка должен быть свой уголок, во время занятий на столе не должно быть ничего, что отвлекало бы его внимание. Над столом не должно быть никаких плакатов и фотографий.
- Избегайте по возможности больших скоплений людей. Пребывание в магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребенка чрезмерное возбуждающее действие.
- Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию двигательной подвижности. Не позволяйте ему подолгу сидеть у телевизора.
- Страйтесь, чтобы ребенок выспался. Недостаток сна ведет к еще большему ухудшению внимания и самоконтроля. К концу дня ребенок может стать неуправляемым.
- Развивайте у него осознанное торможение, учите контролировать себя. Перед тем как что-то сделать, пусть посчитает от 10 до 1.
- Помните! Ваше спокойствие – лучший пример для ребенка.
- Давайте ребенку больше возможности расходовать избыточную энергию.
- Воспитывайте у ребенка интерес к какому-нибудь занятию. Ему важно ощущать себя умелым и компетентным в какой-либо области. Найдите те занятия, которые бы «удавались» ребенку и повышали его уверенность в себе.

**ПАМЯТКА**  
**«ИСКУССТВО НАКАЗЫВАТЬ И ПРОЩАТЬ»**

1. Чаще хвалите ребенка, чем осуждайте, подбадривайте его, а не подмечайте неудачи, вселяйте надежду, а не подчеркивайте , что изменить ситуацию невозможно.
2. Чтобы ребенок поверил в свой успех, в это прежде всего должны поверить взрослые. Наказывать легче, воспитывать труднее.
3. Не создавайте сами опасных прецедентов и резко ограничьте круг запретов. Если вы что-то разрешили ребенку вчера, разрешите и сегодня. Будьте последовательны.
4. Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковыми.
5. Воинственность ребенка можно погасить своим спокойствием.
6. Не ущемляйте достоинство и самолюбие ребенка.
7. Попытайтесь понять ребенка и оценить с его позиции плохой поступок.
8. Если есть сомнение, наказать или нет, - не наказывайте!
9. Помните, что детское непослушание всегда имеет психологические мотивы:
  - нарочитое непослушание означает, что ребенок хочет быть в центре внимания;
  - проказы свидетельствуют о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;
  - упрямство – свидетельство желания быть независимым;
  - агрессия - ребенок ищет способ самозащиты;
  - суята, беготня - ребенок дает выход энергии.

## **ПАМЯТКА**

### **«Если у вас застенчивый ребенок»**

#### **Уважаемые родители!**

Если вовремя не обратить внимания на замкнутость необщительного малыша, из него может вырасти неуверенный в себе человек, со множеством различных комплексов.

1. Уделяйте ребенку как можно больше внимания. Не стесняйтесь открыто проявлять свои чувства – дети любого возраста очень чуждаются в родительской нежности и ласке.

2. Чаще приглашайте к себе гостей с детьми. Игры, общение с детьми и взрослыми в непринужденной домашней обстановке постепенно вырабатывают у ребенка потребность в общении.

3. Общайтесь с ребенком на равных. Страйтесь внимательно его выслушать. Поощряйте его, когда он задает вопросы, и сами задавайте их. Покойная беседа с ребенком будет не только способствовать созданию между вами атмосферы и отношения доверия, но и одновременно станет источником новой информации об окружающем мире.

4. Не кричите на ребенка, даже если он не прав. Подобное поведение – очередная ступенька к взаимному отчуждению. Попробуйте изменить тон общения. Пусть он будет решительный, но не крикливый.

5. Преодолеть замкнутость помогут коллективные игры. Привыкнув к свободному общению в игре, ребенок будет чувствовать себя естественно и в повседневной жизни.

6. Одной из причин замкнутости могут быть проблемы со здоровьем, например плохое зрение, когда ребенку приходится носить очки, или полнота, заикание и др. В этих случаях не обойтись без специальных занятий или лечения. Но родители могут помочь ребенку проще смотреть на свои недостатки, не зацикливаться на них, а относиться к ним с юмором, как к чему-то временному.

#### **«В родительскую копилку».**

Воспитатель предлагает родителям литературу о дружбе для чтения детям.

- А. Линдгрен. «Малыш и Карлсон».
- А. Милн. «Винни-Пух и Все-Все-Все».
- П. Ершов. «Конек-Горбунок».
- Г.-Х. Андерсен. «Снежная королева».
- А. Волков. «Волшебник Изумрудного города».
- Д. Родари. «Приключения Чиполлино».
- А. Толстой. «Золотой ключик, или Приключения Буратино».
- Русские народные сказки.