

Памятка для родителей
«Создание благоприятной семейной атмосферы»

❖ Помните: от того, как родители разбудят ребёнка, зависит его психологический настрой на весь день.

❖ Время для ночного отдыха каждому ребёнку требуется сугубо индивидуальное. Показатель один – чтобы ребёнок выспался и легко проснулся, когда его будят родители.

❖ Если у вас есть возможность дойти до школы вместе с ребёнком, не упускайте её. Совместная дорога – совместное общение, ненавязчивые советы.

❖ Научитесь встречать детей после уроков, Не стоит первым задавать вопрос: «Какие оценки ты сегодня получил?», лучше задать вопросы: «Что было интересного в школе?», «Чем сегодня занимались?», «Как дела в школе?».

❖ Радуйтесь успехам ребёнка. Не раздражайтесь в момент его временных неудач.

❖ Ребёнок должен чувствовать, что он любим.

❖ Необходимо исключить из общения окрики, грубые интонации, создайте в семье атмосферу радости, любви и уважения.

❖ Давайте совершать добрые, хорошие поступки, дети учатся доброте у нас.

❖ Ребёнок не имеет право солгать, выманить, вынудить, украсть.

❖ Позвольте детям ошибаться, это даст им возможность исправлять свои ошибки – помогите им в этом стремлении.

❖ Для того чтобы человек поступал по совести, он должен быть уверен, что им движет именно совесть, а не страх, и он отрицает воровство не потому, что боится, а потому, что внутренне не принимает этого – потому что совестно.





Памятка родителю от ребёнка

❖ Не балуйте меня, вы меня этим портите. Я очень хорошо знаю, что не обязательно предоставлять мне всё, что я запрашиваю. Я просто испытываю вас.

❖ Не бойтесь быть твёрдым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить своё ме-

сто.

❖ Не давайте обещаний, которых вы не сможете выполнить, это колеблет веру в вас.

❖ Не заставляйте меня чувствовать младше, чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это, став «плаксой» и «нытиком».

❖ Не делайте за меня того, что я в состоянии сделать для себя сам. Я могу использовать вас в качестве прислуги.

❖ Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо больше внимания на ваше замечание, если вы скажете всё спокойно с глазу на глаз.

❖ Не пытайтесь мне читать наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.

❖ Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал. Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так и не иначе.

❖ Не забывайте, что я люблю экспериментировать. Таким образом, я познаю мир, поэтому, пожалуйста, смиритесь с этим.

❖ Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будите на них отвечать, вы увидите, что я перестану вопросы задавать вообще и буду искать информацию где-то на стороне.

❖ Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я тоже стану вашим другом.

❖ И, кроме того, я вас так сильно люблю, пожалуйста, ответьте мне любовью же...

❖ Не оставляйте без внимания хорошие поступки. Практически каждое позитивное действие ребёнка должно быть сопровождено вашим комментарием. Почистил зубы – умница! Принёс пятёрку – молодец! Помыл посуду – великолепно! Не бойтесь перехвалить – кашу маслом не испортишь. Напротив, если вы будете воспринимать хорошие поступки как нечто само собой разумеющееся, дети вскоре вообще перестанут их совершать.

Памятка для родителей

«Хотите, чтобы Ваш ребёнок ходил в школу с удовольствием?»

- Не говорите о школе плохо, не критикуйте учителей в присутствии детей.
- Не спешите обвинять учителя в отсутствии индивидуального подхода, задумайтесь над линией собственного поведения.
- Вспомните, сколько раз Вы сидели с ребёнком и наблюдали за его работой над уроками. Были ли случаи, когда Вы заметили у ребёнка неправильные приёмы работы и спокойно показали ему правильные?
- В случае конфликтной ситуации в школе постарайтесь устранить её, не обсуждая все подробности с ребёнком.
- Следите, чтобы Ваш ребёнок вовремя ложился спать. Невыспавшийся ребёнок на уроке – грустное зрелище.
- Пусть Ваш ребёнок видит, что Вы интересуетесь его заданиями, книгами, которые он приносит из школы.
- Читайте сами, пусть Ваш ребёнок видит, что свободное время Вы проводите за книгами, а не только у телевизора или компьютера.
- Учите ребёнка выражать мысли письменно: обменивайтесь с ним записками, пишите вместе письма. Если ребёнок рассказывает Вам о событии, которое произвело на него впечатление, то предложите ему записать этот рассказ, а вечером прочитать всем членам семьи.
- Принимайте участие в жизни класса и школы. Ребёнку приятно, если его школа станет частью Вашей жизни. В школе Ваш ребёнок может столкнуться с очень критическим отношением к себе. Помогите ему не потерять веры в себя.

P.S. Ежедневно рекомендуется 5 объятий для выживания, 10 объятий для поддержки, 15 объятий для роста и развития ребёнка. Обнимайте друг друга чаще! Это лучшее лекарство! И для него не надо рецепта!



Практические рекомендации родителям по адаптации первоклассников.

1. Будьте ребёнком спокойно, проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дёргайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если "вчера предупреждали".
2. Не торопите. Умение рассчитать время - ваша задача, и если это плохо удаётся, это не вина ребёнка.
3. Не отправляйте ребёнка в школу без завтрака.
4. Ни в коем случае не прощайтесь "предупреждая": "Смотри, не балуйся! Чтобы сегодня не было плохих отметок!" Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов - у него впереди трудный день.
5. Забудьте фразу "Что ты сегодня получил?"/ Встречайте ребёнка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться. Если ребёнок чересчур возбужден, если жаждет поделиться, не отмахивайтесь, не откладываете на потом, выслушайте, это не займёт много времени.
6. Если увидите, что ребёнок огорчён, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет всё сам.
7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку, постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил без ребёнка. Кстати, всегда не лишнее выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.
8. После школы не торопитесь садиться за уроки, необходимо два часа отдыха (ещё лучше 1,5 часа поспать) для восстановления сил. Низкая работоспособность с 14-16 часов.
9. Не заставляйте делать уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минут перерыва, лучше, если он будет подвижным.
10. Во время приготовления уроков не сидите над душой, дайте возможность ребёнку сидеть самому, но уж если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка "Не волнуйся, у тебя всё получится! Давай разберёмся вместе! Я тебе помогу!", похвала (даже если не очень получается)- необходимы.
11. В общении с ребёнком старайтесь избегать условий: "Если ты сделаешь, то."
12. Найдите в течении дня хотя бы полчаса, когда вы полностью будете принадлежать ребёнку, не отвлекаясь на другие дела. В этот момент важнее всего его заботы, радости и неудачи.
13. Выработайте единую тактику общения всех взрослых в семье с ребёнком, свои разногласия по поводу педагогической тактики решайте без него. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, психологом, врачом, прочитайте литературу для родителей.
14. Помните, что в течение года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В эти периоды следует быть особенно внимательными к состоянию ребёнка.

Советы родителям



1. Ваш ребёнок лучший в мире, т.е. такой же хороший, как и все остальные дети.
2. Не мешайте ребёнку преодолевать трудности, и умело создавайте их. Не ругайте детей, при детях, во имя детей – никого, и тогда ваш ребёнок вырастет незлобным, добрым и обходительным.
3. Не пугайте ребёнка необходимостью читать, и может быть, он полюбит книги.
4. Самое лучшее воспитание – воспитание природой, добром и деятельностью, а не угрозами и упрёками.
5. Разрешайте ребёнку голодать от завтрака до обеда, это его сделает здоровым и весёлым.
6. Не нужно делать праздники для детей, нужно делать праздники вместе с детьми.
7. Чаще веселитесь, пойте красивые песни, приголубливайте своих детей, делайте вместе с ними что –нибудь, не ленитесь отдавать им частицу своей души, и у вас всё получится.
8. Не мучайся, если что не можешь сделать для своего ребёнка, но мучайся, если можешь, но не делаешь.
9. Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому ребёнку то, что не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.
10. Люби своего ребёнка любым: и талантливым, и неудачным, и взрослым. Общайся с ним, радуйся, потому что ребёнок – это праздник, который ещё пока с тобой! Если ребёнок много видел, много понял, во много поучаствовал, научился выбирать, взаимодействовать, вступать в разумные компромиссы, если он не боится внешней среды и готов к сотрудничеству – вот есть человек!

Как выходить из конфликтов?

Научите ребёнка в спорах пользоваться мирными приёмами.

1. Сосчитать до десяти, чтобы "остыть".
2. Сказать "перестань, пожалуйста".
3. Постараться обсудить проблему.
4. Извиниться.
5. Продолжить разговор или игру как ни в чём небывало.
6. Уйти, не вступая в споры.
7. Поиграть в другую игру.
8. Начать всё сначала.

Попробуйте придумать несколько ситуаций и предложить ребёнку сделать выбор: как поступить? Разыграйте несколько вариантов вместе с ним. Эта игра поможет ребёнку как бы "подняться над ситуацией" и воспринять её менее эмоционально

