**Памятки, советы, рекомендации для детей и родителей**

**Как поощрять ребенка в семье**

- Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку.

- Поощряйте ребенка жестами, ему всегда будет тепло и уютно. Коснитесь его головы во время приготовления уроков, обнимите, пожмите руку.

- Словесно выражайте одобрение маленькими успехами, поведением ребенка.

- Используйте выражения: «Ты прав», «Мы согласны с твоим мнением» - это формирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ, критичность мышления.

- Дарите ребенку подарки, но при этом учите их принимать.

- Формируйте в семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: дни рождения, сюрпризы, начало учебного года и др.

- Учите ребенка быть благодарным за любые знаки внимания.

- Если вы в качестве поощрения используете деньги, то вы должны знать, каким образом он ими распорядился, обсудите это с ним. Учите ребенка разумно тратить деньги.

- Позволяйте ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходы без анализа.

- Учите ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

ПОМНИТЕ!

Ваше внимание, любовь, ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для ребенка больше, чем самый дорогой подарок!

**Ваш ребенок агрессивен? Вы испытываете трудности в общении?**

- Принимайте ребенка таким, каков он есть.

- Предъявляя к ребенку свои требования, учитывайте не свои желания, а его возможности.

- Расширяйте кругозор ребенка.

- Включайте ребенка в совместную деятельность, подчеркивая его значимость в выполняемом деле.

- Игнорируйте легкие проявления агрессивности, не фиксируйте на них внимание окружающих.

**Ваш ребенок испытывает страхи?**

- Принимайте ребенка таким, какой он есть, давая ему возможность измениться.

- Развивайте в ребенке положительные эмоции, почаще дарите ему свое время и внимание.

- С пониманием относитесь к переживаниям и страхам ребенка.

- Не высмеивайте их и не пытайтесь решительными мерами искоренить этот страх.

— Заранее проигрывайте с ребенком ситуацию, вызывающую тревогу.

**Предупреждение детской агрессивности**

- Сохраняйте в своей семье атмосферу открытости и доверия. Нельзя давать ребенку несбыточных обещаний.

Будьте тактичными в проявлении мер воздействия на ребенка. Нельзя наказывать ребенка за то, что позволяете делать себе.

Нельзя изменять своим требованиям по отношению к ребенку в угоду чему-либо.

- Нельзя ставить свои отношения с собственным ребенком в зависимость от его учебных успехов.

ПОМНИТЕ!

Для преодоления детской агрессии в педагогическом арсенале родители должны иметь: внимание, терпение, сочувствие, ласку, доброту, доверие.

**Развитие положительных эмоций вашего ребенка**

Папы и мамы! Дедушки и бабушки!

Помните:

- научитесь слушать своего ребенка в радости и горести;

- наказывая своего ребенка, оставайтесь рядом с ним, не избегайте общения;

- станьте для своего ребенка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и к другим людям;

- обнимайте и целуйте своего ребенка в любом возрасте;

- не разговаривайте со своим ребенком с равнодушным и безразличным лицом;

- вводите свои красивые, добрые и светлые ритуалы.

*Ритуалы, которые нравятся детям:*

- перед уходом в школу получить объятие родителей и напутственное слово или жест;

- придя из школы, рассказать о своих удачах и проблемах и получить слова поддержки и участия за чашкой чая;

- в выходной день обсудить прожитую неделю и ее значение для детей и родителей;

- посидеть в сумерках при свечах рядом с родителями;

- на ночь слушать сказку и быть заботливо укрытым;

- в свой день рождения получить сюрпризы и устроить их для других членов семьи;

- вместе с мамой готовиться к празднику и печь красивый торт;

- посидеть с мамой, взявшись за руки во время болезни, попросить у родителей любимую еду или что-то такое, чего очень давно хотелось.

**Если ваш ребенок лжет**

*Ваши действия:*

- чаще хвалите, ободряйте ребенка, поощряйте его за хорошие поступки;

- если вы уверены, что ребенок лжет, постарайтесь вызвать его на откровенность, выяснить причину лжи;

- найдя возможную причину лжи, постарайтесь деликатно устранить ее так, чтобы разрешить эту проблему;

- не наказывайте ребенка, если он сам сознается во лжи, дает оценку собственному поступку.

**О способности ребенка трудиться**

- Если вы постоянно говорите о том, что работа для вас наказание и каторга, то как по-другому о ней будет судить ваш ребенок?

- Если вы сами не станете для него примером в выполнении домашних дел аккуратно и постоянно, то где он сможет этому вовремя научиться?

- Если вы не проявляете терпение в обучении ребенка домашней работе и предпочитаете все делать сами, думаете ли вы о том, что ждет его в будущем?

- Если вы никак не реагируете на выполнение домашней работы вашим ребенком, то откуда у него появится желание делать привычные дела еще лучше?

- Если вас интересуют только учебные успехи вашего ребенка, не боитесь ли вы вырастить черствого и эгоистичного человека?

**Правила для родителей:**

- В отношениях с детьми четко определяйте правила и устанавливайте границы, но допускайте некоторую свободу в установленных границах, в рамках правил.

- Будьте хорошим примером для своих детей. Развивайте в них терпимость к окружающим.

- Помогайте детям ставить реальные цели, чтобы они могли достигать их.

- Оказывайте детям помощь и развивайте в них терпимость к окружающим.

- Оказывайте детям поддержку в различных ситуациях.

- Научите их рационально распределять свое время.

- Делитесь с ними своим жизненным опытом, рассказывайте детям историю семьи, чтобы они чувствовали принадлежность к ней.

**Обязанности родителей:**

- Быть ответственным за судьбу ребенка, создавать условия для его развития.

- Быть семейным психологом, педагогом и врачом. А для этого посещать занятия в школе и читать литературу. Главное в семье - это уважение друг друга, общность интересов и дел, терпимость, защищенность каждого и его самоценность.

- Заниматься воспитанием постоянно, а не от случая к случаю.

- Начинать воспитание ребенка с воспитания себя. Воспитание - это не отдельные нравоучения, а вся жизнедеятельность семьи.

- Любить ребенка и уметь выразить свою любовь в ласковом слове и ласковой интонации.

- Обращаться с ребенком как с равным. Дети никогда не бывают для себя маленькими, они всегда уже большие. Воспитывать в детях самостоятельность.

- Не подходить к ребенку, если нет своих принципов, убеждений. Направлять, давать советы, но считаться с мнением ребенка.

**Как выйти из конфликтной ситуации с детьми**

- Не бойтесь проявить к подростку чрезмерную любовь. Форма ее выражения - предельная чуткость и бережность.

- Будьте внимательны, наблюдательны, но без назойливости, оскорбительной подозрительности.

- Умейте активно слушать и слышать их сбивчивую косноязычную речь.

- Слышать СОС, даже когда они молчат.

- Не отвечайте на грубость грубостью, не замечайте ее.

- Вооружитесь юмором и ласковым словом.

- Позволяйте ребенку принимать свое самостоятельное решение.

- Научитесь получать удовольствие от принятия решений вашим ребенком.

- Не концентрируйте на вашем ребенке никакого отрицательного внимания.

- Вы и ваш ребенок равноправные люди, обладающие равными человеческими правами.

Верьте в то, что ваш ребенок заслуживает доверия и отвечает за свои действия.

- Проявите мудрость и широту души, милосердие и благородство.

ПОМНИТЕ! Дети, как сказал один мудрец, всегда правы, ибо им принадлежит будущее.

**Родительские «нельзя» при соблюдении режима дня (памятка-рекомендация)**

*Нельзя:*

- будить ребенка в последний момент перед уходом в школу;

- требовать от ребенка только отличных и хороших результатов в обучении;

- сразу после уроков выполнять домашние задания;

- лишать детей прогулки из-за плохих оценок в школе;

- кричать на ребенка (особенно при выполнении домашнего задания);

- позволять ребенку сидеть у телевизора (компьютера) больше одного часа в день;

- смотреть (особенно перед сном) агрессивные телепередачи и художественные фильмы.

**Как относиться к отметкам ребенка (памятка-рекомендация)**

- нельзя наказывать ребенка за неудовлетворительную оценку, полученную в школе;

- похвалите его, даже если результат пруда не слишком высок, но при этом ребенок добросовестно занимался;

- нельзя выражать вслух сомнений по поводу объективности выставленной ребенку на уроке отметки (если есть сомнения, идите в школу и попытайтесь объективно разобраться в ситуации);

- в проблемах собственных детей нельзя обвинять других людей.

**Умеешь ли ты читать? (памятка для учащихся)**

- Если хочешь научиться читать хорошо, старайся читать не менее 10-15 минут в день.

- Старайся не читать лежа, выбери удобную позу для чтения.

- Во время чтения убери отвлекающие предметы, выключи телевизор.

- Читай вслух и не торопись.

- Если тебя книга увлекла и тебе хочется почитать подольше, сделай перерыв, используй его для физкультурной паузы.

- Обращай внимание на поступки героев, анализируй их поступки, делай для себя выводы.

- Учись у героев прочитанных книг хорошим манерам и хорошим поступкам.

- Если ты решил прервать чтение до следующего раза, положи в книгу закладку. Эта книга, возможно, будет интересна не только тебе, но и другим людям. Они должны взять ее в руки чистой и опрятной.

- Делись с друзьями информацией об интересной и захватывающей книге. Если тебе встретились интересные фразы в этой книге, не поленись их выписать в отдельную тетрадь. Возможно, когда-нибудь ты вернешься к этим словам, выполняя задание учителя.

**Как готовить домашнее задание но чтению**

- Внимательно прочти название произведения, которое тебе необходимо прочитать.

- Посмотри, кто автор произведения.

- Внимательно прочитай весь текст.

- Отметь карандашом те слова, смысл которых тебе непонятен.

- Найди объяснение непонятных слов в словаре или спроси у взрослых.

- Подумай над тем, какова основная мысль данного текста.

- Внимательно прочитай вопросы в конце текста и постарайся на них ответить с помощью текста.

- Подготовь пересказ текста вслух (от другого лица).

- Не глядя в текст, вспомни действующих лиц текста и главного героя.

- Дай им характеристику, учитывай и собственное мнение.

- Выскажи свое мнение по прочитанному тексту, поделись этим мнением со своими родителями. Им это будет интересно.

**Развитие читательского интереса у ребенка (рекомендации для родителей)**

- Прививайте ребенку интерес к чтению с раннего возраста.

- Покупайте книги, выбирайте книги яркие по оформлению и интересные по содержанию.

- Формируйте у ребенка привычку ежедневного общения с книгой.

- Обсуждайте прочитанную детскую книгу среди членов своей семьи.

- Рассказывайте ребенку об авторе прочитанной книги.

- Рекомендуйте своему ребенку книги своего детства, делитесь своими детскими впечатлениями от чтения той или иной книги, сопоставляйте ваши и его впечатления.

- Следите за тем, какие книги читают дети, помогайте в выборе книг для чтения.

- Если в руки ребенка попалась какая-нибудь непристойная книга, необходимо объяснить, почему нехорошо или нежелательно читать такие книги.

- Воспитывайте ребенка таким образом, чтобы он всегда советовался с вами, прислушивался к вашим советам по выбору книг.

**Как помочь ребенку приготовить домашнее задание (памятка-рекомендация)**

• Грамотно оформите рабочее место ребенка (стол, стул, лампа, расписание уроков, канцелярские принадлежности) в соответствии с требованиями гигиены ученического труда.

• Учите выполнять домашнее задание только на этом рабочем месте; содержать его в чистоте и порядке.

• Прививайте навык самостоятельного выполнения домашнего задания. Для этого научите ребенка после первичного прочтения выделить основную мысль задания.

• Приучайте ребенка внимательно и аккуратно выполнять домашние задания.

• Нельзя заставлять ребенка многократно переписывать одно и то же задание, так как это может подорвать его интерес к обучению.

• Научите выполнять любое задание с удовольствием.

**Как развить внимание у детей (памятка-рекомендация)**

Внимание - один из самых важных психических процессов, являющихся составной частью результативности учебной деятельности вашего ребенка.

Помогите ребенку развить внимание:

- основа внимания - интерес. Заинтересуйте ребенка разнообразными играми и забавами;

- давая задание, учитывайте круг его интересов и увлечений;

- тренируя внимание, используйте любую возможность: прогулки, поездки, походы;

- в семейном кругу похвалите ребенка за достигнутые результаты;

- используйте специальную литературу, которая поможет вашему ребенку достичь успехов.

**Как выйти из конфликтных ситуаций (советы взрослым от имени ребенка)**

- Не балуйте меня, вы меня этим портите.

- Не бойтесь быть твердым со мной.

- Не полагайтесь на силу в отношениях со мной.

- Не давайте обещаний, которых вы не можете исполнить.

- Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле.

- Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей.

- Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта.

- Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки - смертный грех.

- Не придирайтесь и не ворчите.

- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность.

- Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы.

- Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы.

- Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям.

**Для развития памяти (рекомендации в помощь учащимся)**

- заучивайте учебный материал с желанием знать и запоминать;

- ставьте себе цель запоминать надолго;

- заучивая учебный материал, рисуйте чертежи, схемы, рисунки;

- многократно повторяйте заученное;

- заучивайте небольшими порциями.