Памятки для родителей



Составила: учитель начальных классов МОУ СОШ №1 Казанцева Марина Павловна





- Успехи в учебе зависят от многих важных моментов жизни ученика: полноценный сон, рациональное здоровое питание, позитивное отношение к окружающим людям, стремление к успеху, наличие жизненно важных целей.
- ✓ Помните, что на выполнение домашних заданий не стоит тратить всю жизнь (есть ещё много чего интересного и увлекательного). Возьмите на заметку, что в начальных классах надо укладываться с домашней работой за 1 час.
- ✓ Каждые 45 минут не помешает отдохнуть: потанцевать, поваляться по полу, поупражняться с гантелями. Любящие родители могут поиграть с ребенком в игру "разожми кулачок", нарисовать в воздухе, следя глазами, (причем и одной и другой рукой) знак бесконечности, а ребенку назовите это "ленивой восьмеркой", а можно и цветы полить, и с собакой поиграть.
- ✓ Лучшее время для выполнения домашних заданий: с 15.00 до 18.00. Плотно пообедать надо не меньше, чем за час-полтора до этого, но и голодным садиться за уроки не стоит.
- ✓ С чего же начать? Убрать всё лишнее со стола! Если человек входит в работу легко, но быстро устаёт начинать лучше с самых трудных заданий, если врабатывание растягивается, долго раскачивается начинать лучше со средних заданий, потом уже переходить к сложным. А если совсем никак надо начать с самых простых, чтобы почувствовать успех от быстро и легко выполненного.
- Уважаемые родители, дедушки и бабушки! Помните! Домашнее задание задают вашему ребёнку! Помощь необходима только в том случае, если у ребенка есть некоторые сложности в развитии познавательных навыков. В этом случае неплохо ещё и посоветоваться со специалистом, чтобы не навредить.



Памятка для родителей первоклассников



- Будите ребенка спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку, услышать ласковый голос.
- ✓ Не подгоняйте ребенка с утра, не дергайте по пустякам, не торопите, умение рассчитать время ваша задача.
- ✓ Не отправляйте в школу ребенка без завтрака.
- ✓Ни в коем случае не прощайтесь, предупреждая о чем-то. Пожелайте ребенку удачи, подбодрите его.
- ✓ Забудьте фразу «Что ты сегодня получил?». Встречайте ребенка спокойно, без вопросов, дайте ему расслабиться.
- ✓Если ребенок чересчур возбужден, жаждет поделиться с вами не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, это не займет много времени.
- ∠Если вы видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, он потом сам все расскажет.
- ▶Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор проходил без ребенка. Выслушайте обе стороны это поможет вам яснее понять ситуацию.
- √После школы не торопите ребенка садиться за уроки необходимо 2-3 часа отдыха (1,5 часа сна).
- ✓Во время приготовления уроков не сидите «над душой». Дайте возможность ребенку работать самому.
- ✓ Найдите в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку! Не отвлекайтесь на домашние дела, телевизор и т.д. В этот момент вам должны быть важны его дела и заботы.
- √Выработайте единую тактику общения всех членов семьи с ребенком. Свои разногласия решайте без ребенка.
- ✓Помните, что в течение учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление это первые четыре недели, конец второй четверти, первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти.
- √Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое самочувствие это показатели трудностей в учебе!
- ✓ Даже совсем «большие» дети очень любят сказку перед сном, песенку, ласковое поглаживание. Это успокаивает, помогает снять напряжение, спокойно уснуть.





Памятка для родителей первоклассников



- ✓ Только вместе со школой можно добиться желаемых результатов в воспитании и обучении детей. Учитель ваш первый союзник и друг вашей семьи. Советуйтесь с ним, поддерживайте его авторитет. Замечания о работе учителя высказывайте в школе, на собрании. Нельзя этого делать в присутствии детей.
- ✓ Обязательно посещайте все занятия и собрания для родителей. Если не сможете, сообщите об этом учителю лично или запиской через ребенка.
- ✓ Ежедневно интересуйтесь учебными успехами ребенка (спрашивайте: «Что ты сегодня узнал нового?» вместо традиционного «Какую сегодня получил оценку?»). Радуйтесь успехам, не раздражайтесь из-за каждой неудачи, постигшей ребенка.
- ✓ Регулярно контролируйте выполнение домашнего задания и оказывайте, если сможете, разумную помощь в их выполнении. Помощь и контроль не должны быть муштрой, назойливым морализированием. Главное возбуждать интерес к учению.
- ✓ Проверяя домашнее задание, нацеливайте ребенка на то, чтобы он умел доказывать правильность выполнения задания, приводить свои примеры. Чаще спрашивайте: «Почему?» «Докажи», «А можно ли по-другому?».
- ✓ Содействуйте тому, чтобы ребенок участвовал во всех касающихся его мероприятиях, проводимых в классе, школе.
- ✓ Старайтесь выслушать рассказы ребенка до конца. Поделиться своими переживаниями естественная потребность детей.
- ✓ Обязательно оказывайте посильную помощь школе (классу).





Поможем детям учиться!



□Будите ребенка спокойно; проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать
ласковый голос. Не подгоняйте с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если "вчера предупреждали".
□ Не прощайтесь, предупреждая и наставляя: "смотри, не балуйся", "веди себя хорошо", "чтобы сегодня не было замечаний о твоем поведении" и т.п. Пожелайте ему удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов. У него впереди трудный день.
□ Встречайте ребенка после школы спокойно, не обрушивайте на него тысячу вопросов, дайте расслабиться (вспомните, как вы сами чувствуете себя после тяжелого рабочего дня, многочасового общения с людьми). Если же ребенок чересчур возбужден, если жаждет поделиться чем-то, не отмахивайтесь, не откладывайте на потом, выслушайте, это не займет много времени.
□ Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится и расскажет сам.
□ Лучшее время для домашних занятий с ребенком с 15 до 17 часов - первая смена, с 9 до 11 часов – вторая смена. Занятия вечерами бесполезны, т.к. ребенок уже устал от насыщенного учебного дня.
☐ Не заставляйте делать все задания в один присест, это должно занимать не больше 15-20 минут времени, и только после 20 минутного отдыха можно вернуться к заданию.
□ Во время занятий с ребенком необходимы: спокойный тон, поддержка ("не волнуйся, все получится", "давай разберемся вместе", "я тебе помогу"), похвала (даже, если не очень получается).
□ В общении с ребенком старайтесь избегать условий: "Если ты сделаешь, то". Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.
☐ Будьте внимательны к жалобам ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели утомления, трудности учебы.
□ Имейте ввиду, что все дети любят сказку перед сном, песенку, ласковые слова. Все это
успокаивает их, помогает снять напряжение, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминат перед сном о неприятностях.



Родителям о наказаниях



- ✓Шлепая ребенка, вы учите его бояться вас.
- Проявляя при детях худшие черты своего характера, вы показываете им плохой пример.
- ✓ Телесные наказания требуют от родителей меньше всего ума и способностей, чем любые другие воспитательные меры.
- Шлепки могут только утвердить, но не изменить поведение ребенка.
- ✓ Если вы шлепаете ребенка «под горячую руку», это означает, что вы хуже владеете собой, нежели требуете того от ребенка.
- Задача дисциплинарной техники изменить желания ребенка, а не только его поведение.
- ✓ Очень часто наказание не исправляет поведение, а лишь преображает его. (Наказания вынуждают ребенка опасаться потерять родительскую любовь. Он чувствует себя отверженным и начинает ревновать к брату или сестре, а порой и к родителям. У наказанного ребенка может возникнуть враждебное чувство к родителям. И едва в нем объединятся два чувства - любовь и ненависть, - как сразу возникнет конфликт.)
- Частые наказания побуждают ребенка оставаться инфантильным.
- ✓ Наказание может заставить ребенка привлекать внимание родителей любыми средствами.
- ✓ Нельзя наказывать ребенка до 2,5-3 лет.

Чем заменить наказания?

□Терпением. Это самая большая добродетель, которая только может быть у родителей. **□Объяснением.** Объясните ребенку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратки.

Отвлечением. Постарайтесь предложить вашему ребенку что-нибудь более привлекательное, чем то, что ему хочется.

Пнеторопливостью. Не спешите наказывать сына или дочь - подождите, пока поступок повторится.

Пнаградами. В конце концов, они более эффективны, чем наказание.

Как поддержать самоценность ребенка?

- •Безусловно, принимайте ребенка!
- •Активно и заинтересованно выслушивайте рассказы о его переживаниях и потребностях.
- •Чаще бывайте с ребенком (играйте, читайте, гуляйте и т.п.)
- •Не вмешивайтесь в те его занятия, с которыми он справляется сам.
- •Помогайте, когда он просит.
- •Поддерживайте каждый успех.
- •Делитесь своими чувствами, проявляя доверие к ребенку.
- •Конструктивно решайте конфликты.
- •Используйте в повседневном общении приветливые фразы, ласковые слова.
- •Обнимайте ребенка не менее четырех раз в день.



T.



Как привить интерес к чтению?

Пусть дети видят, как вы сами читаете с удовольствием: цитируйте, смейтесь, заучивайте отрывки, делитесь прочитанным и т.п.	
□ По очереди читайте друг другу рассказы или смешные истории. Развлекайте себя свыместо того, чтобы смотреть телевизор. Поощряйте дружбу ребенка с детьми, котор любят читать.	
□ Показывайте, что вы цените чтение: покупайте книги, дарите их сами и получайте качестве подарков.	В
□ Пусть дети сами выбирают себе книги и журналы (в библиотеке, книжном магазин п.).	е и
□ Почаще спрашивайте мнение детей о книгах, которые они читают.	
□ Поощряйте чтение любых материалов периодической печати: даже гороскопов, комиксов, обзоров телесериалов - пусть дети больше читают.	
□ На видном месте дома повесьте список, где будет отражен прогресс ребенка в чтени (сколько книг прочитано и за какой срок).	ии
□ В доме должна быть детская библиотечка.	
□ Выделите дома специальное место для чтения (укромный уголок с полками и т.п.).	
□ Разгадывайте с детьми кроссворды и дарите их им.	
□ Собирайте книги на темы, которые вдохновят детей еще что-то прочитать об этом (например, книги о динозаврах или космических путешествиях).	
□ Детям лучше читать короткие рассказы, а не большие произведения: тогда у них появляется ощущение законченности и удовлетворения.	
□ Предложите детям до или после просмотра фильма прочитать книгу, по которой поставлен фильм.	
□ Поощряйте чтение детей вслух, когда это только возможно, чтобы развить их навыг уверенность в себе.	ки



Рекомендации родителям по подготовке





- ✔ Особую важность имеет твердо установленное время начала занятий. Благодаря этому вырабатывается привычка, к назначенному часу появляется психологическая готовность и предрасположение к умственной работе, даже теряется интерес к игре, прогулке.
- ✓ При установке часа начала занятий необходимо определить разумное соотношение времени, отводимого на уроки, прогулки, домашние обязанности, чтобы одно не шло в ущерб другому.
- ✔ Необходимо постоянное место для занятий, где все необходимые предметы находятся под рукой. Так вырабатывается привычка к внутренней мобилизации с момента начала занятий и до тех пор, пока не выработалось умение управлять своим поведением, рабочее место должно быть только местом для занятий (ни игр, ни картинок, ни игрушек, ни посторонних книг, ни цветных карандашей и фломастеров, если они не нужны для текущей работы).
- ✓ Если нет возможности выделить постоянное отдельное место, то в определенный час должно быть безусловно выделено, освобождено место для занятий.
- ✓ Важное правило начинать работу немедленно. Чем дольше оттягивается начало работы, тем большее усилие потребуется, чтобы заставить себя приступить к ней. У человека, который систематически начинает работу без промедления, период «втягивания» в работу короткий, дело идет быстрее и эффективнее, а учеба становится источником не только напряженного труда, но и источником удовлетворения.
- ✔ Необходимо наличие перерывов в работе. Нужны единство школьного и домашнего учебного режима, профилактика перегрузок. (Попросите ребёнка показать, какие физминутки он разучил в классе).
- ✔ Работа должна идти в хорошем темпе не более 1 часа во втором классе.
- ✔ Нельзя, чтобы у школьника не было других обязанностей, кроме учёбы. Человек, который в течение дня должен сделать много дел, привыкает ценить время, планировать работу, приступать к ней без проволочек.
- ✓ Приучение ребенка к правильному режиму должно сочетаться с Вашей самодисциплиной, уважением к ребенку, доброжелательностью, заинтересованностью, разумной требовательностью.





дорогих и близких людях.

Как развивать читательский интерес у детей

0	ППрививайте ребенку интерес к чтению с самого раннего детства.
	□Покупая книги, выбирайте книги яркие по оформлению и интересные по содержанию.
	□Систематически читайте ребенку. Это сформирует у него привычку ежедневного общения с книгой.
	□Обсуждайте прочитанную детскую книгу с членами своей семьи.
	□Рассказывайте ребенку об авторе прочитанной книги.
	□Если вы читаете ребенку книгу, старайтесь прервать чтение на самом увлекательном эпизоде.
	□Вспоминая с ребенком содержание ранее прочитанного, намеренно его искажайте, чтобы проверить, как он запомнил текст.
	□Рекомендуйте своему ребенку книги своего детства, делитесь своими детскими впечатлениями от чтения той или иной книги, сопоставляйте ваши и его мнения.
	□Устраивайте дома дискуссии по прочитанным книгам.
	□Покупайте по возможности книги полюбившихся ребенку авторов, оформляйте его личную библиотеку.
	□Воспитывайте бережное отношение к книге, демонстрируя книжные реликвии своей семьи.
	□Дарите ребенку книги с дарственной надписью, теплыми пожеланиями. Спустя



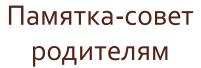
годы это станет счастливым напоминанием о родном доме, его традициях,





Чему необходимо научить ребёнка

- •Любить себя. Пока ребенок не будет ценить собственную жизнь, он не станет деятельным, а значит, не сможет реализовать себя.
- •Интерпретировать поведение. Ребенок попадает в различные жизненные ситуации, в которых он может просто растеряться. Если ребенок научился понимать и объяснять поведение людей, он не будет склонен огорчаться в подобных ситуациях.
- •Ребенка надо учить **объяснять собственное поведение**. Он сможет объяснить, как он вел себя на уроке, хорошо это или плохо, почему это с ним случилось и что при этом чувствует. Тогда он лучше сможет понять, чего от него хотят, что он делает не так и почему с ним это случается.
- •Общаться с помощью слов. Ребенок, который может объяснить, что с ним происходит, словами, помогает другим лучше понять себя и этим снимает многие проблемы и неприятности.
- •Понимать различия между мыслями и действиями. Ребенок не может чувствовать одно, думать о другом, а действовать в третьем. У него детская, чистая коммуникация. Если он о чем-то переживает, надо научить его говорить о своих чувствах, а не переводить их в постоянные мысли, которых он боится или стесняется. Рекомендуется помогать ребенку отреагировать свои негативные эмоции через рассказ, игру, драматизацию, рисунок, пантомиму: «Нарисуй, покажи, расскажи, проиграй, что тебя сейчас тревожит, а потом мы начнем с тобой делать уроки!»
- •Интересоваться и задавать вопросы. Все разговоры о подготовке детей к школе, интересе к учению, познавательных способностях окажутся излишними, если мы перестанем интересоваться и реагировать на замечательные вопросы, которые дети задают себе и окружающим: «Почему солнце не падает с неба?» и т.д.
- •Понимать, что на сложные вопросы нет простых ответов. Ребенок столкнется в жизни с серьезными вопросами, социальными и научными проблемами. Не надо постоянно твердить ему: «Ты еще маленький», «Не твоего это ума дело», «Вырастешь поймешь». Можно приоткрыть завесу и показать, что не на все вопросы есть однозначные ответы. Этим мы будем развивать стереоскопическое, глобальное, а не только черно-белое мышление ребенка.
- •**Не бояться неудач**. Чтобы научиться чему-либо, ребенок не должен бояться ошибок и неудач. Детям надо помочь понять, что на ошибках можно учиться. Тем более нельзя за это унижать и наказывать детей. Ребенок, который боится ошибок и неудач, вырастет неуверенным в себе человеком, настоящим неудачником.
- •Доверять взрослым. Ребенку необходимо доверять взрослым, но доверие разрушается, если родители в угоду ребенку постоянно играют с ним в разные игры и обманывают: «Съешь кашу, станешь большим», «Мама всегда говорит правду», «Папа самый сильный и смелый».
- •Думать самому. Чувство собственной уникальности и способности к выбору жизненно важная часть человеческого существования. Этой способности легко научить, если просто поощрять ребенка в том, чтобы он высказывал свое суждение, не боясь, что его накажут или будут над ним смеяться.







□Завтра, когда Ваш ребенок проснется, скажите ему: «Доброе утро!» и не ждите ответа. Начните день бодро, а не с замечаний и ссор.

- ☐Когда Вы браните ребенка, не употребляйте слов «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты…». Ваш ребенок вообще и всегда хорош, он лишь сегодня сделал что-то не так. Об этом и скажите ему.
- □Не расставайтесь с ребенком в ссоре. Сначала помиритесь, а потом идите по своим делам.
- □Обычно, когда ребенок возвращается из школы, его спрашивают: «Тебя вызывали? Какую отметку получил?» Лучше спросите его: «Что сегодня было интересного?»
- □Старайтесь, чтобы ребенок был привязан к дому, к тем четырем стенам, в которых живет семья. Возвращаясь домой, не забывайте сказать: «А все-таки, как хорошо у нас дома!»
- □Когда Вам хочется сказать ребенку: «Не лги, не ври, не обманывай!», скажите лучше: «Не обманывай», А еще лучше улыбнитесь: «Кажется кто-то говорит неправду».
- □Внушайте ребенку давно известную формулу психического здоровья: «Ты хорош, но не лучше других!».
- □Мы, взрослые, ночью отдыхаем, а ребенок работает, он растет. Когда он встанет, хорошо покормите его перед школой.
- □Когда ребенок выходит из дому, обязательно проводите его до дверей и скажите на дорогу: «Не торопись, будь осторожен». Это надо повторять столько раз, сколько ребенок выходит из дому.
- □Когда сын или дочь возвращаются, встречайте их у дверей. Ребенок должен знать, что Вы рады его возвращению, даже если он провинился.
- □Ни при каких обстоятельствах не заглядывайте в портфель и карман ребенка, даже если вам кажется, что Вы все должны знать о своих детях.
- □Как бы Вы не устали, постарайтесь поменьше жаловаться детям. Жалуясь, Вы учите их жаловаться, а не жалеть. Попытайтесь вызвать жалось у ребенка не к себе, а к другим людям, родным и незнакомым.
- □В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, что они вечно неправы. Эти Вы научите уступать, признавать ошибки и поражения.



10 заповедей для родителей



Ребенок – это праздник, который всегда с Вами!

- 1. Не ждите, что Ваш ребенок будет таким, как Вы, или таким, так Вы хотите. Помогите ему стать не Вами, а собой.
 - 2. Не требуйте от ребенка платы за всё, что Вы для него сделали. Вы дали ему жизнь как он может отблагодарить Вас? Он даст жизнь другому, тот третьему, и это необратимый закон благодарности.
 - 3. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб. Ибо, «что посеешь, то и пожнёшь».
 - 4. Не относитесь к его проблемам свысока. Жизнь дана каждому по силам, и будьте уверены ему она тяжела не меньше, чем Вам, а может быть, и больше, поскольку у него нет опыта.
 - 5. Не унижайте!
 - 6. Не забывайте, что самые важные встречи человека это его встречи с детьми. Обращайте больше внимания на них мы никогда не можем знать, кого мы встречаем в ребёнке.
 - 7. Не казните себя, если не можете сделать что-то для своего ребёнка. Ругайте себя, если можете, но не делаете. Помните: для ребенка сделано недостаточно, если не сделано всё.
 - 8. Ребенок это та драгоценная чаша, которую Жизнь дала Вам на хранение и развитие в нём творческого огня.
 - 9. Умейте любить чужого ребёнка. Никогда не делайте чужому то, что не хотели бы, чтобы сделали Вашему.
 - 10. Любите своего ребёнка любым неталантливым, неудачливым, взрослым. Общаясь с ним, радуйтесь, потому что ребёнок это праздник, который пока с Вами!





Правила хорошего тона во время беседы



Уважаемые родители!

Надеюсь, эти правила этикета, с Вашей помощью, будут усвоены детьми.

Пусть они знают, что во время беседы неприлично:

- ✓ говорить о человеке в его отсутствии;
- ✓выпячивать своё «Я»;
- ✓ шептаться в компании;
- ✓прерывать разговор (если нужно что-то срочно спросить, то следует перед этим извиниться);
- ✓ разговаривать с дальнего расстояния: через стол, через коридор, через улицу;
- ✓ во время беседы смотреть на потолок, в сторону, на часы.



Если ребёнок провинился...



- □ Не принимайтесь за воспитание в плохом настроении.
- □Ясно определите, что Вы хотите от ребёнка (и объясните ему это), а также узнайте, что он думает по этому поводу.
- □Не показывайте готовых решений.
- □Не унижайте ребенка словами типа: «А у тебя вообще голова на плечах есть?»
- □ Не угрожайте: «Если ты ещё раз сделаешь ты у меня получишь».
- □ Не вымогайте обещаний, для ребенка они ничего не значат.
- □Сразу дайте оценку поступку, ошибке и сделайте паузу. Оценивайте поступок, а не личность: не «Ты плохой», а «Ты поступил плохо».
- □После замечания прикоснитесь к ребенку и дайте почувствовать, что Вы ему сочувствуете, верите в него.





Наказывая ребёнка, пожалуйста, помните:



□ Гораздо большей воспитательной силой обладает прощение проступка, а наказани освобождает от мук совести.
□ Правом наказания в семье должен пользоваться один человек, наиболее уважаемый любимый ребёнком.
□ Наказывать следует за проступок, а не потому, что у вас плохое настроение.
□ Не стоит читать длинных нотаций.
□ Не нужно впоследствии напоминать о проступке.
□ Нельзя пугать ребёнка бабой Ягой, милиционером, волком.
□ Не стоит всегда наказывать ребёнка после проступка сразу. Иногда лучше сказать: «Хорошо, я подумаю до завтра, как с тобой поступить».
□ Разговор о проступке следует вести только наедине.

