

10 заповедей для мамы и папы будущего первоклассника.

- **Начинайте «забывать» о том, что Ваш ребенок маленький.**
Давайте ему посильную работу в доме, определите круг обязанностей. Сделайте это мягко: «Какой ты у нас уже большой, мы даже можем доверить тебе помыть посуду» (вымыть пол, вытереть пыль, вынести ведро и т.д.)
- **Определите общие интересы.**
Это могут быть как познавательные интересы (любимые мультфильмы, сказки, игры), так и жизненные (обсуждение семейных проблем).
- **Приобщайте ребенка к экономическим проблемам семьи.**
Постепенно приучайте его сравнивать цены, ориентироваться в семейном бюджете (например, давайте ему деньги на хлеб и на мороженое, комментируя сумму на тот на другой продукт). Ставьте в известность об отсутствии денег в семье, ходите в магазине вместе.
- **Не ругайте, а тем более не оскорбляйте ребенка в присутствии посторонних.**
Уважайте чувства и мнения ребенка. На жалобы со стороны окружающих, даже учителя или воспитателя, отвечайте: «Спасибо, мы дома обязательно поговорим на эту тему».
- **Научите ребенка делиться своими проблемами.**
Обсуждайте с ним конфликтные ситуации, возникшие со сверстниками и взрослыми. Искренне интересуетесь его мнением, только так Вы сможете сформировать у него правильную жизненную позицию.
- **Постоянно говорите с ребенком.**
Развитие речи – залог хорошей учебы. Были в театре (цирке, кино) – пусть расскажет, что ему больше всего понравилось. слушайте внимательно, задавайте вопросы, чтобы ребенок чувствовал, что Вам это действительно интересно.
- **Отвечайте на каждый вопрос ребенка.**
Только в этом случае его познавательный интерес никогда не иссякнет.
- **Постарайтесь хоть иногда смотреть на мир глазами Вашего ребенка.**
Видеть мир глазами другого – основа для взаимопонимания.
- **Чаще хвалите, восхищайтесь Вашим малышом.**
На жалобы о том, что что-то не получается, отвечайте: «Получится обязательно, только нужно еще несколько раз попробовать». И сами верьте, что Ваш ребенок может все, нужно только чуть-чуть помочь. Хвалите улыбкой, словом, лаской и нежностью, а не отделяйтесь такого рода поощрениями, как покупка новой игрушки или сладостей.

- **Не стройте Ваши взаимоотношения с ребенком на запретах.**
Согласитесь, что они не всегда разумны. Всегда объясняйте причины, доводы ваших требований, если возможно, предложите альтернативу. Уважение к ребенку сейчас – фундамент уважительного отношения к Вам в настоящем и будущем.

Если ваш ребенок рассеян...

- **Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть.**
- **Не ругайте ребенка за то, что он рассеян.**
- **Не ставьте рабочий стол ребенка рядом с окном. Уберите с него посторонние предметы. Устраните шумы, способные отвлечь его от интеллектуальной деятельности.**
- **Научите ребенка планировать свою деятельность. При выполнении учебных заданий научите пользоваться алгоритмами (программой действий), и на первых порах помогите их составить.**
- **Поддерживайте четкий распорядок дня.**
- **Используйте зрительные опоры для укрепления устных инструкций, заданий.**
- **Давайте ребенку только одно задание и достаточное количество времени для его выполнения. Во время работы не отвлекайте его.**
- **Научите рассеянного ребенка вязать, шить, вышивать, фотографировать, выжигать и т.п., так как эти виды деятельности способствуют развитию усидчивости и сосредоточенности.**

- **Поручайте рассеянному ребенку ответственные задания, требующие поэтапного достижения цели. В случае необходимости осторожно направляйте его.**
- **Чаще просите выполнить кропотливую работу (перебрать пшено, собрать мозаику из мелких деталей и т.д.)**
- **Поощряйте и хвалите за все виды деятельности, требующие концентрации внимания, усидчивости и сосредоточенности**

Если ваш ребенок лжет...

- **Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть, со всеми его недостатками и достоинствами.**
- **Уча ребенка честности, будьте честны сами. Ребенок должен понимать, что Вы не можете смириться с ложью, и всякая неправда Вам чужда. Даже умолчание для Вас – тоже ложь.**
- **Чем лучше будет ребенок чувствовать себя в Вашем обществе, тем более хорошее представление у него сложится о себе самом, и тем реже у него будет возникать желание солгать.**
- **Чаще хвалите, ободряйте ребенка, поощряйте за хорошие поступки.**
- **Если Вы уверены, что ребенок лжет, постарайтесь вызвать его на откровенность и выяснить причину лжи.**
- **Причинами лжи могут служить следующие проблемы: нужда в похвале или проявлении любви взрослого; попытка скрыть свою вину; попытка избежать наказания; желание выразить свою враждебность тому, кому лжет.**
- **Найдя возможную причину лжи, постарайтесь действовать и помочь ребенку так, чтобы разрешить его проблему.**

- **Не наказывайте ребенка, если он сам сознается во лжи, дав оценку собственному проступку.**
- **сделайте все от вас зависящее, чтобы у ребенка не было заниженной самооценки.**

Если ваш ребенок тревожен и испытывает страхи...

- **Принимайте ребенка таким, какой он есть, давая ему возможность измениться.**
- **Ваш ребенок должен чувствовать стабильность, спокойствие, доброжелательность.**
- **Насыщайте ребенка позитивными эмоциями: чаще смотрите «добрыми глазами», осуществляйте тактильный контакт в соответствии с возрастом ребенка, оказывайте пристальное внимание ему и его проблемам, слушайте ребенка «активно».**
- **Относитесь к страхам и тревогам ребенка с пониманием: не смейтесь, не пытайтесь насильно преодолеть страх.**
- **Запаситесь терпением. Если ничего не помогает, нужно общаться с ребенком так, как если бы он был на несколько лет младше (уровень защиты для ребенка тогда был больше).**

- Удалите из окружения ребенка тревожных и истеричных людей.
- Не рассказывайте ребенку страшные истории не только на ночь, но и днем. Не читайте газетную хронику происшествий. Не смотрите страшные кинофильмы.
- Занимайте ребенка какой-либо деятельностью в течение дня. Если ему нечем заняться, он может вновь возвращаться к своим переживаниям.
- Заранее проигрывайте с ребенком ситуацию, вызывающую тревогу. Разберите ее во всех подробностях, с трудными моментами, тщательно продумайте и прорепетируйте его собственное поведение.
- Объясните ребенку, что собой представляет пугающий объект, как он устроен, «откуда берется».
- Запаситесь терпением, т.к. мгновенных результатов добиться трудно.
- Если страхи у ребенка не проходят и имеют навязчивый характер, прибегните к помощи специалиста.

Если ваш ребенок безволен...

- Любите и принимайте своего ребенка таким, какой он есть.
- Создавайте установки для проявления воли, настойчивости, чаще говорите ребенку о том, что вы уверены в нем, что знаете, что у него все обязательно получится.
- Всегда используйте игры со строгими правилами, так как соблюдение правил в игре способствует проявлению воли.
- Подбирайте занятия, поручения, труд по интересам, желаниям, умениям и возможностям ребенка. Предъявляйте требования адекватные его возможностям.

- **Поощряйте и подчеркнута хвалите за все виды деятельности, требующие усилий воли.**
- **Привлекайте к участию в коллективном труде, давайте задания, сопряженные с ответственностью.**
- **Соблюдайте дозировку работы. Нагрузку увеличивайте постепенно.**
- **Научите ставить цель, планировать свою деятельность, правильно ее выполнять и сличать результат с запланированным.**
- **Обязательно запишите ребенка в спортивную секцию. Спорт – такой вид деятельности, который как нельзя лучше формирует волевые установки.**

Если ваш ребенок гиперактивен...

- **Любите и принимайте ребенка таким, какой он есть.**
- **Четко придерживайтесь режима дня.**
- **Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».**
- **Говорите с ребенком сдержанно, спокойно, мягко.**
- **Организуйте целенаправленную активность через игру. Игра обязательно должна быть со смыслом.**
- **Приобщайте ребенка к организованным подвижным играм, физическим занятиям на свежем воздухе, длительным прогулкам. Это поможет расходовать ему избыточную энергию.**
- **Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с кубиками, раскрашивание и т.п.).**

- **В определенный отрезок времени давайте только одно задание, чтобы он мог его завершить.**
- **Избегайте мест и ситуаций, где собирается много людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках, в ресторанах, оказывает на ребенка чрезмерно стимулирующее действие. Не принимайте у себя большое количество гостей и не ходите с ребенком в шумные компании.**
- **Ограничьте количество беспокойных и шумных приятелей. В играх Вашему ребенку достаточно одного партнера.**
- **В отношениях с ребенком придерживайтесь «позитивной модели». Хвалите его каждый раз, когда он этого заслуживает, подчеркивайте его успехи. Это поможет укрепить уверенность ребенка в собственных силах.**
- **Будьте последовательны в наказаниях и поощрениях ребенка. Если возникла необходимость отчитать, проработать – делайте это не грубо, а взволнованно.**
- **Наказывать гиперактивного ребенка можно только неподвижностью.**
- **Учите ребенка сдерживать «бурлящие» эмоции и постарайтесь не выплескивать свои.**
- **Старайтесь гасить конфликты, в которых замешан Ваш ребенок, в зародыше.**
- **Следите за дисциплиной, устраняйте влияние всепрощающих взрослых.**
- **Ограничьте просмотр остросюжетных телепередач.**