

Рассмотрено на МО социальных педагогов,
классных руководителей 28.05.2021 г.

Рекомендации родителям

Правила эффективного общения взрослого с ребенком.

1. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того чтобы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свой критицизм и видеть позитивную сторону общения с ребенком. Тон, которым вы обращаетесь к ребенку, должен демонстрировать уважение к нему как к личности.
2. Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться. Будьте дружелюбными и не выступайте в роли судьи.
3. Снизьте контроль. Более эффективным оказывается спокойное, отражающее реальность планирование способа действий.
4. Поддерживайте ребенка. Взрослый может поддержать ребенка, признавая его усилия и вклад, равно, как и достижения, а так же демонстрируя, что понимает его переживания, когда дела идут не очень хорошо. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не достигает успеха.
5. Демонстрируйте взаимное уважение.

Профилактика тревожности

1. Общаясь с ребенком, не подрывайте авторитет других значимых для него людей.
2. Будьте последовательны в своих действиях, не запрещайте ребенку без всяких причин то, что вы разрешали раньше.
3. Учитывайте возможности детей, не требуйте от них того, что они не могут выполнить. Если ребенку с трудом дается какой-либо учебный предмет, лучше лишний раз помогите ему и окажите поддержку, а при достижении даже малейших успехов не забудьте похвалить.
4. Доверяйте ребенку, будьте с ним честными и принимайте таким, какой он есть.
5. Если по каким-либо объективным причинам ребенку трудно учиться, выберите для него кружок по душе, чтобы занятия в нем приносили ему радость и он не чувствовал себя ущемленным.

Если родители не удовлетворены поведением и успехами своего ребенка, это еще не повод, чтобы отказать ему в любви и поддержке. Пусть он живет в атмосфере тепла и доверия, и тогда проявятся все его многочисленные таланты.

Шпаргалка для взрослых или правила работы с тревожными детьми

1. Избегайте состязаний и каких-либо видов работ, учитывающих скорость.
2. Не сравнивайте ребенка с окружающими.
3. Чаще используйте телесный контакт, упражнения на релаксацию.
4. Способствуйте повышению самооценки ребенка, чаще хвалите его, но так, чтобы он знал, за что.

6. Демонстрируете образцы уверенного поведения, будьте во всем примером ребенку.
7. Не предъявляйте к ребенку завышенных требований.
8. Будьте последовательны в воспитании ребенка.
9. Старайтесь делать ребенку как можно меньше замечаний.
10. Используйте наказание лишь в крайних случаях.
11. Не унижайте ребенка, наказывая его.

Психологические рекомендации родителям первоклассников.

1. Будьте ребенком спокойно. Проснувшись, он должен увидеть вашу улыбку и услышать ласковый голос. Не подгоняйте его с утра, не дергайте по пустякам, не укоряйте за ошибки и оплошности, даже если вчера предупреждали.

2. Не торопите. Умение рассчитать время — ваша задача, и, если она вам плохо удается - это не вина ребенка.

3. Не отправляйте ребенка в школу без завтрака, до школьного завтрака ему придется много поработать.

4. Ни в коем случае не предупреждайте на прощание: «Смотри, не балуйся!», «Веди себя хорошо!», «Чтобы сегодня не было плохих отметок!»... Пожелайте ребенку удачи, подбодрите, найдите несколько ласковых слов: у него впереди трудный день.

5. Забудьте фразу: «Что ты сегодня получил?» 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: это не займет много времени.

6. Если видите, что ребенок огорчен, но молчит, не допытывайтесь, пусть успокоится, тогда и расскажет все сам.

7. Выслушав замечания учителя, не торопитесь устраивать ребенку взбучку. Постарайтесь, чтобы ваш разговор с учителем происходил наедине. Кстати, всегда нелишне выслушать обе стороны и не торопиться с выводами.

8. После школы не торопитесь сажать ребенка за уроки, надо два- три часа отдохнуть (а в первом классе хорошо бы часа полтора поспать) для восстановления сил. Лучшее время для приготовления уроков - с 15 до 17 часов.

9. Не заставляйте первоклассника делать все уроки за один присест, после 15-20 минут занятий необходимы 10-15 минутные "переменки", лучше, если они будут подвижными.

10. Во время приготовления уроков не сидите у малыша над душой, дайте ему возможность работать самому, но, если нужна ваша помощь, наберитесь терпения. Спокойный тон, поддержка («Не волнуйся, все

получится!», «Давай разберемся вместе!», «Я тебе помогу!»), похвала (даже если не очень получается)- необходимы.

11. В общении с ребенком старайтесь избегать условий: «Если ты сделаешь, то...». Порой условия становятся невыполнимыми вне зависимости от ребенка, и вы можете оказаться в очень сложной ситуации.

12. Постарайтесь найти в течение дня хотя бы полчаса, когда вы будете принадлежать только ребенку, не отвлекаясь на домашние заботы, телевизор, общение с другими членами семьи. В этот момент важнее всего для вас должны стоять его дела, заботы, радости и неудачи.

13. Выработайте единую тактику в семье, свои разногласия по поводу педагогических приемов решайте без ребенка. Если что-то не получается, посоветуйтесь с учителем, врачом, психологом, просматривайте литературу для родителей: там вы найдете много полезного.

14. Во время учебного года есть критические периоды, когда учиться сложнее, быстрее наступает утомление, снижена работоспособность. Это первые 4-6 недель для первоклассников (3-4 недели для учащихся 2-4 классов), конец второй четверти (примерно с 15 декабря), первая неделя после зимних каникул, середина третьей четверти. В это время надо быть особенно внимательными к состоянию ребенка.

15. Не отмахивайтесь от жалоб ребенка на головную боль, усталость, плохое состояние. Чаще всего это объективные показатели трудности учебы.

16. Учтите, что даже «совсем большие» дети (мы часто говорим: «Ты уже большой!» 7-8 летнему ребенку) очень любят сказку перед сном, песенку и ласковое поглаживание. Все это успокаивает их, помогает снять напряжение, накопившееся за день, спокойно уснуть. Старайтесь не вспоминать перед сном неприятности, не выяснять отношения, не обсуждать завтрашнюю контрольную.

Завтра новый учебный день и вы должны сделать все, чтобы ребенок был спокойным, добрым и радостным. При желании можно прожить его без нервозности и нотаций.

Рекомендации родителям по профилактике агрессивного поведения ребёнка.

1. Установить режим дня в соответствие с индивидуальными психологическими особенностями ребёнка, (время сна, подготовка уроков, сбор в школу, отдых, прогулки, секции, кружки)

2. Утомляемому ребёнку целесообразно сесть за уроки после продолжительной прогулки.

3. Заранее чётко определить и оговорить распорядок той или иной деятельности.

4. Первое время контролировать, но не забывать и о развитие самоконтроля, при выполнении домашнего задания.

5. Провести беседу с ребёнком и объяснить ему, что учёба- это его одна из основных обязанностей, и достаточно приятных, ведь он будет

постоянно узнавать что-то новое, научиться делать много интересных вещей, найдёт хороших друзей ит.д. Но одновременно это и труд, придётся воспитывать себя, делать вещи, которые не очень нравятся. Но без которых не обойтись.

6. Определить время взаимодействия при выполнении домашнего задания. Вам надо договориться, что он делает полностью самостоятельно и сам проверяет, а что делает в вашем присутствии, при вашем участии, и что проверяете вы.

7. Запрет на все фильмы, игры с агрессивными сценами.

8. Взаимопонимание - это залог профилактики агрессивного поведения у детей.