

## Памятка для родителей

Если Ваш ребенок с проявлениями агрессивности, то:



1. Необходимо быть последовательными в воспитании ребенка.

2. Стараться быть внимательными к нуждам ребенка.

3. Стараться вводить меньше запретов и не

повышать голос на ребенка, помнить, что это самые неэффективные способы для преодоления агрессивности.

4. Все вводимые вами запреты должны высказываться в тактичной форме.

5. Давать возможность ребенку выплескивать свой гнев, смещая его на другие объекты.

6. Показывать ребенку личный пример эффективного поведения (чаще демонстрировать ребенку свое доброжелательное, положительное отношение к окружающим).

7. Стараться не допускать при ребенке вспышек собственного гнева; если вы все же в гневе – старайтесь не прикасаться к ребенку, лучше всего уйти в другую комнату.

8. Наказывать ребенка можно только за конкретные поступки, наказания не должны унижать ребенка.

9. Не нужно стесняться лишний раз пожалеть, приласкать ребенка, он должен чувствовать, что вы любите и принимаете его.

10. Ограничивайте просмотр телепередач.

11. Заведите дома животное. Посещайте выставки животных, цирковые представления с их участием.

12. Не покупайте игрушки, вызывающие агрессию.



## Памятка для родителей

### Если Ваш ребенок с проявлениями гиперактивности, то:

1. В своих отношениях с ребенком придерживайтесь “позитивной модели”. Чаще поддерживайте его успехи. Это поможет ребенку укрепить уверенность в своих силах.
2. Когда вы отдаете распоряжения, вы можете их формулировать следующим образом: “ Мне нужна помощь. Пожалуйста, убери обувь от двери”. Ключевым моментом в данной ситуации является просьба о помощи.
3. Избегайте частых повторений слов “нет”, “нельзя”.
4. Говорите сдержанно, спокойно и мягко.
5. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он не был перегружен слишком большим количеством распоряжений.
6. Для подкрепления устных конструкций используйте зрительную стимуляцию.
7. Поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания.
8. Поддерживайте дома четкий распорядок дня (дети чувствуют себя в безопасности, если имеют дело с многократно повторяющимися действиями).
9. По возможности избегайте скопления людей (это оказывает на ребенка чрезвычайно стимулирующее действие).
10. Во время игр ограничивайте ребенка лишь одним партнером. Избегайте беспокойных шумных приятелей.
11. Оберегайте ребенка от переутомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
12. Давайте ребенку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна ежедневная физическая активность на свежем воздухе, длительные прогулки, бег, спортивные занятия.
13. Чаще берите своего ребенка на руки, сажайте на колени, обнимайте его, поглаживайте по голове, спине.
14. Ограничивайте употребление ребенком сладостей, это приводит к его перевозбуждению.

## Памятка для родителей

Если Ваш ребенок с проявлениями замкнутости, то:

1. Не принуждайте ребёнка к общению.
2. Старайтесь не делать за ребёнка то, что он может сделать сам, и не пытайтесь общаться “за ребёнка”
3. Введите максимально щадящий режим в сферах неуспеха ребёнка; не раздражайтесь на то, что ваш ребёнок отказывается от общения.
4. Не сравнивайте ребёнка с другими детьми. Лучше сравните его с самим собой (“сегодня у тебя получилось лучше, чем вчера”)
5. Старайтесь быть примером эффективно общающегося человека.
6. Привлекайте ребёнка к “вынужденному” общению: попросите сделать покупку, узнать, который час и т.д.
7. Если ребёнок захотел пообщаться с вами, постарайтесь отложить все свои дела и поддержите это желание.
8. Заведите дома животное. Посещайте выставки животных, цирковые представления с их участием.
9. Будьте снисходительны к ошибкам своего ребёнка.

## **Памятка для родителей**

### **Если Вы воспитываете мальчика, то Вам необходимо знать:**

1. Кровеносные сосуды мальчиков менее эластичны, поэтому при кровотечениях у мальчиков, им нужна экстренная помощь.
2. Тазовые кости мальчиков расположены выше, чем у девочек. Поэтому им труднее сохранять равновесие. При выполнении упражнений на ограниченной возвышенной поверхности мальчиков необходимо страховать.
3. У мальчиков хорошо развита крупная моторика, а мелкая недостаточно. Поэтому мальчикам необходимо как можно чаще предлагать упражнения и задания на развития мелкой моторики рук (штриховка, рисование, лепка, конструирование, аппликация и т.д.).
4. Мальчики не так быстро включаются в деятельность, но работоспособность сохраняют более длительное время.
5. Общаются мальчики для того, чтобы получить новые знания.
6. В душе мальчики исследователи, находящиеся в постоянном поиске, способные ради нового оставить старое, долго одним и тем же им заниматься тяжело.
7. Очень большое значение для мальчиков имеет мнение группы, особенно того же пола. Поэтому, чтобы сподвигнуть мальчика на какой-то поступок или дело, нужно отметить, что это очень поднимет его авторитет в глазах друзей – мальчиков.
8. В любых видах соревнований для мальчика очень важно быть первым.
9. Агрессия мальчика, как правило, направлена вовне, на других. Возможность невротизации мальчиков в полтора раза выше, чем у девочек. Поэтому в процессе воспитания мальчиков необходимо стараться уменьшать количество невротизирующих ситуаций.

## **Памятка для родителей**

### **Если Вы воспитываете девочку, то Вам необходимо знать:**

1. У девочек темп развития выше, они быстрее созревают.
2. У девочек слабые связки, хрящи быстрее, чем у мальчиков заменяются костью. Поэтому их больше надо страховать при выполнении упражнений, развитии двигательных навыков.
3. Девочки быстро включаются в деятельность, но пик работоспособности наступает раньше, чем у мальчиков.
4. Девочки быстрее эмоционально утомляются, часто именно это является причиной их капризов.
5. При возможности выбора девочки предпочитают знакомую, хорошо освоенную деятельность.
6. В общении девочки больше ориентированы на взрослого, его мнение для них очень важно. Общаются девочки ради общения.
7. В любых видах соревнований самое главное для девочки не быть последней.
8. Девочки более целеустремленны, более упрямы в достижении цели. Но чаще бывают непоследовательными.
9. Чаще агрессия девочки направлена внутрь (аутоагрессия – ребёнок грызёт ногти, сосёт пальцы и т.д.). Помочь им может только любовь и ласка.

## Памятка для родителей

### “Правила позитивного общения с ребёнком”

1. Тон голоса и выражение лица должны быть доброжелательными!
2. Как можно меньше употреблять слово “нельзя” и частицу “не”!
3. Всегда стараться выслушивать и понимать детей!
4. Стараться объяснить, а не просто предъявлять требования!
5. Предлагать ребёнку варианты и обозначать перспективу!
6. Как можно чаще высказывать эмоциональное одобрение, хвалить!
7. Оценивать поступки ребёнка. А не его самого!
8. Помнить о том, что от нас ребёнку просто нужно как можно больше телесных контактов: обнять, погладить, прижать, приласкать, посадить на колени.
9. Проявлять к ребёнку как можно больше терпимости и любви!

## Памятка для родителей

### “Как помочь ребёнку поддерживать дружеские отношения с детьми”

1. Настраивайте ребёнка на положительное общение со сверстниками, выражайте уверенность в том, сын или дочь смогут поиграть не поссорившись.
2. Постоянно пополняйте словарь детей словами и выражениями, которые помогут им вступать в контакт со сверстниками: “Давай играть вместе”, “Пожалуйста, ходи первым”, “Будь добр, уступи мне” и т.д.
3. В процессе игры или общения детей интересуйтесь “как идут дела” (если Вы рядом).
4. Оценивая ребёнка, делайте акцент на его поступках, а не на личности. Правильно сказать не “ты плохой – обидел Марину!”, а “ты поступил нехорошо – обидел Марину, попробуй исправить свою ошибку!”
5. Обязательно спрашивайте у ребёнка, какие чувства и ощущения у него остались после встречи с другом. Заострите внимание на эмоционально– положительных моментах общения.
6. Чаще играйте, что-то делайте вместе с ребёнком. Ставьте себя в роль ведущего и ведомого. Полученные навыки такого общения с Вами очень пригодятся ребёнку во взаимоотношениях с детьми.
7. Обращайте внимание на дружеские взаимоотношения героев произведений художественной литературы, обсуждайте особо яркие моменты.
8. Будьте настоящим, верным другом своему ребёнку! Только тогда он по-настоящему научится ценить дружбу и дорожить ею!