**Статья**

**Как воспитать счастливого, умного, здорового ребенка?**

 *«Взрослые, навязывая детям свои установки, тормозят тем самым их естественное развитие».*

***Мария Монтессори***

**Постулаты от Марии Монтессори:**

Если ребенка часто критикуют – он учится осуждать.

Если ребенка часто хвалят – он учится оценивать.

Если ребенку демонстрируют враждебность - он учится драться.

Если с ребенком обычно честны – он учится справедливости.

Если ребенка часто высмеивают – он учится быть робким.

Если ребенок часто живет с чувством безопасности – он учится верить.

Если ребенка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым.

Если ребенка часто одобряют – он учится хорошо к себе относиться.

Если к ребенку часто бывают снисходительны – он учится быть терпеливым.

Если ребенка часто подбадривают – он учится уверенности в себе.

Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь.

 На психику и поведение ребенка могут влиять разнообразные явления окружающей жизни, в том числе и негативные. Было замечено, что тревожные дети вырастают у тревожных матерей; честолюбивые родители зачастую просто подавляют своих детей. В итоге у них появляется комплекс неполноценности.

 Грубость, неуважение, раздражительность так же перенимаются детьми, как и доброжелательность. Нельзя вымещать на ребенке, свое плохое настроение. Дети не могут не знать о тех трудностях, с которыми сталкиваются родители вне семьи, но это не значит, что свои взрослые проблемы можно перекладывать на плечи ребенка, создавать гнетущую атмосферу в доме.

Часто ли в вашей семье звучат ласковые слова по отношению друг к другу, к детям, сколько раз в течение дня вы обратились к ребенку с выражением любви, расположения, удовлетворения его поступками, делами и сколько раз выражали свое неудовольствие, раздражение? Преобладание того или другого и определяет стиль отношений в семье и то, как будут развиваться качества личности, которые вы хотели бы воспитать у вашего ребенка: доброжелательность, оптимизм, способность к состраданию, сочувствию.

 Родители часто задаются вопросом, как воспитывать детей так, чтобы они выросли самостоятельными, ответственными, умными и счастливыми людьми. Наверное, каждый родитель именно таким хочет видеть своего ребёнка. Вот наиболее важные и основополагающие подходы, которые можно использовать каждый день в общении с ребёнком. Эти, на первый взгляд, простые правила помогут выстроить с ребёнком доверительные отношения. И неважно, сколько вашему ребёнку лет.

**5 правил воспитания счастливого ребенка:**

1. Любите своего ребенка!

Общайтесь с ним и постоянно показывайте своими словами и жестами, что вы его слышите и понимаете. Поддерживая разговор, говорите ему «Да», «А что потом?» и т.д. Старайтесь всё подробно объяснять. Несмотря на то, что иногда дети демонстрируют равнодушие, эти объяснения очень помогают ему. Обиднее всего для детей, когда родители что-то запрещают без объяснений, дескать, так надо и всё. Старайтесь избегать слов: «Ты ещё маленький, и поэтому ничего не понимаешь». Не жалейте времени на объяснения – это бесценный вклад в развитие самооценки и интеллекта ребенка.

2. Научите выражать свои чувства

Детские психологи советуют учить ребенка выражать свои чувства, чтобы он не боялся их, когда он станет большим, и понимал чувства других людей. Старайтесь видеть чувства ребенка по выражению его лица и жестикуляции, даже когда он скрывает их. Дайте вашему чаду ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Дети, которые имеют постоянное поручение по дому, ощущают себя важной частью семьи и испытывают чувство удовлетворения, выполняя свои обязанности.

 3. Одобряйте и хвалите ребенка даже за небольшие успехи

Его упорство и успехи сделать что-то самостоятельно важнее результатов. Очень часто бывает так, что хорошее родители принимают как само собой разумеющееся. Позвольте детям совершать ошибки. Это необходимо, чтобы они чему-то научились. Разные повседневные ошибки необходимы ребенку для активного обучения и развития. Если вы рассержены на ребенка, оценивайте его поступок, а не его личность. Наказание должно быть справедливо и назначено за какое-то конкретное дело. Важно, чтобы ребенок понимал, за что вы его лишаете чего-то. Обязательно похвалите, если увидите, что он исправился. Но никогда не наказывайте физически. Подзатыльники, шлепки, ремень и прочие действия такого рода унижают детей, заставляют чувствовать себя маленьким, беспомощным и ничтожным, что повлияет на дальнейшую взрослую жизнь.

4. Учите детей говорить «нет»

Объясните ребенку, что существуют предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Однако это не позволяет ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Такие дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать «нет», когда на них оказывают давление. Объясните ребенку, что в определенных ситуациях каждый имеет право высказать свое собственное мнение.

5. Смейтесь, веселитесь с ребенком!

Не бойтесь брать его в разные места и наслаждаться новыми впечатлениями! Дети будут помнить детство всю жизнь – постарайтесь, чтобы это были приятные воспоминания, полные радости и любви, достойные того, чтобы о них помнили.

Детство самая замечательная пора. Когда мы вырастаем, то в наших воспоминаниях остаются только самые яркие моменты. У вас есть возможность стать частью этих ярких воспоминаний. Сделайте это вместе с вашим ребёнком,
чтобы его воспоминания о детстве были счастливыми!

Итак, вот эти - **Яркие воспоминания, которые обязательно нужно подарить ребенку, чтобы сделать его счастливым**

Пускать солнечные зайчики.

Наблюдать, как прорастают семена.

Вместе скатиться с высокой ледяной горы.

Принести с мороза и поставить в воду ветку.

Вырезать челюсти из апельсиновых корок.

Смотреть на звезды.

Заштриховывать монетки и листья, спрятанные под бумагой.

Трясти карандаш, чтобы казалось, что он стал гибким.

Дырявить льдинки под струей воды.

Приготовить жженый сахар в ложке.

Вырезать гирлянды бумажных человечков.

Показывать театр теней.

Пускать блинчики на воде.

Рисовать мультфильм на полях тетради.

Устроить жилище в коробке от холодильника.

Плести венки.

Делать извержение вулкана из лимонной кислоты и соды.

Показать фокус с наэлектризованными бумажными фигурками.

Писать под копирку.

Сделать брызгалки из бутылок и устроить сражение.

Слушать пение птиц.

Пускать щепки по течению, рыть каналы и делать запруды.

Построить шалаш.

Трясти ветку дерева, когда ребенок стоит под ней и устраивать листопад (снегопад, дождик).

Наблюдать восход и закат.

Любоваться лунной дорожкой.

Смотреть на облака и придумывать, на что они похожи.

Сделать флюгер и ловушку для ветра.

Светить в темноте фонариком.

Делать осьминогов из одуванчиков и куколок из шиповника.

Сходить на рыбалку.

Оставлять отпечатки тела на снегу.

Кормить птиц.

Делать секретики.

Строить дом из мебели.

Сидеть у костра. Жарить хлеб на прутике.

Запускать воздушного змея.

Крутить ребенка за руки.

Построить замок из песка. Закапываться в песок. Вырыть глубокий колодец, чтобы достать до воды.

Сидеть в темноте, при свечах.

Делать чертиков из намыленных волос.

Дуть в пустую бутылку.

Повторять одно слово много раз, чтобы оно превратилось в другое.

Издавать победный крик каманчей.

Удивляться своей гигантской тени и играть с тенями в догонялки.

Прыгнуть в центр лужи.

Делать записи молоком.

Устроить бурю в стакане воды.

Закопать сокровище в тарелке с кашей.

Объясняться знаками.

Сделать носики из крылаток клена, ордена из репейника, сережки из черешен.

Дуть на пушинку.

Оставить травинку в муравейнике и потом попробовать муравьиную кислоту.

Есть заячью капусту, сосать смолу, слизывать березовый сок и кленовый сироп, жевать травинки.

Выдавливать формочками печенье.

Нанизывать ягоды на травинку.

Играть в циклопов.

Петь хором.

Починить любимую игрушку.

Пускать мыльные пузыри.

Наряжать елку.

Свистеть через стручок акации.

Смастерить кукольный домик.

Залезть на дерево.

Играть в привидений.

Придумывать маскарадные костюмы и наряжаться.

Говорить о мечтах.

Стучать в самодельный барабан.

Выпустить в небо воздушный шар.

Организовать детский праздник.

Смотреть на мир через цветные стеклышки.

Рисовать на запотевшем стекле.

Прыгать в кучи осенней листвы.

Начать обед с десерта.

Надеть на ребенка свою одежду.

Кататься на великах/коньках/роликах.

Ловить рыб в пересыхающем озере и относить в большой водоем.

Поджигать листву и делать много дыма.

Поджигать пух.

Делать мечи из ветвей и крышек от банок / из алюминиевых профилей.

Катать шины, кто быстрее.

Делать башню из шин.

Тушить пожар.

Тушить пожар и потушить.

Делать рогатки.

Ездить на море.

Сделать прыгалку и прыгать в воду.

Разбирать электроприборы.

Бегать под дождем.

Поехать куда-нибудь на поезде.

Жить в палатке.

Путешествовать.

Семейное воспитание – это процесс взаимодействий родителей и детей, который непременно должен доставлять удовольствие, как той, так и другой стороне.

 Все, что ребенок приобрел в семье в детские годы, сохранит он на всю оставшуюся жизнь.

**Список использованной литературы:**

1.Немов Р.С.. Психология. - М. 1995

2.Андреева Г.М., Богомолова Н.Н., Петровская Л.А. Зарубежная социальная психология ХХ столетия: Теоретические подходы: Учеб. пособие для вузов. - М.: Аспект Пресс, 2002

3.Монтессори М. Дом ребёнка. Метод научной педагогики. — М.: Задруга, 1913

4.Ожегов С. И., Шведова Н. Ю. Толковый словарь русского языка: 80 000 слов и фразеологических выражений / Российская академия наук. Институт русского языка им. В. В. Виноградова. — 4-е изд., дополненное. — М.: Азбуковник, 1999

5.Монтессори М. «Помоги мне это сделать самому». Сб. Сост. М. В. Богуславский, Г. Б. Корнетов. — М.: ИД «Карапуз», 2000.