Забота родителей о физическом и гигиеническом воспитании

**Памятка по сохранению здоровья детей**

Уважаемые мамы и папы! Помните!

Самое главное - сохранить физическое и психическое здоровье ребёнка.

                  Разговаривайте со своим ребёнком о необходимости беречь собственное здоровье.

                  Личным примером  демонстрируйте своему ребёнку уважительное отношение к своему здоровью.

                  Не позволяйте ему выполнять режим дня от случая к случаю.

                  Если ребёнок болен, но протекание болезни позволяет ему делать зарядку и он этого хочет - не препятствуйте ему.

                  Посещайте вместе с ним спортивные мероприятия и праздники, особенно детские.

                  Бывайте вместе с ним на воздухе, участвуйте в его играх и забавах.

                  Дарите ребёнку подарки, которые будут способствовать сохранению его здоровья.

                  Не смейтесь над ребёнком, если он выполняет какое-то упражнение не так.

                  Приветствуйте его общение со сверстниками, которые занимаются спортом.

                  Не ждите, что здоровье само придёт к вам. Идите вместе со своим ребёнком ему навстречу!

Роль семьи в формировании личности ребёнка

**Тест - игра "Какой вы родитель?"**

**Говорите ли вы ребёнку следующие фразы?**

     1. Сколько раз тебе повторять?

     2. Посоветуй мне пожалуйста.

     3. Не знаю, что бы я без тебя делала!

     4. И в кого ты такой уродился?

     5. Какие у тебя замечательные друзья!

     6. Ну, на кого ты похож?!

     7. Вот я в твоё время...

     8. Ты моя опора и помощник!

     9. Ну что за друзья у тебя?

     10. О чём ты только думаешь?

     11. Какой ты у меня умница!

     12. А как ты считаешь, сынок (доченька)?

     13. У всех дети, как дети, а ты...

     14. Какой ты у меня сообразительный!

**Правильные ответы:** 1, 4, 6, 7, 9, 10, 13 - "нет";

2, 3, 5, 8, 11, 12, 14 - "да"

**Результаты теста:**

     1. Если Вы верно ответили практически на все вопросы, вы живёте с ребёнком душа в душу. Он искренне любит и уважает Вас. Ваши отношения способствуют становлению его личности.

     2. Если Вы допустили 3-5 неверных ответов, вы непоследовательны в общении с ребёнком. Он уважает Вас, хотя и не всегда с вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

     3. Если Вы допустили 6 - 10 неверных ответов, Вам необходимо быть к ребёнку повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но, согласитесь, авторитет не заменит любви. Развитие Вашего ребёнка зависит от случая в большей степени, чем от Вас.

     4. Если Вы допустили 11 - 14 неправильных ответов, Вы сами чувствуете, что идёте по неверному пути. Между Вами и ребёнком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять ему побольше внимания, прислушайтесь к его словам.

**Мой ребёнок становится трудным**

**Памятка родителям по предупреждению детской агрессивности**

                  Постарайтесь сохранить в своей семье атмосферу открытости и доверия

                  Не давайте свому ребёнку несбыточных обещаний, не вселяйте в его душу несбыточных надежд

                  Не ставьте своему ребёнку каких бы то ни было условий

                  Будьте тактичны в проявлении мер воздействия на ребёнка

                  Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе

                  Не изменяйте своим требованиям по отношению к ребёнку в угоду чему-либо

                  Не шантажируйте своими отношениями друг с другом

                  Не бойтесь поделиться со своим ребёнком своими чувствами и слабостями

                  Не ставьте свои отношения с собственным ребёнком в зависимости от его учебных успехов

                  Помните, что ребёнок - это воплощённая возможность! Воспользуйтесь ею так, чтобы эта возможность была реализована в полной мере!

   Для преодоления детской агрессии в педагогическом арсенале родители должны иметь: внимание, сочувствие, терпение, требовательность, честность, открытость, честность, открытость, обязательность, доброту, ласку, заботу, доверие, понимание, чувство юмора, ответственность, такт.