*10 заповедей для родителей*

* Не жди, что твой ребёнок будет таким, как ты. Или таким, как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
* Не думай, что ребёнок твой: он Божий.
* Не требуй от ребёнка платы за всё, что ты дела­ешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагода­рить тебя? Он даст жизнь другому, тот — третье­му: это необратимый закон благодарности.
* Не вымещай на ребёнке свои обиды, чтобы в ста­рости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и пожнешь.
* Не относись к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, и будь уверен, ему его ноша тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может, и больше. Потому что у него ещё нет при­вычки.
* Не унижай!
* Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребёнка, мучь — если можешь и не делаешь.
* Помни (перефразируя одного человека, сказавшего это об отечестве): для ребёнка сделано недоста­точно, если не сделано всё.
* Умей любить чужого ребёнка. Никогда не делай чужому ребенку то, чего не хотел бы, чтобы дру­гие сделали твоему.
* Люби своего ребёнка любым: неталантливым, не­удачливым, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, по­тому что ребёнок — это праздник, который пока с тобой.

**Делайте!**

**■** Радуйтесь вашему ребенку.

■ Разговаривайте с вашим малышом заботливым, успокаивающим, ободряющим тоном.

■ Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.

■ Установите четкие и жесткие требования к ре­бенку.

■ В разговоре с ребенком называйте как можно больше предметов.

■ Ваши объяснения должны быть простыми и по­нятными.

■ Будьте терпеливы.

■ Говорите медленно.

■ Спрашивайте «Что?» и «Почему?»

■ Поощряйте в ребенке желание задавать вопросы.

■ Если ребенок не умеет еще читать или читает пло­хо, каждый день читайте ему.

■ Не скупитесь на похвалу или поцелуй.

■ Поощряйте любопытство и воображение вашего ребенка.

■ Поощряйте игры с другими детьми.

■ Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления, о которых он мог бы рассказать.

■ Старайтесь, чтобы малыш вместе с вами готовил обед, гуляйте с ним, играйте, пусть он помогает вам ухаживать за цветами, вешать полки и т. д.

■ Приобретите пластинки или кассеты с записями любимых песен, стихов, сказок ребенка: пусть он слушает их снова и снова.

■ Помогите ребенку выучить его имя, фамилию, ад­рес, домашний телефон, день рождения, а также сведения о маме, папе, бабушке, дедушке, сестрах

и братьях.

■ Старайтесь проявлять интерес к тому, что нравится делать ребенку.

■ Будьте примером для малыша: пусть он видит, какое удовольствие вы получаете от чтения газет, журналов, книг.

■ Не теряйте чувство юмора.

■ Играйте с ребенком в разные игры. Проблемы отцов и детей не существует там, где родители и дети дружат и чем-то занимаются вместе.

**Не делайте!**

**■** Не перебивайте ребенка, не говорите, что вы все поняли, не отворачивайтесь, пока малыш не за­кончил рассказывать, — другими словами, не дайте ему заподозрить, что вас мало интересует то, о чем он говорит.

■Не задавайте слишком много вопросов.

■ Не принуждайте делать ребенка то, к чему он не

готов.

■ Не заставляйте ребенка делать что-нибудь, если он вертится, устал, расстроен, займитесь чем-то другим.

■ Не требуйте сразу слишком многого: пройдет не­мало времени, прежде чем малыш приучится са­мостоятельно наводить порядок. Не следует постоянно поправлять ребенка, то и дело повторяя: «Не так! Переделай это!» Не говорите: «Нет, она не красная». Лучше ска­жите: «Она синяя».

■ Не надо критиковать ребенка с глазу на глаз, тем более не следует делать этого в присутствии дру­гих людей.

■ Не надо устанавливать для ребенка слишком мно­го правил: он перестанет обращать на них вни­мание.

■ Не перестарайтесь, доставляя ребенку слишком много стимулов или впечатлений: игрушек, поез­док и т. д.

■ Не ожидайте от ребенка дошкольного и младшего школьного возраста понимания всех логических связей, абстрактных рассуждений и объяснений.

■ Не проявляйте повышенного беспокойства по по­воду каждой перемены в ребенке: небольшого продвижения вперед или, наоборот, некоторого регресса.

■ Не сравнивайте малыша с другими детьми: ни с его братом или сестрой, ни с соседскими ребята­ми, ни с его приятелями или родственниками.

#### Памятка для родителей

«Ничего не может быть

Страшнее, как потерять зрение:

Это невыразимая обида, она

Отнимает у человека девять

Десятых мира»

М. Горький.

- Больше разговаривайте со своим ребенком, рассказывайте, что вы в данный момент делаете. Следите за тем, чтобы каждое ваше слово было связано с каким-то предметом, действием или явлением окружающей действительности, которые вы можете наглядно продемонстрировать.

- Вас не должно удивлять, что приходится повторять обращенные к ребенку слова, просьбы. Это связано с неустойчивостью внимания, свойственной детям с нарушением зрения. Учите своего ребенка внимательно и до конца выслушивать взрослого и отвечать на его вопросы.

- Воспитывайте у своего ребенка привычку выполнять различные действия в определенной последовательности. Приобретенные навыки практической деятельности автоматизируются.

- Все, что вы делаете вместе, проговаривайте. Задавайте такие вопросы: «Что ты сейчас делаешь?», « Как называется этот предмет?», « Для чего он нужен?».

- Учите ребенка обследовать окружающие предметы не только с помощью зрения, но и осязания. *( Т. е. на ощупь)*

- Обследование всех предметов проводите с ребенком от основных частей к деталям.

- Обращайте внимание на разные признаки и качества предметов *(цвет, форма, величина, особенности строения, материал)*

- Упражняйте ребенка в различении предметов по величине. Совместное с ребенком обследование этих предметов сопровождайте объяснениями: « этот мяч большой, а этот маленький »

- Учите ребенка ориентироваться на собственном теле. Он должен знать название частей своего тела и их расположение.

- Научите ребенка ориентироваться в микропространстве *(на поверхности стола)* предложите ребенку положить руки на стол ладошками вниз. Объясните: « то, что расположено около левой руки – слева от тебя, а то, что расположено около правой руки – справа от тебя». Дотрагивайтесь поочередно до правой и левой рук ребенка. Делая указательные жесты направо и налево.

- Обратите внимание ребенка на звуки, шумы окружающего мира. Учите различать и определять с какой стороны расположен звучащий предмет. Попросите ребенка показать рукой в сторону звучащего предмета.

- Родители должны знать, что низкое зрение делает ребенка нерешительным, неуверенным в себе. Поэтому необходима ваша поддержка действий ребенка поощрительными словами, положительная оценка того, что он делает. Это поможет ребенку успешно выполнить то, что он делает.

Необходимо подчеркнуть, что чем больше навыков самостоятельной деятельности приобретет ребенок с патологией зрения в дошкольном возрасте, тем легче ему будет адаптироваться к новым условиям в дальнейшей жизни.

#### Рекомендации для родителей по воспитанию гиперактивных детей

1. В своих отношениях с ребёнком поддерживайте позитивную установку. Хвалите его в каждом случае, когда он этого заслуживает, подчёркивайте успехи. Это помогает укрепить уверенность ребёнка в своих силах.
2. Избегайте **повторения** слов «нет» и «нельзя».
3. Говорите сдержанно, спокойно, мягко. (Окрики возбуждают ребёнка).
4. Давайте ребёнку только **одно задание** на определённый отрезок времени, чтобы он мог **его завершить**.
5. Для подкрепления устных инструкций используйте зрительную стимуляцию.
6. Поощряйте ребёнка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (например, работа с кубиками, конструктором, настольными играми, раскрашивание, чтение).
7. Поддерживайте дома чёткий распорядок дня. Время приёма пищи, выполнения домашних дели сна ежедневно должно соответствовать этому распорядку.
8. Избегайте по возможности скоплений людей. Пребывание в крупных магазинах, на рынках и т.п. оказывает на ребёнка чрезмерное стимулирующее действие.
9. Оберегайте ребёнка от утомления, поскольку оно приводит к снижению самоконтроля и нарастанию гиперактивности.
10. Давайте ребёнку возможность расходовать избыточную энергию. Полезна   ежедневная физическая активность на свежем воздухе – прогулки, бег, спортивные занятия (гимнастика, плавание, теннис, но не борьба или бокс, т.к. эти виды спорта травматичны).
11. Помните о том, что присущая детям гиперактивность может удерживаться под разумным контролем с помощью перечисленных мер.

**Детей учит то, что их окружает.**

* Если ребёнка часто критикуют – он  учится ненавидеть
* Если ребёнку часто демонстрируют враждебность –

он учится драться, становится агрессивным

* Если ребёнка часто высмеивают –

он учится быть робким, становится замкнутым

* Если ребёнка часто позорят –

он учится чувствовать себя виноватым

* Если к ребёнку часто бывают снисходительны –

он учится быть терпимым

* Если ребёнка часто подбадривают –

он учится уверенности в себе

* Если ребёнка часто хвалят –

он учится оценивать, быть благородным

* Если ребенок растет в терпимости –

он учится понимать других

* Если с ребёнком честны – он учится справедливости
* Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить
* Если ребёнок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным – он учится находить в этом мире любовь

#### Обязанности родителей

● приводить ребёнка аккуратно одетым и лично передавать его воспитателю и забирать. **Родители, помните!** Воспитателям категорически запрещается отдавать детей лицам в нетрезвом состоянии, детям мл. школьного возраста, отпускать детей по просьбе родителей, отдавать детей незнакомым лицам без предупреждения родителей!

● решать все спорные вопросы в спокойной и деловой обстановке с указанием причин спора и привлечением администрации.

**Родители, помните!** Конфликтные ситуации должны разрешаться без детей.

● оказывать помощь в благоустройстве детского сада

● одевать детей по сезону и в соответствии с погодой.

**Родители, помните!** Чрезмерное укутывание или недостаточно тёплая одежда могут привести к заболеванию ребёнка!

● не приводить больного ребёнка в д\с и сразу сообщить о болезни по телефону детского сада 52-14-76 или воспитателям группы

● вносить плату за содержание ребёнка в детский сад до 10 числа каждого месяца

● предъявлять медицинскую справку с разрешения на посещение детского сада. **Родители, помните!** Вы обязаны привести здорового ребёнка! Недолеченный ребёнок не только заболеет сам, но и заразит здоровых детей

● своевременно сообщать о причинах непосещения ребёнком детского сада. **Родители, помните!**  Если ребёнок не посещает детский сад три дня и более, то он принимается в детский сад с медицинской справкой