

## ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

### Младшего дошкольного возраста

Никто не может заменить родителей в вопросе формирования у ребенка дисциплинированного поведения на улице, соблюдения им правила безопасности. В младшем дошкольном возрасте ребенок должен усвоить:

- Без взрослых на дорогу выходить нельзя, когда идешь со взрослым за руку, то не вырываешься, один не сходи с тротуара;
- Ходить по улице следует спокойным шагом, придерживаясь правой стороны тротуара;
- Переходить дорогу можно только по переходу (наземному и подземному);
- Прежде чем переходить улицу, посмотри на светофор: «коль зеленый свет горит, значит – путь тебе открыт»;
- Дорога предназначена только для машин, а тротуар для пешеходов;
- Движение транспорта или пешеходов на улице регулируется сигналами светофора или милиционера – регулировщиком;
- В общественном транспорте не высовывайся из окна, не выставляй руки или какие-либо предметы.

Все эти понятия ребенок усвоит более прочно, если его знакомят с правилами дорожного движения систематически, ненавязчиво. Используйте для этого соответствующие ситуации на улице, во дворе, на дороге. Находясь с малышом на улице, полезно объяснять ему все, что происходит на дороге с транспортом пешеходами. Например, почему в данный момент нельзя перейти улицу, какие на этот случай существуют правила для пешеходов и автомобилей, укажите на нарушителей, отметив, что, нарушая правила, они рискуют попасть под транспорт.

Чтобы развить у ребенка зрительную память, закрепить зрительную память, закрепить зрительные впечатления, предложите малышу, возвращаясь с ним из детского сада, самому найти дорогу домой или, наоборот, «привести» вас утром в детский сад.

Не запугивайте ребенка улицей – панический страх перед транспортом не менее вреден, чем беспечность и невнимательность!

Полезно прочитать ребенку стихотворение: «Про одного мальчика» С. Михалкова, «Меч» С. Маршака, «Для пешеходов» В.

Тимофеева, «Азбука безопасности» О. Бедарева, «Для чего нам нужен светофор» О. Тарутина. Полезно рассмотреть с ребенком набор красочных рисунков «Красный, желтый, зеленый», «Пешеходу-малышу». Купите ребенку игрушечные автомобили, автобусы светофоры, фигурки постовых – регулировщиков и др. и организуйте игры по придуманному вами сюжету, отражающие любимые ситуации на улице. Игра – хорошее средство обучения ребенка дорожной грамоте.

**ПОМНИТЕ!** Ребенок учится законам улицы, беря пример с вас, родителей, других взрослых. Пусть ваш пример учит дисциплинированному поведению на улице не только вашего ребенка, но и других детей. Переходите улицу в точном вашего ребенка, но и у других. Переходите улицу в точном соответствии с правилами. Старайтесь сделать все возможное, чтобы оградить детей от несчастных случаев на дорогах!

## Памятка для родителей по формированию здорового образа жизни у своих детей

- Новый день начинается с улыбки и с утренней разминки.
- Соблюдайте режим дня.
- Помните: лучше умная книга, чем бесцельный просмотр телевизора.
- Любите своего ребёнка, он – ваш. Уважайте членов своей семьи, они – попутчики на вашем пути.
- Обнимать ребёнка следует не менее четырёх раз в день, а лучше – восемь раз.
- Положительное отношение к себе – основа психологического выживания.
- Не бывает плохих детей, бывают плохие поступки.
- Личный пример по ЗОЖ – лучше всякой морали.
- Используйте естественные факторы закаливания – солнце, воздух и воду.
- Помните: простая пища полезнее для здоровья, чем искусственные яства.
- Лучший вид отдыха – прогулка с семьёй на свежем воздухе, лучшее развлечение для ребёнка – совместная игра с родителями.

## Тридцать золотых правил воспитания ребёнка

- Навсегда запомним, что у каждого ребёнка своя скорость роста, свои способности и свои неповторимые особенности.
- Перестанем делать ребёнку замечания при посторонних.
- Не станем обсуждать проблемы воспитания ребёнка в его присутствии.
- Постараемся не кричать на ребёнка, особенно если он не сделал ничего ужасного.
- Не будем лишней раз просить чужих людей посидеть с нашим ребёнком. Если у нас есть свободное время, значит, ребёнок имеет право хотя бы на его половину.
- Перестанем говорить при ребёнке грубые слова, даже если они кажутся нам пристойными.
- В минуты самых больших шалостей и проказ будем помнить, что перед нами всего лишь ребенок, а не международный террорист.
- Прибережём шлепки для самых серьёзных случаев.
- Начнём приучать ребёнка к самостоятельности.
- Не будем кормить ребёнка силой, а будем считаться с его личными вкусовыми пристрастиями.
- Научимся чаще хвалить ребёнка. И делать это будем искренне, от души!
- Иногда без повода, просто так возьмём ребёнка на руки, крепко обнимем и поцелуем.
- Вечером вместо криков «Спать! Спать!» расскажем ребёнку сказку, где главным героем будет он сам.
- На день рождения ребёнка позовём не своих друзей и родственников, а его маленьких приятелей.

- Начнём вместе с ребёнком делать ежедневную зарядку.
- Начнём закалять ребёнка.
- Будем вместе рисовать и показывать рисунки членам семьи.
- Будем следить за чистотой и правильностью речи ребёнка так же, как следим за чистотой его одежды.
- Перестанем отдариваться от ребёнка дорогими игрушками - будем проводить с ним больше времени.
- Научимся терпеливо слушать своего ребёнка.
- Заведём специальную тетрадь, в которую будем записывать смешные истории из жизни ребёнка и его забавные словечки.
- Не будем идти на поводу у капризов ребёнка - научимся говорить «нет».
- Запретим себе обманывать ребёнка, всегда будем выполнять то, что пообещали, и не обещать заведомо невыполнимых вещей.
- Иногда позволим себе подурачиться и поиграть с ребёнком на равных.
- Перестанем пугать ребёнка Бабой-ягой, чужим дядей, милиционером и собственным уходом к другому мальчику или девочке.

## «Умеем ли мы слушать и слышать своего ребёнка»

1. Общение с детьми должно занимать не меньше 3-4 часов в сутки.

2. Чаще показывайте детям, как сильно вы их любите, не скрывайте этого.

3. Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.

4. Обсуждайте возникшую проблему спокойно, без крика и раздражения, тогда ваш ребенок ничего не будет от вас скрывать.

5. Не заставляйте ребенка доверять свои тайны: “Мы все должны знать о тебе” – этим вы ничего не добьетесь.

6. Доверять вам будут, если вы будете не просто родителями, а друзьями, способными понять и сопереживать.

7. Будьте примером для ребенка: ведь как вы сейчас относитесь к своим родителям, так и к вам будут относиться в старости.

8. Слушая эмоциональный рассказ ребёнка о каком-то событии из его жизни, поддерживайте разговор уточняющими вопросами «А что было дальше?»; “Ты хочешь сказать, что ...”; “Насколько я понимаю, это было для тебя ...” и т.п. Убедите ребёнка, что вы понимаете его правильно.

Дайте ему почувствовать, что вы понимаете его состояние и переживание. К тому же, когда ваш ребёнок видит, что вы внимательно и с интересом слушаете его, он с большей охотой будет слушать вас, когда вы захотите ему что-то сказать.

9. Слушая ребёнка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети, уверяют вас, что всё в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом.

10. Поддерживайте и подбадривайте его без слов. Улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по голове, посмотрите в глаза, возьмите за руку. Вообще тактильных прикосновений родителя к ребёнку должно быть не менее 7 раз в день.

11. Вдохновляйте ребёнка на продолжение разговора. Побуждайте его выговориться до конца. Тут не страшны повторы.

Не жалеете время для детей,

Разглядите взрослых в них людей,



Перестаньте ссориться и злиться,  
Попытайтесь с ними подружиться.

Постарайтесь их не упрекать,  
Научитесь слушать, понимать.  
Обогрейте их своим теплом,  
Крепостью для них пусть станет  
дом

Вместе с ними пробуйте, ищите,  
Обо всем на свете говорите,  
Их всегда незримо направляйте  
И во всех делах им помогайте.

Научитесь детям доверять –  
Каждый шаг не нужно проверять,  
Мнение и совет их уважайте,  
Дети – мудрецы, не забывайте.

Взрослые, надейтесь на детей  
И любите их душою всей  
Так, как невозможно описать.  
Вам тогда детей не потерять!

**Научившись слышать ребёнка, вы останетесь лучшими  
друзьями на всю жизнь!**