

«Советы для родителей»



Советы для родителей «шустриков».

Трудно с такими детьми всем, но особенно родителям: не сидит на месте, рассеянный, невнимательный и беспокойный. Причин может быть много: нарушения в центральной нервной системе, эмоциональный стресс, переутомление, ярко выраженный темперамент.

Воспитание и обучение подвижного ребёнка

- Такие дети требуют особого внимания к себе, и с ними надо проводить больше времени. Им очень полезны любые физические нагрузки, при которых высвобождается избыточная энергия, продолжительные прогулки на свежем воздухе, спорт и закаливание. Как показывает опыт многих родителей, самым полезным спортом является плавание. Но соревнования и игры на результат их перевозбуждают, этого следует избегать.

- Надо, чтобы у ребенка дома был оборудованный уголок для занятий. При оформлении комнаты или уголка ребенка избегайте ярких красок, ярких предметов и сложных орнаментов. Простота, неяркие, спокойные тона, письменный стол, стоящий у ничем не украшенной стены, создают условия для концентрации. Рабочее место ребенка должно быть тихим и спокойным — не около телевизора или постоянно открывающихся дверей, то есть там, где ребенок мог бы заниматься без помех.

- Очень хорошо, если у ребят появляется увлечение. Надо всячески воспитывать и развивать в них этот интерес. Особенно поощряйте ребенка за все виды деятельности, требующие концентрации внимания (работа с конструктором, раскрашивание, чтение). В ходе выполнения домашнего задания родителям желательно находиться рядом и при необходимости помогать беспокойному сыну или дочке.

- Таким детям важно чувствовать себя умелыми и компетентными. Но нельзя перегружать их занятиями. Весьма важно для них соблюдать распорядок дня, особенно вовремя ложиться спать. Необходимо спокойное и доброжелательное отношение со стороны домашних. Говорите с ребенком в сдержанном, спокойном, мягком тоне. Избегайте повторения слов «нет» и «нельзя».

- Любые крайности в воспитании, как вседозволенность, так и запреты по любому поводу, вредны. Твердость надо проявлять только в отношении безопасности детей и их здоровья. Все требования к ребенку должны соответствовать его способностям и возможностям.

- Таким детям противопоказаны шлепки и прочие телесные наказания, зато они очень чувствительны к любому виду поощрения. Надо хвалить их за каждый положительный поступок или послушание, подчеркивать даже самые незначительные заслуги. Это помогает укрепить уверенность ребенка в собственных силах, повышает его самооценку.

- Пусть у ребенка появятся домашние обязанности, которые он будет ежедневно выполнять сам, но взрослым никогда не следует его в этом

подменять. Давайте ребенку только одно задание на определенный отрезок времени, чтобы он смог его завершить. Учите расставлять приоритеты при выполнении задания: что сначала, что потом и что для этого нужно. Важно, также, учить по ходу действия приспосабливаться к вполне возможным изменениям в ситуации.

- Если ребенок в чем-то неправ, родителям не следует читать ему нотация, так как длинная речь не будет до конца выслушана и осознана. Лучше заранее установить правила поведения и систему поощрений и наказаний. Требования к ребенку должны быть конкретными, четкими и выполнимыми.

- Нельзя принуждать ребенка просить прощения и давать обещания: “Я буду хорошо себя вести”, “Я буду всегда тебя слушаться”. Можно, например, договориться с ребенком, что он “не будет пинать кошку” или “с сегодняшнего дня начнет ставить ботинки на место”. На отработку каждого из этих конкретных требований может уйти много времени (две—четыре недели и больше). Однако, не отработав одного пункта, не переходите к следующему. Наберитесь терпения и постарайтесь довести начатое дело до конца. Потом можно будет добиваться выполнения другого конкретного требования.

Роль взрослых - подсказать ребенку, как он может использовать свою повышенную активность, направить ее в нужное русло, чтобы неуемная детская энергия не пропадала зря и не шла во вред ребенку а, наоборот, была источником положительных изменений.

