



## Памятка №1

### **Папы и мамы ! Помните!**

От повторяющихся знаков приветствия, одобрения, любви и принятия у ребёнка складывается ощущение: «со мной всё в порядке», «я хороший». От сигналов осуждений, недовольства, критики появляется ощущение «с мной что-то не так», «я – плохой».

Душевная копилка ребёнка работает день и ночь. Её ценность зависит от того, что мы туда бросаем.

Даже требования, которые вы предъявляете, должны быть наполнены любовью и надеждой.

Научись слушать своего ребёнка в радости и в горести.

Наказывая своего ребёнка, оставайтесь рядом с ним, но избегайте общения с ним.

Станьте для своего ребёнка примером для подражания в проявлении положительных эмоций по отношению к членам своей семьи и другим людям.

Обнимайте и целуйте своего ребёнка в любом возрасте.

Не разговаривайте со своим ребёнком с равнодушным и безразличным лицом.

Заводите свои красивые, добрые и светлые ритуалы общения, которые сделают вашу жизнь и жизнь вашего ребёнка теплее и радостнее.



---

## Памятка №2

### **«Как относиться к отметкам ребенка»**

**Не ругайте своего ребенка за плохую отметку. Ему очень хочется быть в Ваших глазах хорошим. Если быть хорошим не получается, ребенок начинает врать и изворачиваться.**

**Сочувствуйте своему ребенку, если он долго трудился, но результат его труда невысок. Объясните ему, что важен не только высокий результат. Больше важны знания и умения, которые он сможет приобрести в результате упорного ежедневного труда.**

**Не заставляйте своего ребенка вымаливать себе оценку в конце четверти Вашего душевного спокойствия. Не учите ребенка ловчить, унижаться к приспособляться ради положительного результата в виде высокой отметки.**

**Никогда не выражайте сомнения по поводу объективности выставленной оценки вслух. Есть сомнения - идите в школу и попытайтесь разобраться в ситуации. Не обвиняйте беспричинно других взрослых и детей в проблемах собственного ребенка.**

**Поддерживайте ребенка в его победах, устраивайте праздники по случаю получения отличной отметки. Демонстрируйте положительные результаты своего труда, чтобы ребенку хотелось Вам подражать.**

### Памятка №3

#### **«Как помогать ребенку в приготовлении домашнего задания»**

Поддерживайте ребенка в его победах, устраивайте праздники по случаю получения отличной отметки. Демонстрируйте положительные результаты своего труда, чтобы ребенку хотелось Вам подражать.

Посидите со своим ребёнком на первых порах в выполнения домашних заданий, если это необходимо. От того, насколько спокойными и уверенными будут его первые шаги, зависят его будущие успехи.

У Вашего ребёнка не сформирована привычка делать уроки.

Формируйте у него эту привычку спокойно, превратите ритуал начала выполнения уроков в увлекательную игру, напоминайте об уроках без криков, будьте терпеливы.

Оформите рабочее место ребёнка, поставьте красивый и удобный стол, повесьте лампу, расписание уроков, интересные стихи и пожелания школьнику перед выполнения уроков.

Учите выполнять уроки в этом рабочем уголке.

Объясните ребёнку главное правило учебной работы—учебные принадлежности должны всегда находиться на своём рабочем месте. Постарайтесь привести в пример своё рабочее место.

Постоянно требуйте от ребёнка приведения в порядок рабочего места после выполнения уроков. Если ему трудно это делать или он устал, помогите ему. Пройдёт немного времени, и он будет сам убирать своё рабочее место.

Если ребёнок в Вашем присутствии делает уроки, пусть сформулирует вам, что он должен сделать. Это успокаивает ребёнка, снимает тревожность. Некоторые дети, к примеру, считают, что они задание не так поняли и испытывают страх, ещё не начав это задание выполнять.

Если ребёнок что-то делает не так, не спешите его ругать. То, что Вам кажется простым и понятным, для него пока кажется таинственным и трудным.

Учите Вашего ребёнка не отвлекаться во время выполнения уроков; если ребёнок отвлекается, спокойно напоминайте ему о времени, отведённом на выполнении уроков.

Если ребёнок выполняет письменное задание, обращайтесь больше внимания на то, чтобы он писал без чисто, без помарок, с соблюдением полей.

Не заставляйте своего ребёнка многократно переписывать домашнее задание. Это подорвёт Ваш авторитет и его интерес к школе и учению.

Старайтесь как можно раньше приучить ребёнка делать уроки самостоятельно и обращаться к Вам только в случае необходимости.

Каждый раз, когда Вам хочется отругать своего ребёнка за плохую отметку или неаккуратно сделанное задание, вспомните себя в его возрасте, улыбнитесь и подумайте над тем, захочет ли

Ваш ребёнок через много-много лет вспомнить Вас и Ваши родительские уроки.

Научите его выполнять любое дело, в том числе и домашние задания, с удовольствием, без злобы и раздражения. Это сохранит его и Ваше здоровье.

В конце концов, радуйтесь тому, что у Вас есть такое счастье-с кем-то делать уроки, кому-то помогать взрослеть.

## Памятка №4

Вы узнали, что ваш ребенок курит...

- Начинать антитабачную (и антиалкогольную) пропаганду необходимо, когда ребенок еще бегает в коротких штанишках. Используя любую жизненную ситуацию, из которой наглядно видно, что курение и алкоголь приносит организму вред, любую историю, увиденную по TV, – своими репликами показывать отношение к этим явлениям. Все услышанное накапливается у ребенка в голове.
- Надо загодя создавать ребенку окружение, то есть с умом выбирать школу, класс, кружок или спортивную секцию – детский коллектив, где наш ребенок будет находить друзей. А потом надо работать с этим окружением: знакомиться с друзьями, приглашать их в дом, разговаривать с ними, с кем-то ненавязчиво дружбу поощрять, кого-то ненавязчиво отсекавать. В 11–12 лет мнение сверстников более значимо для ребенка, чем мнение родителей. Подросток очень остро хочет быть «как все», то есть как все его друзья.
- Но так уж случилось, что ребенок закурил: мы не успели поработать на предупреждение. Что делать теперь? Найти правильную форму для выражения своего отношения к этому событию! Подростки обычно бывают против не сути наших требований. Их возмущает форма предъявления этих требований. Попробуйте поговорить с ним, как со взрослым, то есть дайте ему возможность самому принять решение. Подростки сейчас так жаждут все решать сами. Можно сказать: «Кури, но знай, что тебя ждет...» И дальше излагаем то, что произведет на наше чадо наибольшее впечатление: и про кислородное голодание развивающегося мозга и про несовместимость курения и спорта... Девочкам – про маловесных, слабеньких детей, которые рождаются у курящих мам. В общем, кури, но знай свою судьбу. И, как это ни покажется странным, подросток, которому позволили самому принять решение, делает правильный выбор

## Памятка №5

### Как защитить своего ребенка

1. Научите своего ребенка, что он имеет право сказать «Нет» любому взрослому, если почувствует исходящую от него опасность.
2. Научите ребенка громко кричать: «Это не моя мама», «Это не мой папа». Это привлечет внимание или отпугнет от ребенка.
3. Научите вашего ребенка сообщать, куда он идет, когда собирается вернуться и звонить по телефону, если планы неожиданно меняются.
4. Научите вашего ребенка пользоваться телефоном-автоматом. Ребенок должен знать домашний телефон, мобильный и телефон службы спасения наизусть.
5. Старайтесь сами забирать ребенка из детского сада или школы. Если за ним придет кто-то другой, предупредите заранее воспитателя или школьного учителя.

6. Научите никогда не садиться в машину к незнакомому человеку и никуда не уходить с ним.

7. Убедите вашего ребенка в том, что гулять в компании друзей гораздо безопаснее, чем одному, особенно в позднее время. Преступников всегда привлекает темное время суток.

8. Фотографируйте вашего ребенка не реже 1 раза в год.

9. Если ваш ребенок выезжает за границу, ему необходимо иметь заграничный паспорт, а все документы необходимо самим предоставить в паспортный отдел.

10. Будьте такими родителями, которым ребенок может рассказать все, что случилось. Ребенок должен быть уверен в том, что вы всегда будете любить его.

### Памятка №6

**Чтобы помочь своим детям, Вы должны это знать:**

· Будьте в курсе того, чем занимаются Ваши дети в Интернете. Попросите их научить Вас пользоваться различными приложениями, которыми Вы не пользовались ранее.

· Помогите своим детям понять, что они не должны предоставлять никому информацию о себе в Интернете — номер мобильного телефона, домашний адрес, название/номер школы, а также показывать фотографии свои и семьи. Ведь любой человек в Интернете может это увидеть.

· Если Ваш ребенок получает спам (нежелательную электронную почту), напомните ему, чтобы он не верил написанному в письмах и ни в коем случае не отвечал на них.

· Объясните детям, что нельзя открывать файлы, присланные от неизвестных Вам людей. Эти файлы могут содержать вирусы или фото/видео с «агрессивным» содержанием.

· Помогите ребенку понять, что некоторые люди в Интернете могут говорить неправду и быть не теми, за кого себя выдают. Дети никогда не должны встречаться с сетевыми друзьями в реальной жизни самостоятельно без взрослых.

· Постоянно общайтесь со своими детьми. Никогда не поздно рассказать ребенку, как правильно поступать и реагировать на действия других людей в Интернете.

· Научите своих детей, как реагировать в случае, если их кто-то обидел или они получили/натолкнулись на агрессивный контент в Интернете, также расскажите, куда в подобном случае они могут обратиться.

## Десять правил безопасности для детей в Интернете\*



1. Посещайте сеть вместе с детьми, поощряйте их делиться опытом использования Интернета
2. Научите детей доверять интуиции - если их в Интернете что-либо беспокоит, пусть сообщают вам
3. Помогите ребенку зарегистрироваться в программах, требующих регистрационного имени и заполнения форм, не используя личной информации (имя ребенка, адрес электронной почты, номер телефона, домашний адрес). Для этого можно завести специальный адрес электронной почты
4. Настаивайте, чтобы дети никогда не давали своего адреса, номера телефона или другой личной информации, например, места учебы или любимого места для прогулки
5. Объясните детям, что в Интернете и реальной жизни разница между правильным и неправильным одинакова
6. Детям никогда не следует встречаться с друзьями из Интернета, так как эти люди могут оказаться совсем не теми, за кого себя выдают
7. Скажите детям, что далеко не все, что они читают или видят в Интернете, - правда, приучите их спрашивать вас, если они не уверены
8. Контролируйте действия детей с помощью современных программ, которые отфильтруют вредное содержимое, помогут выяснить, какие сайты посещает ребенок и что он там делает
9. Настаивайте, чтобы дети уважали чужую собственность, расскажите, что незаконное копирование музыки, компьютерных игр и других программ - кража
10. Научите детей уважать других, убедитесь, что они знают о том, что правила хорошего тона действуют везде - даже в виртуальном мире

\* Рекомендации Министерства образования Республики Беларусь

© Инфографика БЕЛТА :)

· Убедитесь, что на компьютерах установлены и правильно настроены средства фильтрации.