**Памятка "Советы любящему папе"**

1. Уделяйте ребенку свое свободное время. После работы хочется отдохнуть, но ведь это и единственная возможность пообщаться с ребенком. Расспросите, как малыш провел день, поиграйте с ним.

2.  Обнимайте ребенка. Отец не должен стесняться проявлять свою любовь. Детям нужен тактильный контакт, и не только с мамой.

3. Играйте с ребенком в подвижные игры, подтягивайтесь вместе на перекладине, поиграйте в футбол, бадминтон, зимой - в хоккей.

4. Займитесь "маминой" работой. Заботы, которые традиционно считаются "мамиными", не обязательно должны быть только ее обязанностями. Отец должен участвовать в их выполнении столько, сколько он может. Это отличный шанс продемонстрировать свою привязанность.

5. Читайте ребенку книги. Это интересное и занимательное занятие, а привычка читать очень пригодится детям в жизни, поэтому важно привить ее как можно раньше. Кроме того, вы хорошо и с пользой проведете время вместе.

6. Поддерживайте маму. Не ссорьтесь с женой при детях, ваше отношение - пример для подражания. Будьте одной командой, если вы в чем-то не согласны с супругой, обсудите это наедине.

7. Повышайте детскую самооценку. Показывайте ребенку, что вы его цените, проводя с ним время, обучая, хваля его результаты и достижения.

"10 советов маме, которые помогут папе

обрести взаимопонимание с малышом"

1. Пусть папа приобщается к уходу за ребенком с первых дней жизни. Поначалу это выражается в простом уходе: купании, прогулке, кормлении из бутылочки. Каждое действие должно сопровождаться словами и улыбкой, обращенными к ребенку.

2. Папы отличаются от мам еще и тем, что играют с детьми в другие игры - более подвижные и энергичные. И дети просто обожают это! Не реагируйте негативно на игру, если она вам не нравится только потому, что не похожа на ваши игры с ребенком.

3. Почему-то папы больше общаются с собственными детьми в общественных местах, таких как зоопарк или цирк. Чаще устраивайте подобные выходы в свет!

4. Папы, проводящие много времени с детьми, становятся для них важной фигурой и моделью поведения, которой малыш следует в будущем. Чем активнее такое общение, тем лучше воздействие, оказываемое на психическое состояние ребенка.

5. Одни родители считают, что малыша нельзя ни в чем ограничивать, чтобы не помешать проявлению его творческих способностей. Другие ждут от ребенка абсолютно взрослого поведения, ответственности за все слова и поступки. Безусловно, лучше придерживаться золотой середины: ребенок должен знать о существующих рамках, но любые запреты не должны совсем ограничивать его свободу.

6. Выдвигайте разумные требования и настаивайте на их выполнении: ребенок должен четко знать, чего от него ждут. Проще поддерживать желательное поведение, чем бороться с нежелательным.

7. Папы обычно более строги в наказаниях, поэтому важно следить за тем, насколько категорично отец высказывается. Но даже если вы не согласны с папиными методами воспитания, ни в коем случае не обсуждайте этот вопрос в присутствии ребенка, поговорите наедине.

8. Ребенка нужно хвалить! Но не забывайте хвалить и папу - нельзя оставлять его заслуги и достижения незамеченными.

9. Помните, что ваши супружеские отношения - пример для ребенка, которым он будет руководствоваться в своей будущей семейной жизни.

10. И самый главный совет, который можно дать мамам и папам - любите своего ребенка! Об этом он точно будет помнить всю жизнь.

**Научите ребенка любить книгу!**

Дошкольный возраст – это возраст сказки. Сказка будит воображение ребенка, дает образцы прекрасного и безобразного, доброго и злого. Через сказки дети начинают сочувствовать и сопереживать вымышленным героям, которые становятся знакомыми и близкими. Поэтому маленьким детям обязательно нужно читать сказки – как можно больше. Но выбор самой сказки и конкретной книжки зависят от возраста ребенка.

Первые книжки обязательно должны быть с картинками – желательно с большими, реалистичными и красивыми. Дети обожают рассматривать картинки, выискивают в них мельчайшие подробности, до бесконечности возвращаются к разглядыванию одних и тех же изображений. Картинки помогают малышу лучше представить содержание текста и понять его. Кроме того, они (в отличие от мультиков) позволяют "остановить мгновенье", еще и еще раз вернуться к любимому персонажу и самостоятельно вспомнить, и узнать "про что было в книжке". Так что картинка в детской книжке – это не просто иллюстрация, это своего рода средство проживания и усвоения текста.

Большое значение для понимания сказки имеют повторы, которые порой утомляют взрослых, но очень важны для детей. Узнавание знакомых фраз, текстов, событий дают детям чувство своей осведомленности и устойчивости окружающего, помогают не только запоминанию, но и проживанию, усвоению. Надо сказать, что повторы тех или иных текстов и событий содержатся почти во всех сказках. Самые первые классические детские сказки (Колобок, Репка, Теремок) построены на повторении одних и тех же фрагментов. Вспомним знаменитую песенку Колобка, которая повторяется 5 раз или бесконечные вопросы и ответы "Кто-кто в теремочке живет, кто-кто в невысоком живет" - "Я, мышка-норушка, я, лягушка-квакушка…" и т.п. В более сложных народных сказках главный герой совершает как минимум три попытки, чтобы достигнуть своей цели, либо же три сестры или три брата похожим образом испытывают свое счастье. Все эти повторы не только создают поэтику народных сказок, но и помогают проникнуть в их художественный смысл.

Несколько позже (в 4 - 5 лет) в жизнь дошкольника входят авторские сказки – Перро, Андерсена, братьев Гримм, Заходера и пр. При выборе конкретных книжек этих авторов важно обращать внимание не только на картинки, но и на качество текста (т.е. перевода). Дело в том, что многие известные детские сказки изложены совсем не детским языком. Они изобилуют причастными и деепричастными оборотами, взрослыми словами, слишком сложными синтаксическими конструкциями. Все это затрудняет понимание, а значит, делает чтение скучным. Приходится по ходу чтения разъяснять непонятные слова или упрощать слишком взрослый текст. Во всех случаях сказки нужно читать медленно, хорошо артикулируя слова и максимально выразительно. И, конечно, каждую сказку нужно читать не один, а несколько раз, пока ребенок не усвоит ее полностью. От многократного повторения сказка вовсе не надоедает дошкольнику, напротив, она становится все более любимой и своей. Ребенок снова и снова проживает и переживает уже знакомые события и не перестает волноваться за судьбу главных героев, бояться злодеев и радоваться счастливому концу. Время от времени можно возвращаться к уже прочитанному – это доставит ребенку особое удовольствие.

Очень полезно проигрывать знакомые сказки. Например, с малышом можно играть в колобок, репку, теремок. Девочка постарше с удовольствием может стать Золушкой, Василисой Прекрасной или Спящей красавицей, а мальчик – Иванушкой, Принцем или Богатырем. Такие игры помогают усвоить культурный смысл, заложенный в сказках, почувствовать себя героем, утвердить и лучше осознать свое Я". Известно, что дошкольники, находящиеся под впечатлением какой-нибудь книжки, долгое время воображают себя ее главным героем – требуют, чтобы его называли новым именем, сами говорят его словами и стараются во всем походить на него. В этом опять же можно видеть способ проживания и усвоения сказки, и в то же время способ формирования самосознания. Итак, в сказках главное – понимание их смысла, проникновение в их содержание.

Совсем по-другому воспринимаются стихи. Детям обязательно нужно читать стихи, при чем как можно раньше. В детских стихах главное художественная форма - красота звучания, игра рифмованных слов, музыкальность ритмического текста буквально завораживают ребенка. Дети очень чувствительны к ритму и рифме. Они ужасно радуются, когда знакомые или не очень знакомые слова складываются в рифмованные строчки. И, конечно же особое удовольствие они получают от чтения стихов. Одно дело сказать, что летом тепло и сухо, и совсем другое "Лето красное пришло, стало сухо и тепло" - это хочется повторять, под это хочется прыгать и скакать. Гениальные детские стихи Барто, Маршака, Чуковского и конечно же сказки Пушкина специально созданы для детей. Они настолько ясные, звонкие и складные, что их хочется постоянно повторять и заучивать наизусть (впрочем они сами заучиваются и не забываются потом всю жизнь). И хотя эти стихи были созданы очень давно, и на них выросло не одно поколение детей, они совсем не устарели и ничего лучшего в наши дни, кажется, никто не придумал.

**Ребенок и телевизор - держите дистанцию**

Главная трудность нашего "общения" с телевизором в    том, что мы нередко воспринимаем его как некое  одушевленное существо. За экраном течет какая-то своя  жизнь, и мы часто используем телевизор для того, чтобы  оживить пустую квартиру. Между тем, это всего лишь одна из  "вещей века", предмет, не обладающий ни волей, ни властью. Его легко можно переключить или выключить...

Какие опасности таит в себе просмотр телевизионных передач? В первую очередь это переутомление - самый очевидный, но не самый большой вред, который можно нанести малышу, Телевизионная программа - калейдоскоп образов и звуков). Пытаясь уследить за ними и разобраться в них, ребенок тратит много сил. Дли сравнения: просмотр полуторачасового фильма равнозначен полуторачасовому приему гостей: огромному количеству рассказов о делах, разговоров о политике, выяснений отношений... При этом телевизионные передачи вызывают не просто усталость, а перевозбуждение.

Сколько же времени малыш может проводить у голубого экрана? Однозначного ответа на этот вопрос дать нельзя, поскольку все нормы рассчитаны на среднестатистического ребенка. И все же до года не оставляйте кроху перед экраном более чем на 15 минут в день. От года до трех это время можно увеличить до получаса.

Вторая опасность телевидения заключается и том, что у ребенка может возникнуть самая настоящая зависимости. Даже взрослые склонны попадать под обаяние голубого экрана. Если вы частенько включаете телевизор для того, чтобы занять малыша, отвлечь его, пока занимаетесь своими делами, он рискует привязаться к нему как к другу. Ведь телевизор может и утешить и отвлечь от неприятных мыслей. При этом он ни о чем не просит и не обижается - чем не настоящий друг?

Что делать, чтобы итого не произошло? Никогда не предлагайте телевизор вместо себя. Если ребенок хочет побыть с нами, поиграть, почитать, а вы никак не можете этого сделать, Предложите ему игру, в которую он может играть один, отправьте его в гости к соседскому мальчику - только не нажимайте заветную кнопку! Рано или поздно малыш сам обнаружит, что с помощью телепередач можно в какой-то мере компенсировать одиночество и скуку, но это не будет сделано с вашей подачи. Кстати, для того чтобы объяснить ребенку место телевидения в жизни людей, можно подчеркнуть "суррогатность" общения с ним. Если ребенок поссорился с другом и не хочет мириться, но при этом просит вас поиграть с ним, можете предложить ему посмотреть телевизор со словами: "Я сейчас не могу играть с тобой. Ты мог бы пригласить Петю, но он тебе не нравится, вот и смотри теперь мультики".

Старайтесь не превращать телевизор в неизменного участника семейных ритуалов: обедов и ужинов, разговоров перед сном. Задумайтесь о роли телевидения в своей собственной жизни. Если оно давно вытеснило друзей, интересные поездки и стало вашим хобби, наивно предполагать, что малыш избежит той же участи. В этом случае, затевая борьбу с экраном, прежде всего начните с самих себя.

Еще одна опасность телевидения - в пассивности предлагаемых им развлечений (именно эта особенность частично объясняет такое легкое привыкание к экрану). Во взаимодействии человека и телевизора активную роль играет именно телевизор. Ваша задача заключается лишь в выборе программы. В любом другом виде развлечений вам неизбежно приходится делать что-то самим. В шахматах и картах - думать, просчитывать комбинации. При прочтении книги мозг совершает огромную работу по превращению букв в слова, слов в образы, а воображение трудится, оживляя людей, события, пейзажи. Для общения с гостями вам нужно уметь поддерживать беседу. К тому же, чем бы вы ни занимались, вас обязательно будет интересовать результат действий: кто выиграет, чем закончится книга, как сложится вечер. А в ситуации "общения" с телевизором вы всегда остаетесь ни при чем, так как ни на что не можете повлиять.

Такая форма взаимодействия привлекательна и для детей, и для взрослых. Взрослыми руководит желание снять с себя на какое-то время ответственность за происходящее и окунуться в круговорот событий, а для детей это состояние является вполне привычным, поскольку они пока еще ни за что не отвечают, не влияют на ситуацию, которую выстраивают другие.

Что и когда смотреть?

Телевизор давно стал частью нашей жизни, и даже при самом дозированном просмотре многие детишки становятся его заложниками. Теле- и видеопродукция является частью их мира, и компетентность в вопросах мультиков и фильмов для них так же важна, как для взрослых - в вопросах литературы или искусства. Остается лишь узнать, как воспринимают картинку дети на разных этапах развития и в соответствии с этим извлечь из неизбежных просмотров максимальную пользу.

**6-18 месяцев: слепое подражание**

В этом возрасте ребенку трудно долго удерживать внимание на чем-то одном. Тем не менее эти моменты он использует с максимальной пользой. С шести месяцев ребенок может научиться правильно пользоваться игрушкой, увиденной сутки назад по телевизору в руках у незнакомого человека. Эта удивительная способность к имитации появляется у людей гораздо раньше, чем предполагали ученые. В этом смысле просмотр телевизора - это определенный опыт. Однако до того, как малыш начнет говорить, смотреть телевизор для него означает слышать и видеть что-то, недоступное пониманию. Неадаптированный сюжет совершенно лишен для него смысла. Цвет, движение, картинка притягивают детей к экрану, но они могут извлечь из просмотра совсем не то, что планировал режиссер. Не стоит обманываться: наблюдая за непонятным сюжетом, ребенок все-таки переживает его эмоционально. Было бы ошибкой считать, что он не оказывает на малыша никакого влияния.

**Наш совет:** Наиболее соответствуют восприятию ребенка, который еще не овладел навыками речи, короткие программы, специально предназначенные для самых маленьких. Что касается диснеевских мультфильмов, их сюжет и словарь еще слишком сложен для детей такого возраста.

**18 месяцев-3 года: требуются объяснения**

Старайтесь не оставлять малыша один на один с включенным телевизором или видеомагнитофоном. Существует опасность, что у него разовьется необоснованное чувство страха или сложатся ошибочные представления о мире, поскольку в этом возрасте дети еще не обладают интеллектуальными и эмоциональными средствами, чтобы объяснить то, что происходит на экране. Малыша, который смотрит мультфильм, переполняют эмоции и чувства, но ему катастрофически не хватает слов, чтобы их выразить. Единственный выход для родителей - озвучить то, что он интуитивно чувствует. "Узнаешь? Это птичка летит за львенком. Она хорошая, она ему поможет". Ребенок подражает, показывает пальчиком, потом повторяет слова и запоминает их. Только при условии повторений и комментариев родителей приобретенный опыт и его контекст запоминаются и обретают смысл.

**Наш совет:** В идеале необходимые объяснения следует давать непосредственно во время просмотра, это принесет больше пользы. Тем не менее возвратиться к сюжету мультфильма после того, как он закончился, все-таки лучше, чем оставить его вовсе без комментариев. Ошибочно думать, что 2-3-летний кроха все понимает, только потому что узнает того или иного персонажа. Называя его имя, он не всегда знает, что тот делает и почему.

**3-6 лет: малыш примеряет роль экранного героя**

Только к 3-4 годам ребенок приходит к пониманию разницы между воображаемым и реальным. Он уже знает, что мультфильм - это неправда, и с удовольствием исследует мир прекрасных принцев, фей и говорящих животных, который будет подпитывать его мечты, фантазии и активно участвовать в играх. Конечно, дети еще не полностью воссоздают цепь событий: то, что они видят, иногда путается с их собственными желаниями и личным опытом. Но в этом возрасте ребенок уже понимает, что он - это он, и осознает свое отличие от остальных, а значит, может притвориться кем-то другим. Имитация становится его любимым занятиям. Он изображает доктора, который делает укол, строгого папу, которого надо слушаться. Дети любят идентифицировать себя с кем-нибудь из героев, чаще всего с тем, чьи переживания им ближе всего. Малышу важно "понарошку" пережить эмоции, с которыми он пока не сталкивался в реальной жизни.

Современные дети все чаще идентифицируют себя с выдуманными персонажами и все реже - с реальными людьми. Их воображение в большей степени захвачено миром телевизионных историй. Встает вопрос о том, насколько успешно они смогут приспосабливаться к жизненным ситуациям, воспринимать роли матери и отца, их взаимоотношения с друзьями и межличностные связи вообще.

**Наш совет:** Ограничьте покупку игрушек и вещей с символикой того или иного мультфильма. Чтобы ребенок заинтересовался реальностью, надо привлечь к ней интерес: вместе ходить на прогулки и выставки, покупать игрушки, развивающие воображение. Будьте осторожны с агрессивными, жестокими изображениями, которые могут оказать негативное влияние на психику. Чтобы обезопасить ребенка, их нужно расшифровать, объясняя намерения и ухищрения их создателей. Научив ребенка не принимать на веру все, что показывает телевизор, вы поможете ему не путать чье-то представление о действительности с самой действительностью.

**Немного о содержании**

Как ни странно, самыми травмирующими для детской психики оказываются не любовные или агрессивные сюжеты (за исключением, конечно, тяжелой порнографии или брутальных сцен с расчленениями), а "ужастики", фантастические фильмы об устрашающем будущем или сюжеты, связанные с потерями, расставаниями, одиночеством.

Тема любви для детей естественна и приятна. Они легко и с удовольствием влюбляются и задают вопросы, которые их беспокоят. Если вы сами не фиксируете внимание ребенка на эротике, не бросаетесь закрывать собой экран или выгонять безмятежного малыша из комнаты, он вполне удовлетворится вашим ответом на вопрос: "А что это дядя делает с тетей?" При этом совсем не обязательно вдаваться в анатомические подробности, достаточно объяснить на доступном ему языке, что таким образом взрослые делают друг другу приятное.

Чтобы ребенок случайно не увидел жестоких сцен, вы в первую очередь должны позаботиться о том, чтобы телевизор не работал все время в фоновом режиме. Когда малыш неуверенно спрашивает: "Он ведь не по-настоящему умер?", уверьте его, что он прав, что перед ним всего лишь картинки, которые не могут быть до конца правдивыми. Это сложнее объяснить, если речь идет о фрагменте документального фильма или новостей. В этом случае не стоит отрицать, что увиденное не имеет ничего общего с реальностью. Объясните, что увиденное - не что иное, как взгляд режиссера на происшедшее, а он видит только часть реальности. Более старшие могут понять, что все изображения снимаются с определенной целью: напугать, заставить смеяться, сообщить что-то новое.

Если же вы сами хотите посмотреть фильм с неоднозначным содержанием сделайте так, чтобы ребенок при это" не присутствовал.

Что касается фантастики, то страх перед будущим, особенно перед вселенскими катастрофами, присущ каждому человеку. Это страх перед неизбежностью смерти и неизвестностью жизни. Вызвать его у малыша, который уже немного понимает содержание фильмов, легко, а справиться с ним ребенку очень трудно. Если малыш все же умудрился увидеть испугавший его фильм, будьте внимательны к нему: возможно, ему понадобится ваша поддержка, но он не сможет сообщить об этом из-за недостатка слов и опыта.

Тема расставания, потери и одиночества очень актуальна для детей всех возрастов. Интуитивно чуткие ко всем нюансам отношений, дети удивительно доверчивы в том, что касается потери любви. Поэтому, увидев историю про отвергнутого, брошенного или потерявшегося детеныша, малыш сразу же идентифицирует себя с главным героем и потом будет долго переживать увиденное. Уверьте его, что с ним такого никогда не случится, потому что вам он очень дорог и заботиться о нем совсем не трудно.