**Памятки в помощь родителям "Как поощрять ребенка в семье", "Правила поведения за столом".**Воспитатель Попова Е.Б.

**«Как поощрять ребенка в семье»**

**1**.Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда делает уроки, и когда играет со своими игрушками.

**2**.Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и пожмет руку.

**3**. Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением.

**4**. Используйте чаще выражение: «ты прав, мы согласны с твоим мнением» — что сформирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления.

**5**.Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его принимать их.

**6**. Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения, Новый год, именины, конец учебного года. 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления и т.д.

**7**. Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок.

**8**. Дарите подарки своему ребенку не только с учетом его желаний, но и с учетом возможностей своей семьи.

**9**. Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка: грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и дружественные шаржи и т. д.

**10**.Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно.

**11**.Если ребенок поощряется деньгами, вы должны знать, каким образом он ими распорядился и обсудить это с ним.

**12**.Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенком и вами.

**13**. Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам.

**14**. Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей.

**Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок! Раны унижения и издевательства не заживают годами, шрамы безразличия и игнорирования остаются на всю жизнь.**

**Памятка для родителей**

**Воспитание у детей культуры и навыков поведения за столом**

**Правила поведения за столом**

 Ваш ребенок достаточно взрослый, для тех требований, которые к нему будут предъявляться.

То, чему Вы научите ребенка в раннем возрасте – останется на всю жизнь. Очень важно не упустить момент его страстного желания - делать все самостоятельно! Если этот момент упустить и делать всё за ребенка (я делаю аккуратнее и быстрее; он еще очень мал; и т.д.), вы рискуете, прежде всего, психическим здоровьем ребенка.

Упущенный навык в определенном возрасте, (а виновны только Вы – не научили!), создает потом трудности, прежде всего, для ребенка. Воспитание культуры поведения за столом будет более эффективным, если Вы будете объяснять ребенку, почему так делать нельзя.

**Родители, помните!** Вести себя ДОМА нужно ТАК ЖЕ, КАК И В ГОСТЯХ! Никогда не давайте скидку «ничего страшного, он же дома! Здесь же все свои!» Ребенок искренне не поймет, почему дома ему разрешали, есть торт руками и плеваться тем, что ему не нравится, а тут мама вдруг начинает ругать!!! Ребенку непонятно почему вы так поступаете…

**ЕСЛИ это нельзя – это нельзя ВСЕГДА!**

**ЕСЛИ это можно – это можно ВСЕГДА!**

1.     Ребенка, как можно раньше (уже с года!) можно посадить с вами за общий стол, но поставив его высокий стульчик. Малыш непременно оценит Ваше внимание к его «персоне»! Ему не меньше Вашего хочется быть взрослым.

2.     В столовую (кухню) мы не приносим игрушки. Столовая - только для еды. «Отнеси игрушки в игровую комнату. Положи их на стульчик, просто на полу в уголке... Игрушки подождут тебя, пока ты поешь…».  Мы сели за стол. Прекращаем все игры и разговоры. За столом мы только едим, а не играем.

3.     Приучайте ребенка, есть первые блюда, молочные супы, кисель (жидкие блюда) ложкой. Вторые блюда – вилкой. Таким образом, Вы приготовите его к смене приборов, с которой ему придется столкнуться в дальнейшем.

4.     Не делайте из ребёнка принца или принцессу. Пусть ест то, что приготовлено всем. Изысков быть не должно. Но разнообразие – приветствуется. И оформление может быть интереснее, чем у взрослых. И никаких поощрений в виде конфет. Ребёнок должен просто есть, а не отрабатывать приз. Если он голоден – съест и без обещаний сладкого.

Ребенка нужно сразу учить держать столовые приборы правильно! Ложку, например, нужно держать тремя пальцами: большим, указательным и средним. НИ В КОЕМ СЛУЧАЕ НЕ В КУЛАКЕ! Переучивать будет сложно.

**1.** Жевать нужно только с закрытым ртом («чавкать» за столом – недопустимо!)

**2.** Еду нужно класть в рот по чуть-чуть, а не «набивать» полный рот. Никогда не клади весь хлеб, всю фрикадельку или большой кусок еды в рот. Есть нужно только маленькими кусочками! (Иначе, ты или подавишься, или задохнешься и выплюнешь все обратно, что НЕДОПУСТИМО!)

**3.** «Тянуть» с ложки суп нельзя. Нужно просто «вылить» суп в рот (так, чтобы тебя никто не слышал).

**4.** Нельзя класть локти на стол. Рука должна упираться об стол «серединой» между запястьем и локтем. (Если у тебя локоть лежит на столе, тебе неудобно есть!)

**5.** Самое главное правило: мы поднимаем руку и несем ложку ко рту, а не выгибаем шею «зигзагом», чтобы рот «попал» на ложку. Рука к столу не приклеена! Рука должна двигаться, а не голова! Если ребенок не понимает, нужно брать и поднимать его руку за локоть, помогая ребенку справиться на первых этапах.

**6.** В то время когда ты жуешь, ложка (вилка) должна лежать на тарелке. Нельзя класть ее на стол, размахивать ею, стучать по тарелке или по столу. Ты можешь ударить соседа, расплескать суп или еду, опрокинуть тарелку.

**7.** Если левая рука не занята хлебом, она должна лежать НА столе, а НЕ ПОД столом.

**8.** Спина должна быть прямая, не стоит выгибать спину в виде «?» и упираться грудью в стол, потому что вскоре у тебя будет болеть желудок (живот).

**9.** Когда ты пьешь, чашку нужно поднимать ко рту, а не выгибаться к чашке, когда она стоит на столе. Оторви локти от стола и подними чашку ко рту. Спина должна быть прямая!

**10.**Пить надо тихо. Так, чтобы тебя никто не слышал.

**11.**Когда ты выпил, поставь чашку на стол.