

Памятка для родителей по воспитанию культуры поведения у детей



- ***Не демонстрируйте своему ребёнку показную вежливость и чуткость.***
- ***Очень скоро он начнёт вам подражать и поступать так в первую очередь по отношению к вам самим.***
- ***Не грубите и не сквернословьте сами. Ваша привычка станет привычкой вашего ребёнка.***
- ***Не говорите о чужих людях плохо и неуважительно. Если вы покажите в этом пример своему ребёнку, ждите, что очень скоро он скажет то же самое о вас.***
- ***Будьте тактичны по отношению к другим людям. Это урок вашему ребёнку добра и человечности.***
- ***Не бойтесь извиниться перед кем-то в присутствии своего ребёнка. В этот момент вы ничего не теряете, лишь приобретаете уважение своего ребёнка.***
- ***Проявляйте благородство даже тогда, когда вам очень не хочется его проявлять, учите этому качеству своего ребёнка.***
- ***Помните, что поведение - это зеркало, в котором отражается истинный облик каждого!***

МЫ ***и*** ***ДЕТИ***

<i>Критикуем</i>	<i>Ненавидят</i>
<i>Враждуем</i>	<i>Агрессивны</i>
<i>Упрекаем</i>	<i>Живут с чувством вины</i>
<i>Высмеиваем</i>	<i>Замкнуты</i>
<i>Хвалим</i>	<i>Благородны</i>
<i>Честны</i>	<i>Справедливы</i>
<i>Поддерживаем</i>	<i>Ценят себя</i>
<i>Понимаем</i>	<i>Находят любовь в этом мире</i>
<i>Терпимы</i>	<i>Понимают других</i>
<i>Растим в безопасности</i>	<i>Верят в людей</i>

ПАМЯТКА

КАК НЕ СТАТЬ ЖЕРТВОЙ ПРЕСТУПЛЕНИЯ

Умей сказать «НЕТ»

- ✚ Когда тебе предлагают совершить недостойный поступок.
- ✚ Когда тебе предлагают попробовать что-либо запретное.
- ✚ Если тебе предлагают поехать куда-либо, предупреждая, чтобы ты об этом никому не говорил.
- ✚ Когда незнакомые или малознакомые люди приглашают тебя к себе в гости, на дискотеку, в клуб.
- ✚ Когда тебе предлагают «хорошо» отдохнуть вдали от взрослых, родителей.
- ✚ Если незнакомые люди предлагают подвезти тебя на машине или показать им дорогу, сидя в машине.
- ✚ Когда тебе предлагают на улице купить какой-либо товар по дешевой цене, сыграть в азартную игру, обещая большой выигрыш.
- ✚ Когда предлагают погадать с целью узнать будущее.
- ✚ Помни, что во многих случаях умение сказать «НЕТ» - это проявление не слабости, а собственной силы, воли и достоинства.

Если ты на улице

- ✚ Если ты хочешь куда-либо пойти, обязательно предупреди родителей, куда, с кем ты идешь и когда вернешься, а также расскажи свой маршрут движения.
- ✚ Во время игр не залезай в стоящие бесхозные машины, подвалы и другие подобные места.
- ✚ Постарайся, чтобы твой маршрут не пролегал по лесу, парку, безлюдным и неосвещенным местам.
- ✚ Если тебе показалось, что тебя кто-то преследует, перейди на другую сторону дороги, зайди в магазин, на автобусную остановку, обратись к любому взрослому человеку.
- ✚ Если ты где-то задержался, попроси родителей встретить тебя.
- ✚ Если твой маршрут проходит по автомагистрали, иди навстречу транспорту.
- ✚ Если машина тормозит возле тебя, отойди от нее подальше.
- ✚ Если тебя остановили и попросили показать дорогу, постарайся объяснить все на словах, не садясь в машину.
- ✚ Если незнакомый человек представился другом твоих родственников или родителей, не спеши приглашать его домой, попроси дождаться прихода взрослых на улице.
- ✚ Если тебе навстречу идет шумная компания, перейди на другую сторону дороги, не вступай ни с кем в конфликт.
- ✚ Если к тебе пристали незнакомые люди, угрожает насилие, громко кричи, привлекай внимание прохожих, сопротивляйся. Твой крик - твоя форма защиты!
- ✚ В одиночку вечером старайся идти быстро, уверенно и не показывать страха; по возможности, старайся находиться ближе к людям, вызывающим доверие (пожилым парам, взрослым женщинам).

Если на улице в отношении тебя производят агрессивные действия

- ✚ Не жди, когда тебя схватят, убегай в сторону, где много людей.
- ✚ В случае нападения не стесняйся громко кричать, например «Пожар!», всеми

возможными способами привлекай к себе внимание проходящих мимо людей.

- ✚ Если тебе зажимают рот рукой, не бойся, укуси нападающего за руку.
- ✚ Старайся всевозможными способами причинить нападающему боль – ударь каблуком по ноге, дерись изо всех сил, используй любые подсобные средства (ключи от дома, ручку – вонзи ее в руку или ногу нападающего, аэрозоль – направь струю в глаза нападающего).
- ✚ Как только нападающий ослабит хватку – убегай.
- ✚ Если есть возможность, брось что-нибудь в лицо нападающему (мелочь, папку, сумку, песок в глаза и т.п.), чтобы на некоторое время привести нападающего в замешательство, убегай.

В подъезде

- ✚ Если при входе в подъезд ты заметил посторонних, подожди, пока кто-нибудь из знакомых не войдет в подъезд вместе с тобой.
- ✚ Если ты обнаружил, что дверь в твою квартиру открыта, не спеши входить, зайди к соседям и позвони домой.
- ✚ Прежде чем открыть дверь, посмотри в глазок, нет ли за дверью посторонних, если тебе не видно, но ты слышишь голоса, подожди, пока люди не уйдут с площадки.
- ✚ Открыв дверь и выйдя из квартиры, не забудь закрыть за собой дверь на ключ, и тогда ты можешь быть уверен, что тебя при возвращении не будет ждать дома преступник.
- ✚ Если ты вышел из квартиры и увидел подозрительных людей, вернись немедленно обратно.
- ✚ Не просматривай почту около ящика, поднимись домой и посмотри там.
- ✚ Если незнакомец оказался у тебя за спиной, повернись к нему лицом. В случае попытки напасть на тебя будь готов обороняться. Для этого ты можешь использовать портфель, сумку, мусорное ведро, ключи, брелок и т.п. Нанеси нападающему неожиданный удар и затем убегай, крича: «Пожар» или «Горим».

В лифте

- ✚ Не входи в лифт вместе с незнакомцем, особенно мужчиной, а также, если он уже находится в кабине лифта; не стесняйся – говори, что с ним вместе не поедешь.
- ✚ Если незнакомец успел войти в лифт, нажми кнопку ближайшего этажа, как только двери откроются, быстро выходи из лифта; в случае его агрессивного, подозрительного поведения не стесняйся - зови на помощь соседей.
- ✚ Не стой спиной к незнакомцу, наблюдай за его действиями.

Один дома

- ✚ Попроси своих друзей и знакомых, чтобы они предупреждали тебя о своем визите по телефону.
- ✚ Если звонят в вашу квартиру, не спеши открывать дверь, сначала посмотри в глазок и спроси, кто это (независимо от того, один ты дома или с близкими).
- ✚ На ответ «Я» дверь не открывай, попроси человека назваться.
- ✚ Если он представляется знакомым твоих родных, которых в данный момент нет дома, не открывая двери, попроси его прийти в другой раз и позвони родителям.
- ✚ Если человек называет незнакомую тебе фамилию, говоря, что ему дали этот адрес, не открывая двери, объясни ему, что неправильно записал нужный ему адрес и позвони родителям.
- ✚ Если незнакомец представился работником почты или другого учреждения

сферы коммунальных услуг, попроси его назвать фамилию и причину прихода, затем позвони родителям и выполни их указания.

- ✚ Если пришедший представился сотрудником отдела внутренних дел (милиции), не открывая двери, попроси прийти его в другое время, когда родители будут дома, и сообщи им.

- ✚ Если незнакомец попросил воспользоваться телефоном для вызова милиции или «скорой помощи», не спеши открывать дверь; уточнив, что необходимо сделать, сам вызови нужную службу.

- ✚ Если на лестничной площадке собралась компания, распивающая спиртные напитки и мешающая твоему отдыху, не вступай с ней в конфликт, а вызови полицию.

- ✚ В дверях квартиры не оставляй записки о том, куда и на сколько ты ушел.

В машине

- ✚ Нельзя садиться в машину к незнакомым людям, даже если за рулем или в салоне сидит женщина.

- ✚ Если есть необходимость добираться на машине, лучше вызвать известную службу такси, не следует обращаться к поискам такси через интернет.

- ✚ Попроси провожающих тебя людей записать номера машины, марку, фамилию водителя и сообщить эти данные, а также номера службы такси родителям.

- ✚ По ходу движения автомобиля старайся разговаривать по мобильному телефону с родителями, знакомыми, сообщая им маршрут передвижения.

- ✚ Не садись в машину, если в ней уже сидят пассажиры.

- ✚ Не соглашайся на предложение водителя взять попутчиков, если он настаивает, лучше выйти из машины.

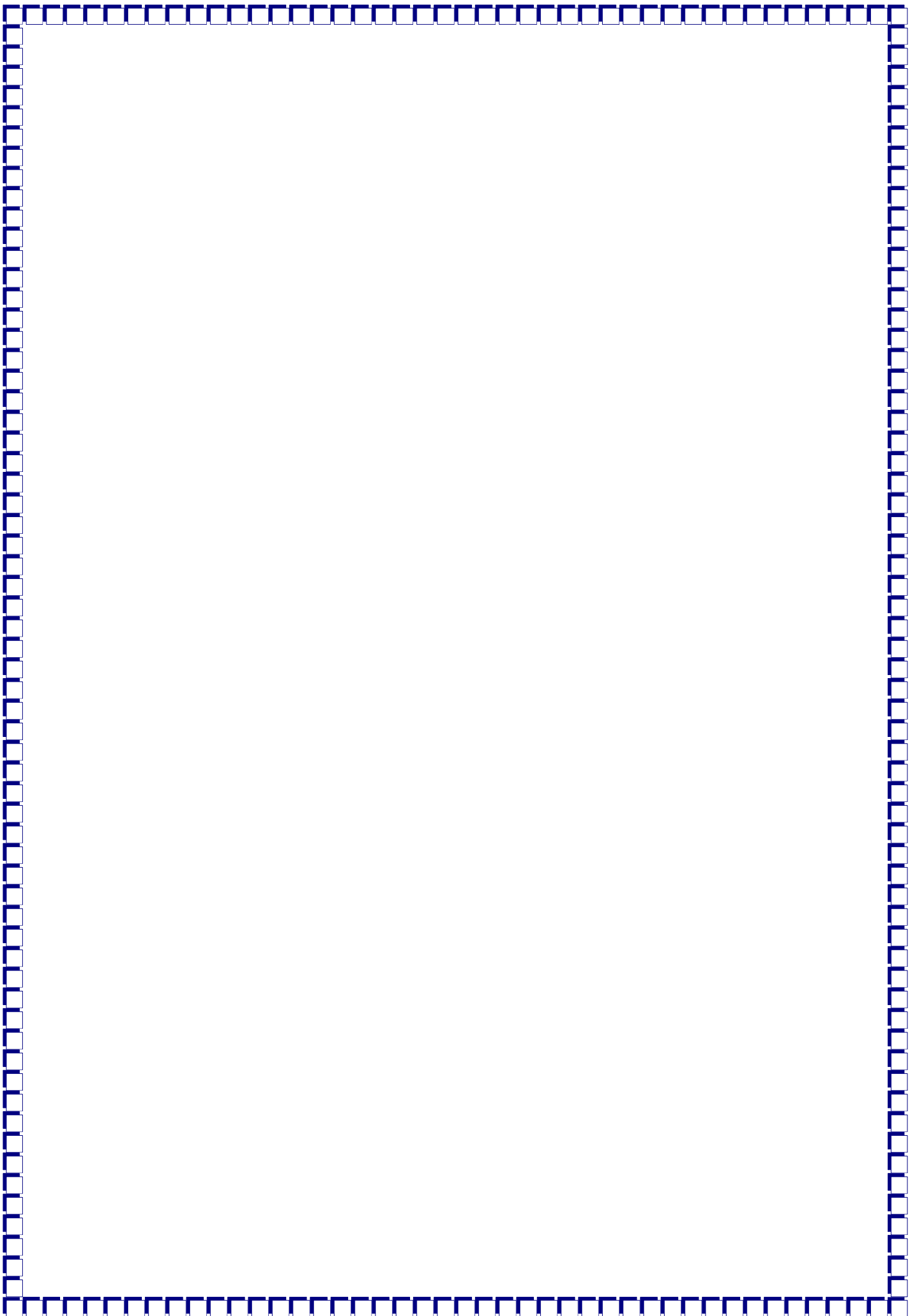
- ✚ Если водитель ведет себя подозрительно, начинает проявлять сексуальный интерес, попроси остановиться. Если это требование не выполняется, то сделай все возможное, чтобы привлечь внимание других водителей, сотрудников полиции (открывай двери, окна, кричи, хватайся за руль и старайся поворачивать его, постарайся разбить окно и т.п.).

Если ты собираешься делать покупки

- ✚ Перед выходом из дома пересчитай наличные деньги.

- ✚ Не говори никому о том, какой суммой денег ты располагаешь.

- ✚ Расплачиваясь, не показывай все деньги, имеющиеся у тебя.



ПАМЯТКА

ДЛЯ КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИЕ ТЕХНОЛОГИИ В ВОСПИТАТЕЛЬНОМ ПРОЦЕССЕ

Здоровьесберегающие технологии предполагают совокупность педагогических, психологических и медицинских воздействий, направленных на защиту и обеспечение здоровья, формирование ценного отношения к своему здоровью.

Современные подходы к состоянию здоровья обучающихся

Здоровье – состояние полного физического, психического и социального благополучия.

Здоровье обучающегося в норме, если:

- в физическом плане – здоровье позволяет ему справляться с учебной нагрузкой, студент умеет преодолевать усталость;
- в социальном плане – он коммуникабелен, общителен;
- в эмоциональном плане – обучающийся уравновешен, способен удивляться и восхищаться;
- в интеллектуальном плане – обучающийся проявляет хорошие умственные способности, наблюдательность, воображение, самообучаемость;
- в нравственном плане – он признает основные общечеловеческие ценности.

ГЛАВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩИХ ТЕХНОЛОГИЙ:

- «Не навреди!»
- Принцип сознательности и активности.
- Принцип непрерывности здоровьесберегающего процесса.
- Принцип всестороннего и гармонического развития личности.
- Принцип доступности и индивидуальности.
- Принцип систематичности и последовательности.
- Принцип системного чередования нагрузок и отдыха.
- Принцип постепенного наращивания оздоровительных воздействий.



Основные направления здоровьесбережения



Возможные каналы реализации здоровьесберегающих технологий

- Использование на уроках физкультминуток и проведение активных перемен;
- Стимулирование обучающихся заниматься в спортзалах, бассейне и на спортплощадках во внеурочное время;
- Проведение внеклассных мероприятий, акций и классных часов на тему «Здоровый образ жизни»;
- Участие в спортивных эстафетах, праздниках и спортивных соревнованиях;
- Участие в городских и районных соревнованиях.

Психолого-педагогические рекомендации применения здоровьесберегающих технологий в учебно-воспитательной работе классного руководителя с учебной группой

- устанавливать с обучающимися учебной группы доверительные, партнерские отношения;
- предотвращать возникновения дискомфортных состояний (продумывать максимальный умственный, психический, физический, нравственный комфорт);
- максимально использовать индивидуальные особенности обучающихся для повышения результативности их обучения, организации проведения внеклассных мероприятий, творческой и спортивной деятельности;
- применять активные формы и методы обучения.

Психолого-педагогические технологии здоровьесбережения

- Снятие эмоционального напряжения
- Создание благоприятного психологического климата на уроке
- Охрана здоровья и пропаганда здорового образа жизни
- Комплексное использование личностно-ориентированных технологий
- Образовательные технологии здоровьесберегающей направленности
- Технологии развивающего обучения
- Технология психологического сопровождения учебной группы

