



«Общение взрослых и детей и его влияние на создание благоприятного микроклимата в семье»

Семейное воспитание - это не морали и нотации, а весь образ жизни и образ мыслей родителей, это постоянное общение с детьми при условии соблюдения общечеловеческой морали, правил поведения и общения. **«Ребенок учится тому, что видит у себя в доме: родители пример тому»**, – вспоминается известное изречение. Именно жизнь в семье обеспечивает навыки здорового образа жизни, организации разумного досуга, добросовестного труда, умелого расходования честно заработанных денег.

Начнем с пробуждения.

- Соблюдение режима сна (ложиться и вставать в одно и то же время).

Медики утверждают, что недосыпание приводит к нежелательными биохимическим изменениям в организме. У детей эти изменения проявляются внешне в вялости, сонливости, раздражительности, плаксивости, в ослаблении внимания и памяти, в замедленной реакции. Но нарушение биохимических процессов имеет более глубокие последствия: постоянно не высыпавшийся ребенок растет более ослабленным, он чаще болеет.

Уметь воспитывать своих **детей**, уметь организовывать один день жизни ребенка в **семье** – это **владеть**, знаниями по основам медицины, гигиены, психологии, педагогики.

- Для нравственного здоровья **детей в семье**, для обеспечения ее жизнедеятельности поочередно должны вставать то мама, то папа. Такая традиция будет наглядно демонстрировать детям, что папа любит маму и бережет ее. Наступает время будить детей. Вспомните все ласковые слова, : "солнышко", "деточка", "рыбка" и т. д. К ласковым словам обязательно нужно добавить поцелуй. От того, как родители разбудят ребенка, и с каким настроением он проснется, зависит его психологический настрой на весь день. А день этот может быть светлым, радостным, удачным или хмурым, тяжелым, невезучим.

- Далее, что входит в заботу **родителей**, - утренняя гигиена **детей**: умыться, почистить зубы.

В образе жизни **семьи** заложено и обеспечивается физическое и нравственное здоровье **детей**.

- **Родителям** нужно проконтролировать себя, а, следовательно, и детей, как прощаются члены семьи, уходя в детский сад и на работу. Нередко о том, что кто-то ушел, можно догадаться по захлопнувшейся двери. Желательно ввести в традицию каждой семьи слова "до свидания", "я ухожу", "всего доброго", "счастливо оставаться" и т. д. Кроме того, желателен прощальный поцелуй. Ведь расстаются близкие люди на целый день. Вообще отмечено, что поцелуй – явление физиологическое, способствующее созданию положительных эмоций. Поцелуй важно вернуть в семью. Это станет выражением любви, уважения, привязанности на всю жизнь.

- Если у **родителей** есть хотя бы небольшая возможность выйти из дома с ребенком и дойти до детского сада вместе с ним, такую возможность упускать нельзя ни в коем случае. Совместная дорога – это **общение**, разговор по душам,

ненавязчивые советы, родительские оценки поведения собственного ребенка и его друзей.

- Родителям нужно научиться забирать *детей после детского сада*.

Не стоит первым задавать вопрос: "Как себя вёл сегодня?" Ученые отмечают, что в значительной степени детская ложь возникает из страха наказания или нежелания огорчать родителей не тем ответом, которые они ожидают. Лучше задать более нейтральные вопросы, на которые ребенок может ответить избирательно, вариативно: "Как провёл сегодня день в детском саду?", "Чем сегодня занимались?", "Что было интересного в детском саду?" Очень емкий вопрос: "Довольны ли тобой воспитатель?" Он включает все: как ты себя вел, как отвечал на занятиях. Данный вопрос предполагает умение ребенка общаться со взрослыми, быть к ним и почтительным и уважительным.

- В вечерние часы полезно приобщить *детей к домашнему труду*.

Но самое главное - уложить ребенка вовремя спать, чтобы утром он проснулся сам выспавшимся и бодрым.

Мы убедились, что семейное воспитание не требует чтения моралей и нотаций. Нужно правильно организовать жизнь всей **семьи**, *создать условия для общения*, исключить из *общения окрик*, грубые интонации, постараться *создать в семье атмосферу радости*, любви и взаимного уважения. Ребенок должен чувствовать, что он любим, что любовь *родителей к нему и его к родителям* имеет определенные проявления: желание помочь, облегчить работу, *создать хорошее настроение*, не огорчать. При правильном образе жизни в **семье** обеспечивается в комплексе физическое и нравственное воспитание, расширяется эмоциональная сфера, **создается** устойчивое психическое состояние.

