



Родителям учеников начальной школы

Правила помощи ребёнку при выполнении домашнего задания.

Возьмите за правило: так помогать ребёнку, чтобы способствовать развитию его способностей и самостоятельности. Следующие советы перечислены в таком

порядке, что каждый последующий предполагает оказание более серьёзной поддержки, чем предыдущий.

Объясните своему ребёнку, что вы считаете его способным всё выполнять самостоятельно. Но предупредите: «Если совсем не получается, можешь меня спросить»

Неукоснительное выполнение режима дня

- чётко определите время, в которое ребёнок должен приниматься за выполнение домашней работы;
- время, отведённое на выполнение домашних заданий, не должно ничем прерываться (телефон, телевизор, компьютер и т.п. подождут).

Хвалите ребёнка за промежуточные результаты. Это мотивирует и придаёт уверенности.

Распределение заданий по степени сложности

Целесообразно предложить ребёнку начинать выполнение заданий с самых лёгких. Таким образом, за сравнительно короткое время оказывается выполнено большее количество заданий, что порождает чувство удовлетворённости.

Не подсказывайте ребёнку, если чувствуете, что теперь он уверенно может доделать всё один

Сначала отметить то, что выполнено правильно

Сначала отметьте те задания, которые выполнены, верно, без ошибок. Относительно заданий, выполненных неверно, скажите ребёнку: «Я думаю, что ты ещё раз проверишь этот пример, то у тебя будет другой ответ». Это побуждает ребёнка возвращаться к заданию без отвращения и чувства бессилия.

Говорите с учителем о пробелах в знаниях вашего ребёнка и советуйтесь. Если вы будете объяснять ребёнку решения так же, как их объясняют в школе, вы избежите риска запутать малыша.

Требования к работам по литературе:

МБОУ СОШ №25

Заучивание текста наизусть (стихотворение или отрывок). Обучающийся учит текст наизусть, читает твердо, без подсказок, передает настроение рассказчика, подбирает правильную интонацию, запоминает автора и название текста. Оценивается в %.

Выразительное чтение текста. Обучающийся читает текст не менее трех раз, где обращает внимание на правильную постановку логического ударения; соблюдение пауз; правильно выбирает темп; соблюдает нужную интонацию; безошибочно читает текст. Оценивается в %.

Работа над навыками чтения. Обучающийся обязан ежедневно читать тексты художественной литературы (по выбору) не менее 40 минут. Контроль за временем возлагается на родителей. Учитель проводит контрольный срез техники чтения один раз в месяц. Результаты вносит в классный журнал в %.

Акцентное вычитывание текста (фронтальная проверка домашнего чтения). Обучающийся внимательно вчитывается в текст, прочитывает его не менее трех раз, запоминает автора, способ написания и основные моменты текста. На следующем уроке пишет проверочную работу по прочитанному тексту, где отвечает на вопросы и дает самооценку в баллах. Оценивается учителем в %.

Требования к выполнению домашнего задания в начальной школе

ХМАО-Югра, г. Сургут

ул. Декабристов, д. 8

Тел. 8 (3462) 52-56-65

Сайт школы: <http://school25.admsurgut.ru>



Общие требования:

- ◆ Домашние задания должны записываться в дневниках учащимися четко, полно и безошибочно.
- ◆ Домашние задания должны выполняться своевременно, обязательно и в полном объеме в соответствии с заданиями учебника или инструкцией учителя.
- ◆ Письменные задания должны быть оформлены чётко и аккуратно, синей пастой.
- ◆ При выполнении домашнего задания обязательно изучение теоретического материала.
- ◆ Перед выполнением домашнего задания в тетради, необходимо сделать работу в черновике с целью предупреждения ошибок и исправлений в тетради.
- ◆ В случае затруднений при выполнении домашнего задания, обучающиеся должны зафиксировать проблему (вопрос) по заданию для обсуждения с учителем и классом.
- ◆ Учитель имеет право оценить любую работу на своё усмотрение и выставить в классный журнал результаты (выборочно или всего класса, средние результаты за блок домашних заданий или баллы за отдельное задание).
- ◆ При отсутствии домашнего задания без уважительной причины, учитель может выставить 0 баллов в журнал.
- ◆ При отсутствии домашнего задания без уважительной причины, учащемуся необходимо выполнить эту работу и сдать на проверку учителю. Оценивание производится с вычетом 20% за несвоевременное выполнение домашнего задания.
- ◆ Отсутствующий учащийся по уважительной причине (болезнь или заявление родителей) обязан выполнить и представить домашнее задание в полном объеме позже. Если материал по новой теме, тогда учителем назначается консультация с последующей отработкой материала в указанный срок в течении недели.
- ◆ Учитель имеет право снизить оценку за домашнюю работу, если обучающимся не соблюдены требования к оформлению.
- ◆ Записи оформляются в соответствии с требованиями Единого орфографического режима:
Русский язык: между классной и домашней работой пропускается 2 строки, делается запись «Домашняя работа», указывается № упражнения. Выделение необходимых элементов производится карандашом и с помощью линейки.
Математика: между классной и домашней работой пропускается 4 клеточки, между заданиями – 2 клеточки, между столбиками примеров (примерами) – 3(4) клеточки, делается запись «Домашняя работа», при необходимости - «Работа над ошибками». Чертежи и схемы выполняются при помощи инструментов (карандаш, линейка, циркуль и т.д.). Исправление ошибок (при работе над ошибками, допущенными при выполнении домашнего задания) необходимо выполнять ручкой с зеленой пастой.

Русский язык. Домашнее списывание выполняется регулярно по 10 минут кроме субботы и воскресенья. Учитель проверяет наличие списываний и проводит контрольное списывание 1 раз в неделю (2,3 класс), 1 раз в 2 недели (4 класс).

Окружающий мир. ДСР оценивается в журнале баллами.

Литературное чтение. Требования к оформлению творческих работ

- Творческая работа оформляется на листе А4, сложенном пополам.
- На титульной странице посередине должна находиться верно оформленная запись:
- «Творческая работа
- по литературному чтению
- ученика (цы) _____ класса
- фамилия, имя (в родительном падеже)»
- Тема сочинения записывается на второй странице (сверху, посередине) без кавычек. Исключения составляют те темы, названия которых представляют собой цитату.
- Сочинение пишется после темы с красной строки.
- Почерк в сочинении должен быть разборчивым и аккуратным.
- Наличие иллюстрации.

Метапредметные результаты обучения на конец учебного года

соблюдать в повседневной жизни
формы речевого этикета и
правила устного общения;
выражать собственное мнение,
аргументировать его с учетом
ситуации общения;
уметь рационально использовать
время на уроке (при работе в паре,
в группе)

ХМАО-Югра, г. Сургут
ул. Декабристов, д. 8
Тел. 8 (3462) 52-56-65

Сайт школы: <http://school25.admsurgut.ru>

МБОУ СОШ №25

Что должен знать и уметь второклассник?



К концу второго года обучения ученик должен:

Русский язык

находить родственные слова;
видеть позиционное чередование звука;
определять с помощью толкового словаря лексическое значение слова;
выделять значимые части слова;
различать однокоренные слова и формы одного и того же слова;
подбирать примеры с определенной орфограммой;
подбирать синонимы и антонимы для точной характеристики предметов при их сравнении;
проверять орфограммы слабых позиций (ОСлП) в корне слова, путем его изменения или подбора однокоренных слов;
пользоваться орфографическим словарем;
правильно записывать слова с непроверяемыми орфограммами, изученными во 2 классе;
записывать под диктовку текст (35-40) слов с изученными орфограммами;
списывать по правилу не сложный по содержанию текст;
подбирать заголовки к тексту, отражающий его тему или основное содержание;
письменно излагать содержание несложного повествовательного текста.

Литературное чтение

понимать цель чтения;
прогнозировать содержание текста художественного произведения по заголовку, автору, жанру;
читать со скоростью, позволяющей понимать смысл прочитанного;
читать (вслух) выразительно доступные для данного возраста прозаические произведения и декламировать стихотворные произведения;

после предварительной подготовки;
определять главную мысль и героев произведения;
этически оценивать поступки персонажей, формировать свое отношение к героям произведения;
определять основные события и устанавливать их последовательность;
озаглавливать текст, передавая в заголовке главную мысль текста;
находить в тексте требуемую информацию (конкретные сведения, факты, описания);
задавать вопросы по содержанию произведения и отвечать на них, подтверждая ответ примерами из текста;
различать на практическом уровне виды текстов (художественный и научно-популярный);
участвовать в обсуждении прослушанного/прочитанного текста;
различать художественные произведения разных жанров (рассказ, басня, сказка, загадка, пословица), приводить примеры этих произведений;
составлять устный рассказ на основе прочитанных произведений с учетом коммуникативной задачи (для разных адресатов).

Математика

сравнивать многозначные числа в одной системе счисления, представлять их в виде суммы разрядных слагаемых;
читать и записывать многозначные числа (в пределах 10000) в десятичной системе счисления;
воспроизводить по памяти результаты табличных случаев сложения и вычитания;
выполнять устные вычисления на сложение и вычитание чисел в пределах 100;
выполнять сложение и вычитание многозначных

решать задачи на отношение «частей и целого» и разностное сравнение величин (в одно-два действия);
выполнять сложение и вычитание именованных чисел (без перевода единиц);
решать уравнения вида: $a + x = b$, $x + a = b$, $a - x = b$, $x - a = b$;
по схеме отмеривать величину, используя промежуточную мерку, измерять величину с помощью промежуточной мерки и описывать процесс измерения в виде схемы;
выполнять умножение и деление чисел с помощью числовой прямой;
вычислять длину ломаной линии, периметр многоугольника;
понимать основные принципы образования разрядных единиц в разных системах счисления

О
к
р
у
ж
а
ю
щ
и
й

м
и
р

использовать научные методы как наблюдение, эксперимент, измерение;
использовать способ прямого и косвенного измерения параметров объектов и процессов (пространственных характеристик, массы, времени, твердости

Какой он — выпускник начальной школы?

любящий свой народ, свой край и свою Родину;
уважающий и принимающий ценности семьи и общества;
любопытный, активно и заинтересованно познающий мир;
владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности;
готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки перед семьей и обществом;
доброжелательный, умеющий слушать и слышать собеседника, обосновывать свою позицию, высказывать свое мнение;
выполняющий правила здорового и безопасного для себя и окружающих образа жизни.

ХМАО-Югра, г. Сургут
ул. Декабристов, д. 8
Тел. 8 (3462) 52-56-65

Сайт школы: <http://school25.admsurgut.ru>

МБОУ СОШ №25

Что должен знать и уметь выпускник начальной школы?



К концу четвертого года обучения ученик должен:

Русский язык

различать, сравнивать, кратко характеризовать имя существительное, личное местоимение, глагол; слово, словосочетание и предложение;
выделять, находить начальную форму глагола: глаголы в формах настоящего, прошедшего и будущего времени; глаголы в формах 1, 2, 3-его лица;
определять спряжения глагола;
устанавливать при помощи смысловых (синтаксических) вопросов связь между словами в словосочетании и предложении;
разбирать по членам простое двусоставное предложение;
использовать разные способы решения орфографической задачи в зависимости от места орфограммы в слове;
подбирать примеры слов с определенной орфограммой;
определять (уточнять) написание слова по орфографическому словарю учебника;
безошибочно списывать и писать под диктовку тексты объемом 80-100 слов;
проверять собственный и предложенный текст, находить и исправлять орфографические и пунктуационные ошибки;
применять правила правописания:
непроверяемые гласные и согласные в корне слова (словарные слова, определенные программой);
не с глаголами;
мягкий знак после шипящих на конце глаголов;
мягкий знак в глаголах в сочетании – ться;
безударные личные окончания глаголов.

Литературное чтение

прогнозировать содержание текста художественного произведения по заголовку, автор, жанру;
читать со скоростью, позволяющей понимать смысл прочитанного;
читать (вслух) выразительно доступные для данного возраста прозаические произведения и декламировать стихотворные произведения после предварительной подготовки;
определять главную мысль и героев произведения;
этически оценивать поступки персонажей, формировать свое отношение к героям произведения;
определять основные события и устанавливать их последовательность;
озаглавливать текст, передавая в заголовке главную мысль текста;
находить в тексте требуемую информацию (конкретные сведения, факты, описания);
задавать вопросы по содержанию произведения и отвечать на них, подтверждая ответ примерами из текста;
различать на практическом уровне виды текстов (художественный и научно-популярный);
участвовать в обсуждении прослушанного/прочитанного текста;
различать художественные произведения разных жанров (рассказ, басня, сказка, загадка, пословица), приводить примеры этих произведений;
составлять устный рассказ на основе прочитанных произведений с учетом коммуникативной задачи (для разных адресатов).

Математика

использовать формулу прямой пропорциональной зависимости при решении текстовых задач на равномерные процессы;

использовать таблицы и плоскостные чертежи для моделирования равномерных процессов;
владеть различными единицами длины, площади, массы, времени;
читать, записывать цифрами (в пределах миллиона) и сравнивать многозначные числа;
выполнять сложение, вычитание, умножение и деление многозначных чисел;
осуществлять прикидку количества разрядов в результатах умножения и деления;
вычислять значения числовых выражений, включающих все арифметические действия с многозначными числами;
решать задачи (в два-три действия), включающие разные отношения между величинами;
выполнять все действия с именованными числами.

О

К

Р

У

Ж

А

Ю

Щ

И

Й

М

И

Р

название нашей планеты,
правила поведения в природе.
представителей растений своего региона: трав, кустарников и деревьев (не менее 3 из каждой группы), представителей

Метапредметные результаты обучения на конец учебного года

осуществлять контроль за действием
другого ученика по заданному
образцу;
оценивать действие другого ученика
по заданным критериям;
выполнять задание на основе
заданного алгоритма (простого);
отличать известное от неизвестного
в учебном материале;
формулировать «умный» вопрос к
действию другого ученика;
использовать знаково-символические
средства представления
информации (чертежи, формулы,
схемы) при решении задачи;
выделять в тексте ключевые слова
для решения задачи;
вступать в коммуникацию,
распределяя роли в малой группе.

МБОУ СОШ №25

Что должен знать и уметь первоклассник?

ХМАО-Югра, г. Сургут
ул. Декабристов, д. 8
Тел. 8 (3462) 52-56-65

Сайт школы: <http://school25.admsurgut.ru>



К концу первого года обучения первоклассник должен:

Русский язык

различать гл. и согл. звуки; типы согласных звуков;
уметь правильно называть буквы русского алфавита и понимать их «работу»;
владеть способами обозначения на письме тв. и мяг. согл. зв., звука [й], гл. зв. (в том числе после шипящих и ц);
понимать, что такое орфограмма (элемент «место» в буквенной записи высказывания (слова), который не может быть точно определён по произношению, есть выбор);
использовать средства обозначения на письме границ высказывания (большая буква в начале и знаки в конце высказывания);
применять правило употребления больших букв в именах собственных;
применять правило переноса слов по слогам;
определять количество слов в высказывании и различать названия предметов, действий, признаков и слова «помощники» (предлоги, союзы);
выделять слоги, определять ударный слог, звуковой состав слова;
строить графическую модель слова и составить упрощённую транскрипцию слова;
записывать слова и высказывания в соответствии с нормами графики;
выделять изученные орфограммы;
записывать под диктовку и списывать несложный текст (25 – 30 слов), написание слов в котором не расходится с произношением.

Литературное чтение

слушать сказки, рассказы, стихотворения;
читать вслух незнакомый несложный текст целыми словами, ориентируясь на ударения (темп чтения 30-40 слов в минуту);
отвечать на вопросы по содержанию прочитанного текста.
знать наизусть 2-3 стихотворения, 1-2 отрывка из прозаического произведения;
самостоятельно читать небольшие по объёму произведения (сказки, стихи, рассказы).
различать стихотворение, сказку, рассказ, загадку, пословицу, потешку;
определять примерную тему книги по обложке и иллюстрациям;
узнавать изученные произведения по отрывкам из них;
находить в тексте слова, подтверждающие характеристики героев и их поступки;

Математика

выделять разные параметры в одном предмете и производить по ним сравнение предметов (различать площадь и форму фигуры, сравнивать площади плоских фигур с помощью разрезания на части и перегруппировки этих частей);
описывать разностное отношение и отношение «частей и целого» с помощью чертежа и формул;
отмеривать величину с помощью данных мерки и числа, измерять величину заданной меркой и описывать эти действия с помощью схемы и формул;
строить числовую прямую по данным направлению, началу и шагу;

с помощью числовой прямой сравнивать числа, находить их сумму и разность;
выполнять сложение и вычитание в пределах 10 (на уровне навыка);
решать задачи на сложение и вычитание в одно действие;
различать геометрические фигуры: прямую, луч, отрезок, ломаную.

О
к
р
у
ж
а
ю
щ
и
й

м
и
р

иметь представление об объектах окружающего мира, о смене состояний объектов во времени (процессе);
уметь характеризовать объекты по наблюдаемым признакам;
уметь сравнивать объекты по выраженности одного из признаков (построение и чтение ряда);
знать классификации растений на культурные и дикорастущие, на деревья, кустарники и травы;
уметь характеризовать состояние объекта (изменение состояния);
уметь описывать ход процесса, выделяя начальное и конечное состояния объекта, а также характеризуя наблюдаемые

Метапредметные результаты обучения на конец учебного года

соблюдать в повседневной жизни формы речевого этикета и правила устного общения;

выражать собственное мнение, аргументировать его с учетом ситуации общения;

уметь рационально использовать время на уроке (при работе в паре, в группе)

уметь обнаруживать границу (дефицит) своих знаний и формулировать вопросы (задачи) для ее преодоления;

уметь строить развернутое рассуждение, приводить аргументы для обоснования своей точки зрения, приводить примеры для демонстрации своих тезисов;

уметь вести диалог, слушать и слышать собеседника, оценивать обоснованность его мнения; стремление к более точному выражению своей позиции;

уметь пользоваться справочной литературой (словарями, справочниками) с целью установления норм правописания и произношения (или каких-либо иных норм и точных сведений), нахождения нужной информации определений, правил, исключений из них и т.п.).

ХМАО-Югра, г. Сургут

ул. Декабристов, д. 8

Тел. 8 (3462) 52-56-65

Сайт школы: <http://school25.admsurgut.ru>

МБОУ СОШ №25

Что должен знать и уметь третьеклассник?



К концу третьего года обучения ученик должен:

Русский язык

определять с помощью словаря значения многозначного слова;
склонять существительные разного типа;
проверять ОСлП в падежных окончаниях существительных и прилагательных путём подстановки в высказывание «проверочного» слова с окончанием в сильной позиции;
определять тип спряжения глагола и проверять орфограммы в его окончаниях;
правильно записывать слова с непроверяемыми орфограммами, изученными во 2-3-м классах;
записывать под диктовку текст (55-60 слов) с изученными орфограммами;
списывать словосочетаниями несложный по содержанию текст без опоры на орфографическое проговаривание вслух;
составлять простой план повествовательного и описательного текста;
знать названия падежей;
уметь проверять орфограммы в окончаниях слов, называющих действия (орфограммы в формах прошедшего времени, **-ТЬСЯ, (-ТСЯ)**, буквы **О, Ё и Ъ** после шипящих, гласные в личных окончаниях);
знать основные правила проверки нефонемных написаний в падежных окончаниях (буква **И** в окончаниях слов на **-ий, -ия, ие**; буква **Г** в окончании **-ОГО, (-ЕГО)**; окончание **-ЫЙ, (-ИЙ)** в прилагательных мужского рода);
составлять звуковую и фонемную записи слова.

Литературное чтение

прогнозировать содержание текста художественного произведения по заголовку, автору, жанру;

читать со скоростью, позволяющей понимать смысл прочитанного;
читать (вслух) выразительно доступные для данного возраста прозаические произведения и декламировать стихотворные произведения после предварительной подготовки;
определять главную мысль и героев произведения;
этически оценивать поступки персонажей, формировать свое отношение к героям произведения;
определять основные события и устанавливать их последовательность;
озаглавливать текст, передавая в заголовке главную мысль текста;
находить в тексте требуемую информацию (конкретные сведения, факты, описания);
задавать вопросы по содержанию произведения и отвечать на них, подтверждая ответ примерами из текста;
различать на практическом уровне виды текстов (художественный и научно-популярный);
участвовать в обсуждении прослушанного/прочитанного текста;
различать художественные произведения разных жанров (рассказ, басня, сказка, загадка, пословица), приводить примеры этих произведений;
составлять устный рассказ на основе прочитанных произведений с учетом коммуникативной задачи (для разных адресатов).

Математика

использовать свойства умножения для поиска рациональных способов вычисления;
воспроизводить по памяти результаты табличных случаев умножения и деления;
выполнять устные вычисления в пределах 100;
выполнять все действия с именованными

решать уравнения вида: $a \cdot x = b$, $x \cdot a = b$, $a : x = b$, $x : a = b$;

читать чертежи и схемы, выполнять по ним вычисления;

строить окружность (круг) с помощью циркуля;

составлять выражения по чертежам и схемам,

вычислять значения числовых выражений,

используя правила порядка буквенных

выражений при заданных значениях букв;

измерять углы с помощью транспортира и

определять периметр прямоугольника;

анализировать задачи с однородными

величинами (выделять описываемые в

тексте величины и связывающие их

отношения) и представлять результаты

анализа на моделях (чертеж и схема).

О

К

Р

У

Ж

А

Ю

Ш

И

Й

М

И

Р

различать и называть страны и континенты,

океаны; города и природные ландшафты

России; формы рельефа местности;

масштабы природных явлений;

уметь строить и читать маршруты,

картосхемы, планы, простейшие графики

диаграммы, профили и разрезы, таблицы.

знать названий 3-4 рек России, 3-4 горных

массивов, 3-4 крупных озер, 3-4 морей,

омывающих берега России; уметь показать

КАК ПОМОЧЬ РЕБЕНКУ ХОРОШО УЧИТЬСЯ: СОВЕТЫ ПСИХОЛОГА



Как помочь ребенку хорошо учиться

*Теплые взаимоотношения ребенка с родителями играют большую роль в учебном процессе. До определенного возраста (примерно 10-12 лет) ребенок учитывает интересы родителей. Если он должен что-то делать, где требуется проявить волю – он делает это для родителей, а значит и процесс обучения он воспринимает как что-то, от чего родители были бы довольны. Для себя он играет, ест сладости, смотрит мультики. Поэтому стоит учитывать тот факт, что ребенок до определенного возраста не задумывается о том, что ему необходимо **учиться для себя** и своего будущего.*

распорядок дня

Общение с ребенком



-

Известно, что слаборазвитый словарный запас у детей, прямо пропорционально влияет на навыки грамотности. Без внешней помощи от 50% до 90% дети с коммуникационными потребностями впоследствии имеют проблемы с чтением. Багаж словарного запаса до 5 лет, является важным показателем квалификации достигнутых в школе спустя годы.

Организация режима дня

укрепляет их здоровье

-
-
-
-
-
-
-

, рисованием

- видом спорта

летних каникул

-

Развитие словарного запаса

- Чтение.

сказки

стихи

читать

выборе

книг

- Обсуждения.

- Говорить и высказываться.

-

-

-

- Игры со словами.

-

Контроль за выполнением домашнего задания

Родители также не должны забывать, что для того, чтобы ребенку было удобно и без напряжения делать домашнее задание, они должны организовать им комфортные условия и поддерживать морально.

Правильное питание – залог успешного обучения

завтрак, обед

Продукты, которые содержат данные вещества:

-

-

-

-

-

-

Нельзя забывать и о ежедневном количестве употребляемой воды. Вода – это очищение организма от токсинов, поэтому стоит приучить ребенка пить умеренное количество воды в течение дня.

Приучение детей к самостоятельности самостоятельности

-

В дошкольном возрасте

-
-
-
-

-

Ко второму классу

-
-
-

К своим 10 годам

-

Советы психолога

Для школьников начальных классов

-

-

-

КОНСТРУКТИВНЫЙ ВЫХОД ИЗ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ

1. На эмоциях конфликты не решаются! Привести себя в состояние психоэмоционального равновесия.
2. Решать вопросы по мере их поступления. Не копить обиды.
3. При общении с оппонентом говорить спокойно. Не переходить на личности.
«Относись к людям так, как хотите, чтобы относились к Вам.»
4. Решать вопросы только данного конфликта. Не валить всё в кучу.
5. Предложить варианты выхода из конфликтной ситуации с учётом интереса оппонента.
6. Выслушать предложения оппонента выхода из конфликтной ситуации.
7. Найти компромисс. Выбрать вариант, который бы устраивал обе стороны.
8. Если в семье есть дети, ни в коем случае не решать конфликтные ситуации при детях! Берегите психику детей! Семья для ребёнка – крепость. Охраняйте эту крепость! Дети, как губка, впитывают модель поведения родителей.

ВЫХОД ИЗ СТРЕССОВЫХ СИТУАЦИЙ

1. Если человек открывает рот, он говорит исключительно о себе!
2. Если на Вас кричат и обвиняют в чём-то, это не вы плохой, это человеку плохо, а его крик – это просьба о помощи. Значит, этот человек находится в стрессовой ситуации, и он не справляется с этой ситуацией.
3. Попробуйте понять этого человека. Поставьте себя мысленно на его место и если Вы понимаете причину стресса, Вам легче простить его. Обида это аутоагрессия - агрессия направленная на себя, именно она является причиной многих психосоматических расстройств. Научитесь прощать. Этим Вы поможете себе справиться со многими проблемами.
4. Если Вас всё-таки «понесло» и Вы не можете справиться с эмоциями, встаньте под душ, и на бегущую воду (вода – носитель информации) выговорите всё то, что не можете высказать человеку «прямо» в глаза по ряду причин: уважаете возраст, выше по чину, если человек способен на физическую агрессию.
5. Если на данный момент нет возможности встать под душ, порвите бумагу, выполните ряд физических упражнений (упал - отжался, приседания), выплесните агрессию на неодушевлённый предмет (побейте грушу, подушку), устройте генеральную уборку (чтобы устать), покричите в подушку или выполните ряд дыхательных упражнений (нормализуйте дыхание: на счёт один - вдох, на счёт один, два, три, четыре - выдох), раз в неделю устраивайте «бой» носочками, свёрнутыми в клубочек, (из выше предложенного выберите то, что подходит Вам) по возможности выполните пункт 4.
6. И помните: Вы самый лучший у себя! «Возлюби ближнего, как самого себя!»
7. 90% информации передаётся ментальным путём (мыслительно). На ментальном уровне простите источник стресса.

Упражнения для развития быстроты чтения

Все упражнения для развития скорочтения направлены на тренировку памяти, внимания, ритма и расширения поля зрения. Трудности, из-за которых дети медленно читают, существуют и у взрослых.

1. Упражнения для подавления внешней артикуляции.

На скорость чтения вслух должна отличаться от скорости чтения «про себя». Но у многих детей и те, и другие результаты, как правило, одинаковы. Это происходит из-за того, что во время чтения «про себя» они мысленно проговаривают слова. При выполнении упражнения для подавления внешней артикуляции ребенку рекомендуют читать, держа в зубах карандаш. При выполнении второго упражнения ребенок прикладывает к губам палец и читает, стараясь не шевелить губами. Через 3-5 минут палец убирается. Если ребенок сам или родители замечают, что губы снова начинают шевелиться, нужно снова приложить палец к губам.

2. Упражнения для подавления внутренней артикуляции.

Они рекомендованы подросткам, которые при чтении проговаривают слова мысленно:

- **Чтение плюс счет.** Выполняя это упражнение нужно читать и мысленно считать «про себя». В начале, конечно, ребенок не сможет запоминать то, о чем он прочитал, и это абсолютно нормальная реакция мозга. Но со временем его внимание и память смогут разграничивать чтение и счет. Занимаясь над повышением техники чтения необходимо все упражнения доводить до автоматизма. Мгновенного результата не получится, заниматься следует систематически.

- **Чтение плюс пение.** Принцип выполнения такого упражнения аналогичен предыдущему: при чтении нужно стараться мысленно пропевать какую-то песню или читать стих. Если делать это сложно, можно читая, напевать какой-то мотив вслух. Это также способствует подавлению внутренней артикуляции.

- **Чтение плюс стук.** Так как речь очень ритмична, при чтении необходимо выстукивать аритмичный рисунок. Выполняя упражнение важно не сбиваться с ритма. Лучше всего, начиная заниматься по предложенным упражнениям, взять интересную книгу с увлекательным сюжетом. Тогда при чтении стук уйдет на второй план. Упражнение тренирует внимание, умение переключаться с одной информации на другую и выполнение одновременно несколько действий.

3. Упражнение для тренировки чтения вслух – «буксир». Упражнение выполняется вместе с одним из родителей. Темп и ритм чтению задает родитель и требует от ребенка не отставать от него. Сам процесс чтения напоминает внешне чтение хором с хорошим темпом.

4. Ищем лишнее. Это упражнение направлено на поиск необходимых букв в тексте, без его прочтения. Продвигаясь от слова к слову, необходимо зачеркивать, подчеркивать или еще как-то выделять определенные буквы, причем делать это нужно с достаточной скоростью. Выполняя упражнение, ребенок тренирует память, держа в уме информацию, какую букву и как нужно отметить в тексте, т.е. он учится концентрироваться на определенной информации. На начальных этапах, можно совсем отказаться от выполнения упражнения на скорость, чтобы ребенок концентрировался только на качестве результата, и усложнять требования постепенно.

5. Ищем нужное. Выполняя это упражнение, необходимо бегло просматривать текст и искать нужное слово, выделяя его каким-либо образом (подчеркивание, зачеркивание и прочее).

6. Упражнение для расширения поля зрения. Берется числовая таблица с 15-ю ячейками и с числами от 1 до 20 (т.е. 5 из них пропущено). Выполняя упражнение, ребенок должен быстро определить каких именно чисел в таблице не хватает. Постепенно число ячеек можно увеличивать. Упражнение также тренирует внимание и память, так как ребенку нужно не только удерживать перед глазами таблицу, но и помнить, какие цифры он уже нашел, а какие еще нужно найти.

7. Анаграммы. Это игровое упражнение, в котором в ячейках таблицы зашифрованы слова, т.е. буквы переставлены местами. Оно тренирует быстроту восприятия, скорость мышления и развитие логики.

Не стоит затягивать занятия более, чем на 15 минут, если это ребенок 6-8 лет, и 25-30 минут, если ребенку около 10 лет. За одно занятие необходимо давать выполнять ему не одно какое-то упражнение, а некий комплекс, чтобы задействовать как можно больше мозговых структур.

Существуют упражнения, которые позволяют увеличить технику чтения до феноменальных результатов.

Если систематически заниматься, то в практическом плане результаты можно увеличить до нескольких тысяч знаков в минуту у подростков и взрослых и до 300-500 знаков у детей.



Цель чтения также бывает разной. Если нужно бегло просмотреть текст, чтобы выбрать книгу с более подходящей, насыщенной для чего-то информацией, то можно развивать скорочтение и с помощью других упражнений. Забегая наперед, следует отметить, что они больше подойдут подросткам, которые, например, готовятся к экзаменам и хотят выучить большее количество информации за меньшее время.

- **Упражнение «Шторки»**, основано на методе предугадывание, предвосхищения событий. Из листа формата А5 (по формату книги), нужно вырезать большой усеченный треугольник. Этот лист наложить на печатную страницу так, чтобы края строчек были закрыты, и попытаться прочитать ее так, насколько позволяет получившийся трафарет. Затем нужно попробовать пересказать прочитанное, чтобы оценить, насколько получилось уловить смысл прочитанного, ну а в конце, сравнить с оригиналом. Такое упражнение позволит тренировать внимание, память, логику и мышление.

- **Упражнение для подростков «Чтение на горизонтали»**. Здесь необходимо уходить от чтения по словам, а стараться воспринимать по 2-3 слова одновременно. Для этого берется текст и простым карандашом по нему прочерчиваются вертикальные линии, которые делят текст на 2-3 части. Читать текст нужно фрагментами, пытаясь понять одновременно смысл нескольких слов.

- **Упражнение для подростков «Чтение на вертикали»**. Выполняется аналогично предыдущему, с отличием того, что линии нужно проводить горизонтальные. Цель этого упражнения заключается в том, чтобы подросток учился воспринимать всю строчку целиком, не водя глазами вправо и влево.

Для достижения лучших результатов необходимо ежедневно тренироваться и учить как можно больше стихов и скороговорок.

Вместо заключения

Чтобы помочь ребенку в изучении школьного материала. Необходимо развивать в нем навыки скорочтения. Для этого необходимо взять на заметку все вышеперечисленные упражнения и старательно их выполнять с ребенком. Ведь этот метод дает возможность не только экономить время при чтении, но эффективно усваивать информацию.

Источник: <https://childage.ru/obuchenie-i-obrazovanie/nachalnaya-shkola/kak-nauchit-rebenka-chitat-byistro-i-pravilno.html>

Памятка для родителей «Алгоритм разрешения конфликта с детьми»

Шаги	Цели	Действия родителя
1.Прояснение конфликтной ситуации	Вовлечь ребенка в обсуждение проблемы	1. Сообщить ребенку, что имеется проблема, которую необходимо решать. Дать понять, что сотрудничество ребенка необходимо. Выслушать ребенка: уточнить в чем состоит проблема, что он хочет, что для него важно.
2.Сбор предложений	Собрать как можно больше вариантов решения	Узнать варианты, которые предлагает ребенок (свои высказать позже) не оценивая и не принижая предложенные решения. Настаивать на выдвижении как можно большего числа альтернатив
3.Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого	Активизировать ребенка на высказывания по поводу различных решений, сообщить свое мнение о каждом варианте.	Узнать, что думает ребенок о каждом из вариантов, сообщить свои чувства и интересы, сказать о наиболее оптимальном варианте и что не устраивает ребенка в выборе.
4.Детализация принятого решения	Принятие окончательного решения	Узнать, что думает ребенок о каждом оставшемся решении. Добиться, чтобы каждый обязался выполнить свою часть договора. Если решение состоит из нескольких пунктов, желательно зафиксировать их на бумаге.
5.Выработка способов выполнения решения	Спланировать процесс претворения в жизнь принятого решения	Вынести на обсуждение вопросы: «Когда начнем?», «Каковы критерии качества выполнения работы?»
6.Контроль и оценка его результатов	Способствовать реализации принятого решения.	Интересоваться у ребенка, по прежнему ли он удовлетворен принятым решением и его результатами. Пересмотр или корректировка решения, если потребуется.

Памятка по профилактике энтеровирусной инфекции

Энтеровирусные инфекции (ЭВИ) - группа острых заболеваний, вызываемых энтеровирусами, характеризующихся многообразием клинических проявлений от легких лихорадочных состояний до тяжелых менингитов.

Энтеровирусы устойчивы во внешней среде и длительное время могут сохраняться в сточных водах, плавательных бассейнах, открытых водоемах, предметах обихода, продуктах питания (молоко, фрукты, овощи). Вирус быстро погибает при прогревании, кипячении. ЭВИ характеризуются быстрым распространением заболевания. Возможные пути передачи инфекции: воздушно-капельный, контактно-бытовой, пищевой и водный. Серозный вирусный менингит является наиболее типичной и тяжелой формой энтеровирусной инфекции.

Источником инфекции являются больные и вирусоносители, в том числе больные бессимптомной формой.

Заболевание начинается остро, с подъема температуры тела до 39-40 градусов. Появляется сильная головная боль, головокружение, рвота, иногда боли в животе, спине, судорожный синдром, нередко выраженные катаральные проявления со стороны ротоглотки, верхних дыхательных путей. При появлении аналогичных жалоб необходимо срочно изолировать больного, т.к. он является источником заражения, для окружающих, и обратиться к врачу.

Учитывая возможные пути передачи, меры личной профилактики должны заключаться в соблюдении правил личной гигиены, соблюдении питьевого режима (кипяченая вода, бутилированная вода), тщательной обработки употребляемых фруктов, овощей и последующим ополаскиванием кипятком.

Следует избегать посещения массовых мероприятий, мест с большим количеством людей (общественный транспорт, кинотеатры и т.д.). Рекомендуется влажная уборка жилых помещений не реже 2 раз в день, проветривание помещений.

Ни в коем случае не допускать посещения ребенком организованного детского коллектива (школа, детские дошкольные учреждения) с любыми проявлениями заболевания. При первых признаках заболевания необходимо немедленно обращаться за медицинской помощью, не заниматься самолечением!