**Сентябрь**.

Беседа «Каждый имеет право» **Октябрь**.

Тема: «Право на семью». Для детей. Сюжетно- ролевая игра: «Семья». Беседа :«Жить и воспитываться в семье». Чтение стихотворения: «Заболел сынок». Памятка для родителей : «Жестокое обращение с детьми». **Ноябрь**.

Тема: Право на жилье и ее неприкосновенность Беседа "Моя Родина".

Консультация для родителей: «Как играть с малышом дома». **Декабрь.**

Тема :«Право на гражданство».

Для детей. Конструирование : «Мой дом». Беседа: «Дом, в котором ты живешь».

Информационный лист для родителей: «Декларация о правах ребенка».

**Январь.**

Тема : «Право на образование». Для детей.

Д/ игра: «Для чего этот предмет? » Консультация для родителей: «Защитим наших детей». **Февраль.**

Тема: «Право на отдых».

Для детей.

Рисование по замыслу :«Мы едем, едем, едем в далекие края. ».

Д/ игра: «Придумай другой конец сказки».

Беседа :«Расскажи о своих сказках».

Информация для родителей :«Совместный отдых родителей и детей».

**Март.** Для детей. Тема: «Право на медицинское обслуживание». Беседа : «В здоровом теле- здоровый дух».

Сюжетно- ролевая игра : «Больница».

Консультация для родителей: «О пользе закаливания».

**Апрель.**

Тема : «Право на охрану физического здоровья».

Для детей.

Загадывание загадок о спорте.

Чтение сказки «Зарядка и простуда».

Консультация для родителей : «Полезная и вредная пища».

**Май.**

Тема : «Дети имеют право говорить на родном языке;

Дети-инвалиды имеют право на особую заботу

Работа с родителями. Консультация «Почему дети разные? »Повышение компетентности родителей в нормативно-правовой сфере .

абота с детьми"Каждый маленький ребенок, должен знать это с пеленок". (О правилах безопасного поведения дома и в общественных местах) .

Согласно «Конвенции о правах ребенка», принятой ООН в 1989 году, ребенком признается каждое человеческое существо до достижения 18-летнего возраста. Способность иметь права (правоспособность) - возникает у человека с момента рождения. Способность самостоятельно осуществлять свои права и нести обязанности и ответственность (дееспособность) - возникает в полном объеме с наступлением совершеннолетия, то есть по достижении 18-летнего возраста; а также в (предусмотренных законом) случаях вступления в брак до достижения 18 лет; при объявлении лица, достигшего 16 лет, полностью дееспособным, если он работает по трудовому договору, либо, с согласия родителей, занимается предпринимательской деятельностью. Законными представителями несовершеннолетнего ребенка при осуществлении им своих прав являются родители или лица, их заменяющие. В Конституции России (Ст.2) закреплено, что «человек, его права и свободы являются высшей ценностью. Признание, соблюдение и защита прав и свобод человека и гражданина – обязанность государства».Правовой статус ребенка – это его права, обязанности и ответственность от рождения до достижения совершеннолетия. Правовой статус ребенка меняется в процессе взросления. Набор прав и обязанностей, характер ответственности определяется, прежде всего, возрастом ребенка. Права ребенка С рождения. К правам, которые ребенок приобретает с момента рождения, относятся: право на жизнь (ст.6 Конвенции о правах ребенка, ч.1 ст.20 Конституции РФ); право на имя, отчество и фамилию – с момента регистрации (ст.7 Конвенции оправах ребенка, ст.58 Конституции РФ); право на гражданство (ст.7 Конвенции о правах ребенка); право знать своих родителей, право жить и воспитываться в семье; право на всестороннее развитие и уважение человеческого достоинства (ст.27 Конвенции о правах ребенка); право на защиту своих прав и законных интересов родителями, органами опеки и попечительства, прокурором и судом (ст. 3 Конвенции о правах ребенка, ст. 56, 57 Семейного Кодекса РФ); имущественные права (ст. 9, 12 Конвенции о правах ребенка, ст. 60 Семейного Кодекса (СК) РФ); право на пользование наиболее совершенными услугами системы здравоохранения и средствами лечения болезней и восстановления здоровья (ст. 24 Конвенции о правах ребенка); право на отдых и досуг; на всестороннее участие в культурной и творческой жизни (ст. 31 Конвенции о правах ребенка); право на защиту от экономической эксплуатации (ст. 32 Конвенции о правах ребенка); право на защиту от незаконного употребления наркотических средств и психотропных веществ, использования в противозаконном производстве таких веществ и торговле ими (ст. 33 Конвенции о правах ребенка); право на защиту от сексуальной эксплуатации (ст. 34 Конвенции о правах ребенка); право на защиту от похищения, торговли или контрабанды (ст. 36 Конвенции о правах ребенка).

С полутора лет ребенок имеет право посещать ясли. С трех лет - вправе посещать детский сад. С шести лет ребенок имеет право на поступление в школу (право на образование, ст.43 Конституции РФ) и право на самостоятельное совершение мелких бытовых сделок (например, покупка канцелярских принадлежностей или продуктов); сделок, направленных на безвозмездное получение выгоды, не требующих ни нотариального удостоверения, ни государственной регистрации; сделок по распоряжению средствами, предоставленными законными представителями или, с их согласия, третьим лицом (ст. 28 ГК РФ). С восьми лет ребенок приобретает право быть членом и участником детского общественного объединения (ст. 19 Закона «Об общественных объединениях»). С десяти лет - имеет право дать согласие на изменение своего имени и (или) фамилии, на восстановление родителя в родительских правах, на свое усыновление или передачу в приемную семью (ст. 132, 134, 154 СК РФ). Выразить свое мнение о том, с кем из своих родителей, расторгающих брак в суде, он хотел бы проживать после развода. С четырнадцатилетнего возраста правовой статус ребенка значительно расширяется. У детей, достигших 14-летнего возраста, есть право давать согласие на изменение своего гражданства (ст.9 Закона «О гражданстве РФ»), право отмены усыновления (ст.142 СК РФ), право требовать установления отцовства в отношении своего ребенка в судебном порядке (ст.62 СК РФ), право без согласия родителей распоряжаться заработком (стипендией) и иными доходами, право без согласия родителей осуществлять права автора результатов своей интеллектуальной деятельности, право самостоятельно совершать некоторые сделки, нести ответственность по заключенным сделкам (ст.26 ГК РФ), а также за причиненный вред от злоупотреблений со стороны родителей (лиц, их заменяющих), право самостоятельно обращаться в суд для защиты своих интересов (ст.56 СК РФ), право быть принятым на работу в свободное от учебы время для выполнения легкого труда (ст.63 ТК РФ), право работать не более 24 часов в неделю (ст.92 ТК РФ), право на поощрение за труд (ст.191ТК РФ); право на ежегодный оплачиваемый отпуск продолжительностью 31 календарный день в удобное для себя время (ст.267ТК РФ); право на объединение в профсоюзы (ст.21 ТК РФ); право и обязанность иметь паспорт (Постановление Правительства РФ «Об утверждении положения о паспорте гражданина РФ»).С пятнадцатилетнего возраста у подростка появляется право соглашаться или не соглашаться на медицинское вмешательство (ст.24 Основ законодательства РФ об охране здоровья граждан); право быть принятым на работу в случаях получения основного общего образования, либо продолжение его освоения по иной, чем очная, форме обучения, либо оставления его в соответствии с законодательством (ст.63 ТК РФ). С шестнадцатилетнего возраста молодой человек имеет право работать не более 35 часов в неделю (ст.92 ТК РФ); право на признание членом кооператива (ст.26 ГК РФ); право с разрешения органа местного самоуправления при наличии уважительной причины вступить в брак (ст.13 СК РФ); право самостоятельно осуществлять родительские права (ст.62 СК РФ). Необходимо помнить, что положение человека в обществе определяется не только его правами, но и его обязанностями и ответственностью. Реализовать свои права можно только, исполняя обязанности и неся ответственность. Главная обязанность каждого человека, гражданина – соблюдать нормы права (Конституцию России и законы) и нормы морали (мы обязаны уважать права других людей, а их обязанность - уважать наши права).

Семья – маленький остров, на котором мы рождаемся и взрослеем. Здесь мы получаем все необходимое, чтобы вступить во взрослую жизнь. А, став взрослыми, создаем семью сами, начинаем воспитывать собственных детей. И так продолжается из поколения в поколение. Семья – естественная среда для жизни ребенка. Это своего рода убежище, обеспечивающее выживание растущему человеку. Права ребенка неотделимы от семьи. Семья несет за них ответственность. В «Конвенции о правах ребенка» закреплено, что родители или другие лица, воспитывающие ребенка, несут основную ответственность за обеспечение в пределах своих способностей и финансовых возможностей условий жизни, необходимых для развития ребенка. Чрезвычайно важно обеспечение равновесия между правами ребенка как личности и воспитательной и защитной ролью его семьи. Обеспечение интересов ребенка - предмет основной, но не единственной заботы их родителей, важен учет родителями своих интересов, интересов всех детей в семье, интересов семьи в целом. Не менее важным является осознание всем нашим обществом, взрослыми и детьми, каждым человеком необходимости устранения из нашего сознания непризнания ребенка самоценной личностью, имеющей свои права и обязанности. Государство должно уважать права и обязанности родителей и лиц, их замещающих (опекунов, попечителей, приемных родителей) и несущих непосредственную ответственность за благополучие, воспитание и развитие ребенка. Если права ребенка нарушаются в семье, их нужно защищать соответствующим службам. Кого принято считать детьми?Российское законодательство и Конвенция ООН о правах ребенка, которая на территории нашей страны вступила в силу 2 сентября 1990 года, определяют, что «ребенком является каждое человеческое существо до достижения 18-летнего возраста». Положение любого человека в обществе и в семье определяется не только его правами, но и обязанностями и ответственностью. Поведение детей должно отвечать моральным, нравственным представлениям. В меру своих возможностей, дети должны помогать родителям и должны выполнять те требования, которые в их же интересах им предъявляют родители: хорошо учиться, соблюдать установленный в семье порядок и т.д. Кто и как обязан осуществлять защиту прав и законных интересов ребенка до 18 лет? Эта ответственность лежит, в первую очередь, на родителях, а также органах опеки и попечительства, прокуратуре и суде. При нарушении прав и законных интересов родителями ребенок имеет право обратиться в органы опеки и попечительства самостоятельно, а при достижении возраста 14 лет – может обращаться для защиты своих интересов в суд. Любой гражданин или должностное лицо, которому стало известно об угрозе жизни и здоровью ребенка, о нарушении его прав и законных интересов, обязан сообщить об этом в органы опеки и попечительства. За содействием в защите своих прав ребенок может обратиться и к уполномоченному по правам ребенка . Как можно изменить имя и фамилию ребенка? Если ребенку нет 16 лет, по совместной просьбе родителей с согласия ребенка орган опеки и попечительства может разрешить изменить имя и фамилию ребенка. Если второй родитель проживает отдельно, необходимо учитывать его мнение. Если местонахождения родителя неизвестно или он лишен родительских прав, учет его мнения становится необязательным. Имеют ли право родители представлять интересы своих детей, если между интересами детей и их родителей есть существенные противоречия? Нет, не могут, органом опеки и попечительства при установлении этих противоречий назначается представитель для защиты прав и интересов ребенка. Какую ответственность несут родители, осуществляющие родительские права в ущерб правам и интересам детей, допускающие жестокость по отношению к детям? При непосредственной угрозе жизни и здоровью ребенка орган опеки и попечительства вправе немедленно отобрать его у родителей (одного из них). Как меры защиты детей от жестокого обращения с ними в семье законом для родителей предусмотрено «лишение родителей родительских прав» или «ограничение родительских прав». Ограничение родительских прав осуществляется судом, это временная мера, которая обычно применяется в целях предупреждения какой-либо опасности, грозящей жизни и здоровью ребенка либо его воспитанию. Если родители не изменяют своего поведения, орган опеки и попечительства по истечении шести месяцев обязан предъявить иск о лишении родительских прав. При рассмотрении дела об ограничении родительских прав суд решает вопрос о взыскании алиментов на ребенка с родителей. Ограничение родительских прав не исключает полностью контактов родителя, чьи родительские права были ограничены, с ребенком. С согласия органа опеки и попечительства или иных законных представителей ребенка такие контакты возможны, если они не оказывают на ребенка вредного воздействия. Лишение родительских прав является исключительной мерой, которая применяется в случаях, если родители:- уклоняются от выполнения обязанностей родителей, в том числе при злостном уклонении от уплаты алиментов; - отказываются без уважительных причин взять своего ребенка из родильного дома либо иного лечебного учреждения, воспитательного учреждения, учреждения социальной защиты населения или из других учреждений;

- злоупотребляют своими родительскими правами;

- жестоко обращаются с детьми, в том числе осуществляют физическое или психическое насилие, покушаются на их половую неприкосновенность;

- являются больными хроническим алкоголизмом или наркоманией;

- совершили умышленное преступление против жизни и здоровья своих детей, либо против жизни или здоровья своего супруга.

Родитель, лишенный родительских прав, лишается всех прав, основанных на факте родства с ребенком, но это не освобождает его от обязанности содержать своего ребенка. Если родитель изменил свое поведение, образ жизни или отношение к воспитанию ребенка, он может быть судом восстановлен в родительских правах. С какого возраста ребенок имеет право выражать собственное мнение? При решении в семье любого вопроса, затрагивающего личные интересы ребенка, он вправе выражать свое мнение, в том числе в ходе судебного или административного разбирательства. Как только ребенку исполняется 10 лет, учет его мнения становится обязательным. Изменение имени и фамилии ребенка, восстановление прав родителя, лишенного по суду родительских прав, усыновление, передача ребенка на воспитание в приемную семью, под патронат возможны только с его согласия, если ребенку исполнилось 10 лет. Конвенция о правах ребенка требует, чтобы государство предоставляло право на выражение собственных взглядов любому ребенку, который способен сформулировать свое мнение. И этим взглядам необходимо уделять должное внимание в соответствии с возрастом и зрелостью маленького гражданина.



В наше время проблема защиты детей от жестокого обращения и насилия становится все более и более актуальной. Что попадает под понятие “жестокое обращение с детьми”? Какими нормативными документами руководствоваться в таких случаях? Как должны вести себя сотрудники школы при выявлении случаев жестокого обращения с детьми их родителями? Какие действия учителя можно трактовать как жестокое обращение с ребенком? Какая мера ответственности может быть?

Cамым массово подписанным международным документом в рамках Организации Объединенных Наций является Конвенция о правах ребенка. Конвенция предусматривает обязательство государства защитить детей от жестокого обращения. Государства-участники должны обеспечивать, “чтобы ни один ребенок не был подвергнут пыткам или другим жестоким, бесчеловечным или унижающим достоинство видам обращения или наказания” (п. “а” ст. 37). Статьей 19 Конвенции установлена необходимость защиты прав ребенка от всех форм физического или психического насилия, оскорбления или злоупотребления, отсутствия заботы или небрежного обращения, грубого обращения или эксплуатации (ст. 19 Конвенции о правах ребенка).

Жестокое обращение не сводится только к избиению. Не менее травмирующими могут быть насмешки, оскорбления, унижающие сравнения, необоснованная критика. Кроме того, это может быть отвержение, холодность, оставление без психологической и моральной поддержки. Действующее российское законодательство не дает четкого определения термина “жестокое обращение с детьми”. Это словосочетание впервые появилось в Кодексе о браке и семье РСФСР в 1969 году (в настоящее время документ не действует). Статьей 59 Кодекса жестокое обращение с детьми называлось одним из оснований для лишения родительских прав, но содержание самого понятия не расшифровывалось. Исходя из анализа норм многочисленных законодательных актов, можно дать следующее определение: “Жестокое обращение с детьми — действия (или бездействие) родителей, воспитателей и других лиц, наносящее ущерб физическому или психическому здоровью ребенка”.

**Формы жестокого обращения**

Выделяют несколько форм жестокого обращения: физическое, сексуальное, психическое насилие, отсутствие заботы. **Насилие** — любая форма взаимоотношений, направленная на установление или удержание контроля силой над другим человеком.

[**Физическое насилие**](http://www.biblios.ru/8385) — действия (бездействие) со стороны родителей или других взрослых, в результате которых физическое и умственное здоровье ребенка нарушается или находится под угрозой нарушения.

[Психологическое (эмоциональное) насилие](http://www.biblios.ru/8646) — это поведение, вызывающее у детей страх, психологическое давление в унизительных формах (унижение, оскорбление), обвинения в адрес ребенка (брань, крики), принижение его успехов, отвержение ребенка, совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к супругу или другим детям и т.п.

[**Сексуальное насилие над детьми**](http://www.biblios.ru/8778) — любой контакт или взаимодействие, в котором ребенок сексуально стимулируется или используется для сексуальной стимуляции.

[**Пренебрежение основными потребностями ребенка**](http://www.biblios.ru/8911) — невнимание к основным нуждам ребенка в пище, одежде, медицинском обслуживании, присмотре.

**Признаки жестокого обращения с детьми**

Можно выделить несколько явных признаков жестокого обращения с детьми, при наличии которых необходимо незамедлительно проинформировать правоохранительные органы:

* следы побоев, истязаний, другого физического воздействия (за совершение таких действий установлена уголовная ответственность, предусмотренная статьями главы 16) следы сексуального насилия (ответственность за эти действия предусмотрена главой 18 Уголовного кодекса РФ «Преступления против половой неприкосновенности и половой свободы личности»);
* запущенное состояние детей (педикулез, дистрофия и т.д.);
* отсутствие нормальных условий существования ребенка: антисанитарное состояние жилья, несоблюдение элементарных правил гигиены, отсутствие в доме спальных мест, постельных принадлежностей, одежды, пищи и иных предметов, соответствующих возрастным потребностям детей и необходимых для ухода за ними (см. ст. 156 УК РФ «Неисполнение обязанностей по воспитанию несовершеннолетнего»);
* систематическое пьянство родителей, драки в присутствии ребенка, лишение его сна, ребенка выгоняют из дома и др.

Если сотрудникам образовательного учреждения становится известен хотя бы один из перечисленных признаков, им следует направить служебную записку руководителю образовательного учреждения о выявленном случае жестокого обращения с ребенком. Руководитель образовательного учреждения немедленно сообщает об этом по телефону (а затем в течение одного дня направляет письменную информацию) в органы опеки и попечительства для проведения обследования условий жизни и воспитания ребенка.

Специалист по охране прав детства совместно со специалистом образовательного учреждения, сотрудником органов внутренних дел (при необходимости) незамедлительно проводят обследование условий жизни и воспитания ребенка, по результатам которого составляется акт обследования.

По итогам проведенных мероприятий руководитель образовательного учреждения направляет в правоохранительные органы информацию о происшедшем, зафиксировав номер исходящего сообщения, приложив акт обследования условий жизни и воспитания ребенка, оставив копии сообщений и прилагаемых материалов в документах по делопроизводству. Соответствующая информация может быть направлена в органы внутренних дел либо в органы прокуратуры. Здесь не стоит бояться ошибиться — в любом случае заявление будет передано по подведомственности, и на него правоохранительные органы должны отреагировать в обязательном порядке. Руководитель образовательного учреждения направляет информацию о выявлении признаков жестокого обращения с ребенком в комиссию по делам несовершеннолетних, зафиксировав номер исходящего сообщения, оставив копии сообщений и прилагаемых материалов в документах по делопроизводству. **Ответственность за жестокое обращение с детьми** Российским законодательством установлено несколько видов ответственности лиц, допускающих жестокое обращение с ребенком.

[Административная ответственность](http://www.biblios.ru/9045). Кодексом РФ об административных правонарушениях предусмотрена ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и интересов несовершеннолетних — в виде предупреждения или наложения административного штрафа в размере от ста до пятисот рублей (ст. 5.35 КоАП РФ).

[Уголовная ответственность](http://www.biblios.ru/9180). Российское уголовное законодательство предусматривает ответственность за все виды физического и сексуального насилия над детьми, а также по ряду статей — за психическое насилие и за пренебрежение основными потребностями детей, отсутствие заботы о них.

Во все времена говорилось, что в воспитании нет рецептов. И, тем не менее, мы попытаемся вам дать некоторые заповеди, которые помогут облегчить ваш труд в воспитании ребёнка:

**Заповедь первая**:

      Никогда не предпринимайте воспитательных воздействий в плохом настроении.

**Заповедь вторая**:

      Ясно определите, чего вы хотите от ребёнка (и объясните это ему), а также узнайте, что он думает по этому поводу, убедите его, что ваши воспитательные цели – это и его цели.

**Заповедь третья**:

      Предоставьте ребёнку самостоятельность, воспитывайте, но не контролируйте каждый его шаг.

**Заповедь четвёртая:**

      Не подсказывайте готовое решения, а показывайте возможные пути к нему и разбирайте с ребёнком его правильные и ложные шаги к цели.

**Заповедь пятая:**

      Не пропустите момента, когда достигнут первый успех, хвалите ребёнка за каждый удачный его шаг. Причём хвалите не вообще, а конкретно! Не «Ты – молодец», а обязательно «Ты – молодец, потому что…».

**Заповедь шестая**:

      Если же ребёнок делает какое-то неверное действие, совершает ошибку, то укажите ему на эту ошибку. Сразу дайте оценку поступку и сделайте паузу, чтобы ребёнок осознал услышанное.

**Заповедь седьмая**:

      Оценивайте поступок, а не личность: сущность человека и отдельные его поступки не одно и тоже. «Ты – плохой!» (оценка личности) звучит очень часто вместо правильного «Ты поступил плохо!» (оценка поступка).

Немаловажное дополнение: ваше замечание по поводу ошибки или поступка должно быть кратким, определённым.

**Заповедь восьмая**:

      Дайте ребёнку ощутить (улыбнитесь, прикоснитесь), что сочувствуете ему, верите в него, хорошего мнения о нём, несмотря на его оплошность. Дайте понять (но не обязательно это говорить), что когда этот неприятный разговор будет окончен, то инцидент окажется исчерпанным.

**Заповедь девятая**:

      Воспитание – это последовательность целей. Помогите ребёнку строить систему перспективных целей – от дальней к средней и от неё к сегодняшней.

**Заповедь десятая**:

      Вы должны быть твёрдым, но добрым. Ни абсолютная твёрдость во что бы то ни стало, ни такая же безграничная доброта не годятся в качестве единственного основополагающего принципа воспитания.

      Всё хорошо в своё время, и надо уметь применять разные методы в соответствии с конкретной ситуацией. Тогда воспитание будет ещё и своевременным.

Впервые в истории российского семейного права СК РФ устанавливает права детей в семье. Он рассматривает детей не как объект «родительской власти», а как самостоятельных участников отношений с отцом и матерью, другими родственниками. В этой части семейное право приведено в соответствие с Конвенцией ООН о правах ребенка, участником которой Россия является с 1990 г.

Конвенция признает ребенка личностью, имеющей право на физическое, умственное и социальное развитие в самом полном объеме, а также на свободное выражение своего мнения. Она подтверждает общеизвестную истину, что надежды на будущее любой страны связаны с молодым поколением ее граждан.

СКРФ**,** как и Конвенция ООН о правах ребенка, признает ребенком лицо, не достигшее 18 лет, и устанавливает основные права детей в семье, реализация которых обеспечивает ребенку возможности для нормального развития и получения надлежащего воспитания. К основным правам ребенка СК РФ относит:

**Право жить и воспитываться в семье** (ст. 54 СК РФ).

Это право является одним из важнейших прав ребенка, поскольку воспитание в семье имеет чрезвычайно важное значение для его физического и нравственного становления. В процессе воспитания ребенка принимают участие, как правило, все взрослые члены семьи, однако ответственность за воспитание детей возлагается на его родителей. Именно родители прежде всего помогают ребенку стать полноценным членом общества, воспитывают в нем нравственные принципы, передают жизненный опыт, оказывают воздействие на формирование его характера, влияют на уровень его образования и на все его последующее развитие. В соответствии со статьей 38 Конституции РФ «забота о детях, их воспитание – равное право и обязанность родителей».

Ребенок вправе жить вместе со своими родителями. При отсутствии на то установленных законом оснований ни один государственный орган не вправе разлучить ребенка с родителями. Так, ребенок может быть передан на воспитание другим лицам или помещен в детское учреждение против воли родителей лишь в тех случаях, когда последние лишены родительских прав или ограничены в родительских правах, поскольку суд пришел к выводу, что оставление ребенка у родителей опасно для него (См. 4 настоящей главы).

Местом жительства детей в возрасте до 14 лет является место жительства их родителей (ст. 20 ГК РФ). При раздельном проживании родителей они сами определяют, с кем из них будет проживать ребенок, а в случае спора это решает суд исходя из интересов ребенка и с учетом его мнения (п. 3 ст. 65 СК РФ). Несовершеннолетние, достигшие четырнадцати лет, могут выбрать место своего жительства с согласия их родителей.

Дети, оставшиеся по каким-либо причинам без родительского попечения, утратившие возможность жить в своей собственной семье, передаются на попечение органов опеки и попечительства, которые определяют их последующую судьбу. При устройстве таких детей СК РФ исходит из приоритета семейного воспитания детей (ст. 1 СК РФ). Только в случаях, когда устроить ребенка в семью невозможно, предусмотрено помещение его на воспитание и содержание в соответствующее детское учреждение (ст. 123 СК РФ). О формах семейного воспитания детей, оставшихся без попечения родителей.

### 



Родители знают, что дети любят играть, поощряют их самостоятельные игры, покупают игрушки. Но не все при этом задумываются, каково воспитательное значение детских игр. Они считают, что игра служит для забавы, для развлечения ребёнка. Другие видят в ней одно из средств отвлечения малыша от шалостей, капризов, заполнение его свободного времени, чтобы был при деле. Те же родители, которые постоянно играют с детьми, наблюдают за игрой, ценят её, как одно из важных средств воспитания. Для ребёнка дошкольного возраста игра является ведущей деятельностью, в которой проходит его психическое развитие, формируется личность в целом. Жизнь взрослых интересует детей не только своей внешней стороной. Их привлекает внутренний мир людей, взаимоотношения между ними, отношение родителей друг к другу, к друзьям, к другим близким, самому ребёнку. Их отношение к труду, к окружающим предметам. Дети подражают родителям: манере обращаться с окружающими, их поступками, трудовым действиям. И всё это они переносят в свои игры, закрепляя, таким образом, накопленный опыт поведения, формы отношения.

С накоплением жизненного опыта, под влиянием обучения, воспитания – игры детей становятся более содержательными, разнообразными по сюжетам, тематике, по количеству исполняемых ролей, участников игры. В играх ребёнок начинает отражать не только быт семьи, факты, непосредственно воспринимаемые им. Но и образы героев прочитанных ему сказок, рассказов, которые ему надо создать по представлению. Однако без руководства со стороны взрослых дети даже старшего дошкольного возраста не всегда умеют играть. Одни слабо владеют умениями применять имеющие знания, не умеют фантазировать, другие, умея играть самостоятельно, не владеют организаторскими способностями.

Им трудно сговариваться с партнёрами, действовать сообща. Кто-то из старших членов семьи, включаясь в игру, может стать связующим звеном между детьми, учить их играть вместе. Партнёры-организаторы также могут играть вместе. Обычно каждый навязывает другому свою тему игры, стремясь быть в главной роли. В этом случае без помощи взрослого не обойтись. Можно выполнить главную роль по очереди, взрослому можно взять второстепенную роль. Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащает детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы.

Авторитет отца и матери, всё знающих и умеющих. Растёт в глазах детей, а с ним растёт любовь и преданность к близким. Хорошо, если дошкольник умеет самостоятельно затевать игру, подобрать нужный игровой материал, построить мысленно план игры, сговариваться с партнёрами по игре или сумеет принять его замысел и совместно выполнять задуманное. Тогда можно говорить об умении дошкольника играть. Но и эти дети требуют внимание и серьёзного отношения к своим играм. Им бывает необходимо посоветоваться с матерью, отцом, бабушкой, старшим братом, сестрой. По ходу игры, спросить, уточнить, получить одобрение своих поступков, действий, утверждаясь, таким образом, в формах поведения. Младшие дошкольник 2-4 лет не только не умеют играть вместе, они не умеют играть самостоятельно. Малыш обычно бесцельно возит взад-вперёд машину, не находя ей большего применения, он её быстро бросает, требует новую игрушку. Самостоятельность в игре формируется постепенно, в процессе игрового общения со взрослыми, со старшими детьми, с ровесниками. Развитие самостоятельности во многом зависит от того, как организована жизнь ребёнка в игре. Ждать, пока он сам начнёт играть самостоятельно – значит заведомо тормозить развитие детской личности. Одним из важных педагогических условий, способствующих развитию игры маленького ребёнка, является подбор игрушек по возрасту. Для малыша игрушка – центр игры, материальная опора. Она наталкивает его на тему игры, рождает новые связи, вызывает желание действовать с ней, обогащает чувственный опыт. Но игрушки, которые нравятся взрослым, не всегда оказывают воспитательное значение для детей. Иногда простая коробка из-под обуви ценнее любой заводной игрушки. Коробка может быть прицепом для машины, в которой можно перевозить кубики, солдат, кирпичики, или устроить в коробке коляску для кукол.

В игровом хозяйстве ребёнка должны быть разные игрушки: сюжетно-образные (изображающие людей, животных, предметы труда, быта, транспорт и др.), двигательные (различные каталки, коляски, мячи, скакалки, спортивные игрушки), строительные наборы, дидактические (разнообразные башенки, матрёшки, настольные игры). Приобретая игрушку, важно обращать внимание не только на новизну, привлекательность, стоимость, но и на педагогическую целесообразность. Прежде чем сделать очередную покупку, неплохо поговорить с сыном или дочерью о том, какая игрушка ему нужна и для какой игры. Часто девочки играют только с куклами, поэтому часто они лишены радости играть в такие игры, в которых формируется смекалка, находчивость, творческие способности. Девочки с куклами играют или в одиночку, или только с девочками. С мальчиками у них нет общих интересов и нет предпосылок для возникновения дружеских взаимоотношений между детьми. Мальчики обычно играют с машинами, с детским оружием. Такие игрушки тоже ограничивают круг общения с девочками. Лучше, когда мы – взрослые, не будем делить игрушки на «девчоночьи» и на «мальчишечьи». Важно, чтобы малыш получил возможность заботиться о ком-то. Мягкие игрушки, изображающие людей и животных, радуют детей своим привлекательным видом, вызывают положительные эмоции, желание играть с ними, особенно если взрослые с ранних лет приучают беречь игрушки, сохранять их опрятный вид. Эти игрушки оказываются первыми помощниками детей в приобретении опыта общения с окружающими детьми и взрослыми. Если у ребёнка нет сестёр и братьев, то игрушки фактически являются его партнёрами по играм, с которыми он делит свои горести и радости. Игры со строительным материалом развивают у детей чувство формы, пространства, цвета, воображение, конструктивные способности. Иногда взрослым надо помочь так построить ту или иную постройку, вместе подумать, какие детали нужны, какого цвета, как закрепить, чем дополнить недостающие конструкции, как использовать постройку в игре. Игры: лото, домино, парные картинки, открывают перед детьми возможность получать удовольствие от игры, развивают память, внимание, наблюдательность, глазомер, мелкие мышцы рук, учатся выдержке, терпению. Такие игры имеют организующее действие, поскольку предлагают строго выполнять правила. Интересно играть в такие игры со всей семьёй, чтобы все партнёры были равными в правилах игры. Маленький также привыкает к тому, что ему надо играть, соблюдая правила, постигая их смысл. Если ребёнку только что купили игрушку, и он знает, как ей играть, лучше предоставить ему возможность действовать самостоятельно. Но скоро опыт ребёнка истощается. Игрушка становится не интересной. Здесь нужна помощь старших, подсказать новое игровое действие, показать их, предложить дополнительный игровой материал к сложившейся игре. Играя вместе с ребёнком, родителям важно следить за своим планом. Ровный, спокойный, доброжелательный тон равного по игре партнёра вселяет ребёнку уверенность в том, что его понимают, с ним хотят играть. Если у дошкольника, особенно у маленького, есть игровой уголок, то время от времени ему следует разрешать играть в комнате, где собирается вечерами семья, в кухне, в комнате бабушки, где новая обстановка, где всё интересно. Новая обстановка рождает новые игровые действия, сюжеты. Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Общение в игре не бывает бесплодно для малыша. Чем больше выпадает дорогих минут в обществе близких ему людей, тем больше взаимоотношения, общих интересов, любви между ними в дальнейшем. «Игры на кухне» Используя игру при организации повседневных домашних дел можно научить малыша многому полезному и интересному. Н-р, при приготовлении обеда можно на кухне поиграть с ребенком в следующие игры:

«Съедобное-несъедобное». Цель: развитие внимания, памяти, расширение словарного запаса. Правила игры: Взрослый называет разные предметы (н-р картошка, нож, вилка, торт, кастрюля и т. п.) ребенок в свою очередь должен отвечать «съедобное» или «несъедобное». Потом можно поменяться ролями. Отгадываем «Вкусные» загадки. В поле родился, На заводе варился, На столе растворился. Ответ: Сахар Маленькое, сдобное Колесо съедобное. Я одна его не съем, Разделю ребятам всем. Ответ: Бублик Дедушка смеется, на нем шубонька трясется. Ответ: Кисель Холодок в пакете Едят и взрослые и дети Холодок,холодок,  Дай лизнуть тебя разок!

Ответ: Мороженое «Угадай» Цель: формирование умения думать и анализировать, обогащение речи, развития творческого мышления, воображения, памяти. Правила игры: Предложите ребенку угадать предмет, описываемый вами, на заданную тему. Потом пусть попробует описать предмет ребенок, а вы отгадываете! «Кто больше» Цель: развитие внимания, памяти, расширение словарного запаса. Правила игры: Совместно с ребенком выберите тему игру (н-р: «Посуда») и по очереди называете посуду. Кто больше назвал, тот и выиграл! «Назови ласково» Цель: формирование навыков словообразования. Правила игры: Родитель называет любое слово, а ребенок должен назвать его ласково, н-р, морковь-морковочка, тарелка-тарелочка и т.д.

#### 

#### Генеральная Ассамблея провозглашает настоящую Декларацию о правах ребёнка с целью обеспечить счастливое детство и пользование на их собственное благо общества правами и свободами, которые здесь предусмотрены, и призывает родителей, <…> чтобы они признали и старались соблюдать эти права… Принцип 1. Ребёнку должны принадлежать все указанные в настоящей Декларации права. Эти права должны признаваться за всеми детьми без всяких исключений и без различия или дискриминации по признаку расы, цвета кожи, пола, языка, религии, политических или иных убеждений, национального или социального происхождения, имущественного положения, рождения или иного обстоятельства, касающегося ребёнка или его семьи. Принцип 2. Ребёнку законом и другими средствами должна быть обеспечена специальная защита и предоставлены возможности и благоприятные условия, которые позволили бы ему развиваться физически, умственно, нравственно, духовно и в социальном отношении здоровым и нормальным. При издании с этой целью законов главным соображением должно быть наилучшее обеспечение интересов ребёнка.

#### Принцип 3. Ребёнку должно принадлежать с его рождения право на имя и гражданство.

#### Принцип 4. Ребёнок должен пользоваться благами социального обеспечения. Ему должно принадлежать право на здоровые рост и развитие. С этой целью специальный уход и охрана должны быть обеспечены как ему, так и его матери, включая надлежащий дородовой и послеродовой уход. Ребёнку должно принадлежать право на надлежащее питание, жилище и медицинское обслуживание. Принцип 5. Ребёнку, который является неполноценным в физическом, психическом или социальном отношении, должны обеспечиваться специальный режим, образование и забота, необходимые  ввиду его особого развития.

#### Принцип 6. Ребёнок для полного и гармоничного развития его личности нуждается в любви и понимании. Он должен, когда это возможно, расти на попечении и под ответственностью своих родителей и во всяком случае в атмосфере любви и моральной и материальной обеспеченности. Малолетний ребёнок не должен, кроме тех случаев, когда имеются исключительные обстоятельства, быть разлучаем со своей матерью. На обществе и в органах публичной власти должна лежать обязанность осуществлять особую заботу о детях, не имеющих семьи, и о детях, не имеющих достаточных средств к существованию. Желательно, чтобы многодетным семьям предоставлялись государственные или иные пособия на содержание детей.

#### Принцип 7. Ребёнок имеет право на получение образования, которое должно быть бесплатным и обязательным, по крайней мере, на начальных стадиях. Ему должно даваться образование, которое соответствовало бы его общему культурному развитию и благодаря которому он мог бы на основе равенства возможностей развить свои способности и личное суждение, а также сознание моральной и социальной ответственности и стать полезным членом общества. Наилучшее обеспечение интересов ребёнка должно быть руководящим принципом для тех, на ком лежит ответственность за его образование и обучение, эта ответственность лежит, прежде всего, на родителях. Ребёнку должна быть обеспечена полная возможность игр и развлечений, которые были бы направлены на цели, преследуемые образованием. Общество и органы публичной власти должны прилагать усилия к тому, чтобы способствовать осуществлению указанного права.

#### Принцип 8. Ребёнок должен быть защищён от всех форм небрежного отношения, жестокости, эксплуатации. Он не должен быть объектом торговли, ни в какой форме. Принцип 9. Ребёнка не должны принимать на работу до достижения надлежащего возрастного минимума. Ему ни в каком случае не должны поручать или разрешать работу или занятие, которые были бы вредны для его здоровья или образования или препятствовали его физическому, умственному или нравственному развитию.

#### Принцип 10. Ребёнок должен ограждаться от практики, которая может поощрять расовую, религиозную или какую-либо иную форму дискриминации. Он должен воспитываться в духе взаимопонимания, терпимости, дружбы между народами, мира и всеобщего братства, а также в полном сознании, что его энергия и способности должны посвящаться служению на пользу других людей.

Ежедневные сообщения СМИ о похищении и гибели детей как сводки с фронтов. Наше законодательство сейчас не в полной мере может защитить и обезопасить детей от преступников.  Компетентные органы  не справляются. Остается одно – навалиться на эту напасть всем миром.  И кое-где это уже стали делать. Например, в Татарстане во всех школах и детсадах провели родительские собрания с участием представителей местных органов власти и правопорядка. За каждым ребенком закреплены письменно, с уведомлением всех родителей, взрослые из числа родственников, членов родительских комитетов или волонтеров. Педагоги провели  специальные  классные часы, на которых разъяснили школьникам варианты поведения в экстремальных ситуациях.

Что делать?

Если ваш ребенок школьньник, то можно поступить  следующим образом.

Идем в свою общеобразовательную организацию – школу и с помощью школьных родительских органов самоуправления  совместно с администрацией организуем разъяснительную работу по детской безопасности среди педагогов,  детей и их родителей, привлекая к ней соответствующих специалистов:

* классные руководители  проводят   родительские собрания, классный час с детьми на тему «Безопасность детей на улицах города» о действиях в случае чрезвычайных обстоятельств с детьми;
* классный руководитель на каждом классном собрании, при уходе детей на каникулы, на выходные, при проведении массовых мероприятий с выходом за пределы образовательной организации проводит инструктаж по соблюдению детьми правил личной безопасности;
* педагог, который проводит последний урок или занятие и провожающий детей из школы, обязательно  напоминает им о   необходимости соблюдения мер личной безопасности  по пути из школы домой;
* готовим памятки личной безопасности детей для детей и их родителей, размещаем их в образовательных организациях, на сайтах учреждений, информационном стенде, раздаем детям и родителям, расклеиваем в местах размещения объявлений;
* проводим с детьми практические тренировочные занятия по их личной безопасности,  по действию в экстремальных ситуациях;
* организуем родительские патрули и патрулирование в микрорайоне школы, дежурство в местах массового пребывания детей;
* устанавливаем более тесное взаимодействие с местным отделением полиции;
* при наличии у ребенка мобильного телефона желательно воспользоваться услугой сотового оператора по отслеживанию местонахождения ребенка,  возможностью  получения  SMS – сообщения, если ребенок покидает «зону безопасности», или тревожной кнопкой, воспользовашись которой ребенок в случае опасности или в нештатной ситуации может быстро сделать экстренный вызов на ваш телефонный номер. Кроме того есть специальное небольшое устройство, размещаемое в  кармане или школьном рюкзаке, посредством которого вы можете отслеживать ребенка на домашнем  компьютере, на работе или с мобильного телефона в любом месте, где он находится.
* уже сегодня начинаем домашние занятия по обучению своих детей внимательности, осторожности, способам предупреждения опасных ситуаций, с которыми они могут в любой день столкнуться дома или на улице.

Уважаемые взрослые! Если вы стали свидетелем похищения ребенка, грубого с ним обращения или каких — либо по отношению к нему неправомерных действий – сообщите о своих подозрениях в полицию, которая на ваше сообщение должна отреагировать немедленно.

В октябре 2012 года министр внутренних дел России Владимир Колокольцев и Павел Астахов подписали соглашение об активном взаимодействии в обеспечении безопасности несовершеннолетних россиян. В регионах созданы специальные подразделения, занимающиеся расследованием преступлений против половой неприкосновенности детей и сексуальной эксплуатации несовершеннолетних.

Если вы заметили что-то неладное с ребенком, неадекватное его поведение — не проходите мимо, помогите ему. Помните! Чужих детей не бывает.

*Приложение*

Простые правила для родителей (из брошюры“Обеспечение личной безопасности ребенка”)

Первое, что стоит объяснить ребенку, это то, что все люди, не являющиеся его родными, будут для него посторонними, даже если он этих людей часто видит у себя в доме. Проработайте с ребенком и выполняйте неукоснительно сами простые правила безопасности ребенка:

* Ребенок не должен приводить к себе домой незнакомых людей, даже если они сослались на вас.
* Ребенок никогда не должен уходить из учебного заведения (детского сада) с людьми, которых он не знает, даже если они сослались на вас.
* Если вы не сможете придти за ним в школу (детский сад), предупредите, кто его заберет, и покажите этого человека в лицо (или он должен знать человека в лицо).Не забудьте предупредить воспитателя о том, кто придет за ребенком.Попросите воспитателя связаться с вами, если за ребенком пришли посторонние люди, о которых вы его не предупреждали. После этого обязательно обратитесь в полицию.
* Если ребенка пытаются увести насильно, он должен привлечь к себе внимание людей, крича: «Это не мои родители! Я их не знаю!»
* Обясните ребенку, чтобы он никогда не принимал деньги, сладости, подарки и ни в коем случае не соблазнялся на прогулки в чужом автомобиле, избегал изолированных мест, пустых стадионов или безлюдных парков, кратчайших, но опасных путей, темных улиц.
* Научите отвечать чужому человеку односложно: «Мама не разрешает мне разговаривать с незнакомыми людьми». На любые дальнейшие высказывания, он должен ответить: «Я вас не знаю».
* Если с расспросами пристает человек довольно знакомый, но не близкий, не вхожий в ваш дом, рекомендуйте ребенку так же отвечать очень сухо «Здравствуйте, я очень спешу», на расспросы простой ответ: «Я не могу вам сказать».
* Поясните ребенку, чтобы он не пользовался лифтом с посторонними людьми.
* Категорически запретите ребенку отвечать пьяным.
* Собирая ребенка гулять, не надевайте на него дорогих украшений, которые могут стать причиной нападения на него.
* Если вы отпустили ребенка гулять одного, присматривайте за ним из окна или договоритесь о совместном дежурстве с другими родителями во время прогулки ваших детей.
* Заметив, что к ребенку подошел незнакомый человек, позовите ребенка домой и тут же спуститесь к нему сами. Выясните, чего хочет незнакомец и сообщите об этом своему участковому инспектору полиции.
* Уходя из дома в отсутствии родителей, ребенок должен оставить записку, куда и с кем идет и когда будет дома, по возможности оставить телефон либо иной способ связи с ним. Если в обозначенное время придти домой нет возможности необходимо обязательно позвонить родителям и предупредить о задержке.
* Отпуская ребенка гулять, предупредите его о наиболее опасных местах во дворе (подвалы, чердаки, стоящие машины). Объясните ему, что не стоит заходить в подвал, там может поджидать свою жертву насильник, или собралась пьяная компания, или просто подвал могут закрыть.
* Если ребенок неожиданно исчез со двора, предварительно постарайтесь узнать у тех с кем он вместе был, куда и с кем он пошел. Поговорите с соседями и знакомыми, возможно его видели в другом месте. Сообщите о случившемся в дежурную часть полиции по месту жительства и участковому инспектору.



 Здоровье - это главная ценность человека. Здоровье не купишь ни за какие деньги. Будучи больным, вы не сможете воплотить в жизнь свои мечты, не сможете полностью реализоваться в современном мире.  Именно о здоровье, о том, как его сохранить, мы и поговорим сегодня. Здоровье – богатство на все времена.

 А закладывается оно в детстве. Ваше здоровье, как клад, который находится глубоко в земле. И чтобы найти клад, нужно приложить большие усилия.

А что значит быть здоровым? Какой бы совершенной ни была медицина, она не может избавить каждого из нас от всех болезней. Человек сам творец своего здоровья! Вместо того чтобы грезить о живой воде и прочих чудотворных эликсирах, лучше с раннего возраста вести активный и здоровый образ жизни, закаливаться, заниматься физкультурой и спортом, соблюдать правила личной и общественной гигиены - словом, добиваться разумными путями подлинной гармонии здоровья. Уже давно известно, что здоровье человека на 50-70 процентов - от нашего с вами образа жизни. Здоровый образ жизни - это не только рациональное питание, но и занятие спортом, отказ от таких вредных привычек, как алкоголь и курение и многих других. Важную роль играет и закаливание. С древних времён люди использовали естественные природные факторы в целях укрепления здоровья. Известно, что в далёкие времена все народы отождествляли солнце, воздух и воду с божествами, приписывая им чудодейственную силу, слагали в их честь гимны. В древнем мире — в Египте, Индии, Китае, Греции, Риме — очень высоко ценили оздоровляющие свойства сил природы. И действительно, солнце, воздух и вода являются самым ценным средством закаливания организма.

**Вы решили объявить войну насморку, гриппу, ангине и другим недугам**. С этой целью вы начали закаливать свой организм. Это хорошо! При большом желании цель близка и достижима! Закаливание - это научно обоснованное систематическое использование естественных факторов природы для повышения устойчивости организма к неблагоприятным агентам окружающей среды. С его помощью можно избежать множества разных болезней, продлить жизнь и на долгие годы сохранить трудоспособность. Особенно важна роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Закаливание в несколько раз снижают их число, а в отдельных случаях бывает и такое, что помогает вовсе избавиться от простуд. Закаливание оказывает общеукрепляющее действие на организм, благоприятное воздействие на центральную нервную систему, улучшает кровообращение, нормализует обмен веществ.

**И  летний  период  самое время для  начала этих  мероприятий.** Солнце, воздух и вода, тепло и холод могут и должны быть друзьями ребенка с первых дней его жизни. Задача родителей — в содружестве с медиками и педагогами сделать все возможное, чтобы закаливание стало обязательным компонентом здорового образа жизни наших детей. Личный пример родителей для ребенка убедительнее всяких аргументов, и лучший способ привить крохе любовь к здоровому образу  жизни

**Закаливание воздухом.** Воздействие воздуха на организм человека поистине универсально. Пребывание на свежем воздухе, воздушные ванны благотворно действуют на человека. Люди становятся более спокойными, уравновешенными. У них исчезает повышенная возбудимость, вспыльчивость, улучшается сон, а настроение становится бодрым и жизнерадостным. Под влиянием воздушных ванн улучшается дыхание. Особенно ярко это проявляется у людей, страдающих заболеваниями органов дыхания. Для закаливания воздухом применяются воздушные ванны. По своей термической (температурной) характеристике они подразделяются на холодные, умеренно холодные, прохладные, безразличные (индифферентные) и тёплые. При приёме воздушных ванн необходимо соблюдать следующие основные правила:

- Принимать воздушные ванны следует в течение всего года. Лучшим временем для начала закаливания является лето. Хорошим средством закаливания воздухом является выполнение утренней гигиенической гимнастики на открытом воздухе, при открытом окне или форточке. Очень полезно спать при открытом окне или форточке, а если позволяют климатические условия — на балконе, террасе.

- Воздушную ванну следует принимать не раньше чем через 1—1,5 часа после еды, а заканчивать за 30 минут до еды -Необходимо по возможности сочетать воздушные ванны с солнечными и гидропроцедурами.

**Закаливание солнцем** Целебная сила солнечных лучей известна давно. Недаром пословица гласит: «Куда редко заглядывает солнце, туда часто заходит врач». Процесс закаливания солнцем и состоит главным образом в развитии в организме устойчивости к воздействию ультрафиолетовых лучей. Ультрафиолетовые лучи очень чувствительны кразличного рода препятствиям. Так, один слой марли задерживает до 50% всех ультрафиолетовых лучей. Марля, сложенная вчетверо, также как и оконное стекло толщиной в 2 мм, полностью исключает их проникновение. Действие солнечных лучей многообразно. Влияние их на психику человека, его настроение известно давно. Солнечные лучи обладают бактерицидным свойством. Помещённые на чистую, неповреждённую кожу, бактерии под действием солнечных лучей погибают. Обычно, в повседневной жизни, эффективность солнечных ванн оценивается по степени приобретённого «загара». В результате воздействия солнечных лучей кожа приобретает цвет от медно-красного до темно-шоколадного. Есть любители, которые стремятся довести цвет своей кожи до чёрного, проводя длительные часы под лучами солнца. Но следует помнить изречение древних: во всём нужна мера. Такое неуёмное стремление к загару вместо желаемого эффекта зачастую приносит здоровью большой вред При приёме солнечных ванн следует соблюдать определённые правила:

1. Начинать солнечные ванны следует не раньше чем через один-полтора часа после еды и заканчивать их не позже чем за один час до еды.

2. Во время приёма солнечных ванн необходим умеренный двигательный режим, то есть ходьба, не слишком интенсивная игра в мяч, гребля на прогулочной лодке и так далее. Бытующее мнение, что загорать обязательно нужно лёжа, находясь в состоянии покоя, не отвечает особенностям нашего организма, а потому и не даёт должного эффекта. В состоянии покоя организм значительно хуже переносит облучение, чем в состоянии умеренной двигательной активности.

 3. После закаливания солнечными лучами необходимо принять водные процедуры — обтирание, обливание, душ или купание — и затем 15—20 минут отдохнуть в тени.

Следует помнить, что применение различных кремов, мазей с целью ускорения процесса загара не рекомендуется. Не рекомендуется также и длительное пребывание под прямыми солнечными лучами с непокрытой головой. В этом случае наблюдается отрицательное воздействие облучения и на волосы.

**Закаливание водой** Вода является очень сильно действующим закаливающим природным средством. Существует много способов закаливания водой. В зависимости от состояния здоровья, степени закалённости и других условий можно выбрать тот пли иной способ. Воздействие некоторых из них не очень велико (например, обтирание тела мокрым полотенцем). Сила воздействия других огромна (например, душ, купание). Обтирание. Это одна из самых доступных форм использования холодной воды в целях закаливания организма к холоду. С него следует начинать закаливающие процедуры, так как оно способствует подготовке организма к более сильно действующим водным процедурам. Обливание тела водой. Это более сильно действующая процедура. Начинать обливание надо летом. Обливание можно проводить в помещении или на воздухе. Для этого нужно встать в таз и положить ладони на голову. Если приходится обливаться самому, то лейку или кувшин надо поднять над головой и облить себя с таким расчётом, чтобы вода попадала на все тело по возможности равномерно. При первых обливаниях температура воды должна быть 34—35 °С. Постепенно её температура понижается до 10—12 °С. После обливания все тело нужно обязательно тщательно растереть махровым полотенцем до покраснения так, чтобы появилось ощущение тепла. Проводить обливание лучше всего в утренние часы после зарядки. Некоторые участки нашего тела наиболее чувствительны к действию холода. В первую очередь к ним относятся стопы и полость носоглотки. Стоит их охладить, как человек заболевает. Как бороться против этого? На помощь приходит местное закаливание, при котором действию холодового раздражителя подвергается не все тело, а лишь отдельные, наиболее уязвимые, его части.

При закаливании ног придерживайтесь следующих правил:

1. Ежедневно по вечерам мойте ноги водой. В начале температура воды +28—30 °С. Снижение температуры воды производится на 1—2 °Счерез каждую неделю и доводится до +12—15 °С. Время процедуры — от минуты вначале до 3 минут. После этой процедуры стопы нужно тщательно растереть до покраснения.

 2. Делайте для ног закаливающие ванны. Приготовьте 2 ведра или 2 таза. В одно ведро наливается горячая вода, в другое — холодная. Сперва ноги помещают в горячую воду, а затем — в холодную. Такая смена производится 2—3 раза. Температура горячей воды +35° (с постепенным повышением на 1 °С до +40—42 °С), холодной воды +20 °С (также с понижением её на 1 °С каждую неделю до +15 °С). В горячей воде ноги находятся 2—3 минуты, в холодной — 0,5 минуты. После этой процедуры также необходимо тщательно растереть стопы до покраснения. Имеющийся опыт показывает высокую закаливающую и оздоровительную ценность контрастного душа как для взрослых, так и для детей раннего возраста. Хорошо действует он и как стимулятор нервной системы, снимая утомление и повышая активность.

3. Не укутывайте ноги.

 4. В летний период старайтесь больше ходить босиком, особенно по росе или после тёплого летнего дождя.

**Купание**. Самой эффективной формой закаливания водой является купание. Но для того чтобы получить от купания больше пользы и удовольствия, необходимо научиться плавать. Каждый человек должен уметь плавать Чтобы правильно, с пользой для здоровья использовать купание, повысить устойчивость своего организма к холоду, следует помнить о следующих основных положениях.

1.Воздействие купания зависит от охлаждающего действия воды. При купании наблюдается несоответствие между теплоотдачей и теплопродукцией. Возникает так называемый «дефицит тепла». Его величина зависит от двух причин: температуры воды и длительности купания. Поэтому, зная, какова температура воды, можно при помощи таблицы легко определить и оптимальную длительность купания.

 Хороший аппетит, глубокий, освежающий сон, отсутствие чувства вялости  у ребенка являются показателями того, что закаливание вы  проводили  правильно.

Если такие моменты в жизни вашей семьи возникают редко, и поэтому не было возможности обдумать, как организовать совместный отдых, можно использовать следующие формы совместного отдыха родителей и детей: 1. Совместная интеллектуальная деятельность: интеллектуальные семейные игры, разгадывание кроссвордов, ребусов, загадок. 2. Совместная творческая деятельность: ребенок и родители вместе придумывают и создают какой-либо творческий проект – оформление поздравления родственникам, подготовка квартиры к празднику, выполнение каких-либо творческих работ. 3. Совместная трудовая деятельность: уборка в квартире, посадка и уход за комнатными растениями, благоустройство территории вокруг своего дома, выполнение работ на приусадебном участке, уход за домашними животными. 4. Совместная спортивная деятельность: посещение тренажерного зала, бассейна, спортивные занятия на стадионе всей семьей, лыжные семейные прогулки. 5. Совместные подвижные, сюжетно-ролевые игры. Игры – прекрасный источник информации о личности ребенка. В процессе игры нужно внимательно наблюдать за поведением ребенка. В игре можно увидеть, как ребенок от начала до конца игры последовательно идет к цели, боится, или не боится трудностей, может ли справиться с постигшей его неудачей, как справляется с проигрышем в игре. Совместная деятельность родителей и их детей может осуществляться с помощью игры-труда, подвижных игр-состязаний, игр-театрализаций (разыгрывание литературных сюжетов, которые позволяют увидеть возможности ребенка для развития творчества, найти творческие решения поставленной игровой задачи. Главная задача взрослых в этой игре – поддерживать оригинальность детей, вовремя похвалить за что-то интересное. Если все же возникает конфликтная ситуация, требующая наказания, то родителям нужно помнить: - наказание не должно быть постоянной практикой – это незамедлительная реакция на недопустимый поступок; - наказание должно быть коротким; - нужно быть последовательным: нельзя в одном случае наказать, а в другом – тот же самый поступок не заметить; - нельзя в качестве наказания прекращать разговаривать с ребенком; - ни одно наказание не должно нести своей целью унижение ребенка. «Ребенок – это цветок, который нуждается в одобрении со стороны своих близких. Без похвал он чахнет и рискует не расцвести никогда». (Преображенская Е.)



Почему дети разные? Почему одни дети ведут себя спокойно, а другие неутешно плачут, одни шустрые и энергичные, другие более пассивные, а некоторые хотя и активны, но медлительны. Иногда смотришь на своего ребенка и думаешь: «Почему он такой балованный и капризный? Почему меня постоянно вызывают в школу из-за плохого поведения сына? Почему у Смирновых такая прилежная и добрая девочка?» И начинаешь корить себя в том, что плохо воспитала. Ведь идеалом большинства взрослых является ребенок послушный. Ребенок не рождается добрым или жадным, послушным или капризным, самостоятельным или неумелым. Эти особенности складываются постепенно, под влиянием условий жизни и воспитания. Но ведь есть случаи, когда дети растут и воспитываются в одинаковых условиях, в одной семье, одинаково здоровы, а ведут себя абсолютно по-разному. С самого рождения дети отличаются друг от друга особенностями нервной системы, следовательно, и поведением. Совершенно нормальные хорошие дети просто бывают разные: 1. «Уравновешенные дети» – дети, у которых преобладают такие положительные эмоции, как радость и удовольствие. Такой ребенок легко вступает в контакт со взрослыми и детьми, не боится новых людей, что благоприятствует формированию общительности. Однако если родители, добиваясь послушания, будут запугивать малыша, он станет замкнутым и плаксивым. 2. «Шустрики» – очень общительные детки, которые быстро вступают в контакт с незнакомыми детьми, но нередко являются и зачинщиками конфликтов, так как им труднее, чем другим детям, сдерживать свои желания и побуждения. Поэтому, воспитывая таких маленьких непосед, особые усилия надо направлять на развитие у них выдержки, способности поддерживать позитивные взаимоотношения с детьми и взрослыми, интереса к занятиям, требующим усидчивости, устойчивого внимания. 3. «Мямлики» – это дети с ровным и спокойным поведением, которые обычно не доставляют хлопот, но очень медлительны и невозмутимы. Их медлительность может мешать в учебе, а неловкость и нерасторопность в играх делают порой предметом насмешек сверстников. Такому ребенку надо помогать в преодолении инертности, и не сердиться на него за медлительность. Если на такого ребенка повысить голос, он вообще впадает в ступор. 4.«Впечатлительный ребенок» – это очень чувствительный ребенок, который чутко реагирует на настроение окружающих, а его собственное настроение отличается неустойчивостью. Радость выражает улыбкой или тихим смехом, а будучи недоволен чем-то, хнычет, стараясь привлечь внимание взрослых. Это деликатные дети, не требовательные, но остро переживающие малейшие обиды. Не стоит сравнивать ребёнка с другими, ведь это самая типичная ошибка родителей в воспитании. Радуйтесь, что он подрос, поумнел, повзрослел, чему-то научился. Ищите то, в чём он преуспел, хвалите его за это и гордитесь им. Ведь самое важное в воспитании ребенка – вырастить и воспитать в нем Человека. Главное – его личность и характер. Радуйтесь, тому, что ваши дети такие разные. Тому, что они дополняют друг друга, и им не скучно вместе.