

ПРОФИЛАКТИКА УПОТРЕБЛЕНИЯ

ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ

СВОБОДНОЕ ВРЕМЯ ДЛЯ МЛАДШЕГО ШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Учить ребенка получать пользу от свободного времени необходимо с начальной школы!

Очень важно научить его проводить свободное время целенаправленно, разумно пользоваться предоставленной ему самостоятельностью.

Помимо выполнения домашних заданий и совместных с Вами занятий ребенок должен уметь сам организовывать свой досуг. Систематически помогайте ему, используя следующие советы.

Прежде всего, создайте ему дома необходимые условия:

- ❖ проследите, чтобы у ребенка был четкий режим дня.
- ❖ отведите место для занятий за столом, для игр.
- ❖ создайте соответствующую этому возрасту предметно-игровую среду.

В наличии желательно иметь:

➤ различные атрибуты для игр, в которые любит играть ребенок (например, для игры в морское путешествие: шапку моряка, бинокль, компас, штурвал, якорь, канат и др.);

➤ **для рисования**: альбом, листы разных форматов, краски, мелки, карандаши, фломастеры, ластик, кисточки, баночки для воды;

➤ **для лепки**: пластилин, глину, дощечки, клеенку, тряпочку;

➤ **для аппликации**: наборы цветной бумаги, клей, ножницы, картон;

➤ **для конструирования**: строительные наборы, конструкторы для детей младшего школьного возраста;

➤ **для ручного труда**: коробки с разнообразными природными и бросовыми материалами, картон, ножницы, нитки, предметы для вышивания, выпиливания, выжигания и др.;

➤ **для художественно-речевой деятельности**: книги, рекомендованные для детей начальной школы, наборы открыток, альбомы для марок, фотографий и др.,

➤ **для двигательной деятельности**: мячи, гантели, скакалку, обруч, велосипед, лыжи, коньки, санки и т. д.

Ребенок начальной школы должен проводить на воздухе:

➤ в теплый период приблизительно 5 - 6 часов,

➤ в холодный период 2 - 2,5 часа.

Поощряйте целесообразный, разумный выбор ребенком занятия, игры («Молодец, что нашел интересное занятие», «Очень хорошо, что ты с пользой провел свободное время» и т. п.).

Следите за тем, чтобы ребенок достигал намеченного:

➤ уточните, что и как он собирается делать. Ребенок должен сам рассказать обо всех этапах работы (игры) от начала до получения результата. Поправьте его, если допущены ошибки, неточности. Можете задать необходимые вопросы: «А как ты будешь делать глаза ежику?..Ты хочешь быть капитаном, а что ты будешь делать на корабле?»;

➤ проследите, чтобы до начала работы (игры) ребенок все приготовил и правильно расставил. Пример: для лепки он должен постелить клеенку, положить пластилин (глину), стеки, дощечку и лишь затем приступить к выполнению задуманного;

➤ если ребенок испытывает затруднения, не торопитесь оказывать ему непосредственную помощь. Побеседуйте с ним, выясните, в чем он испытывает трудности, дайте совет;

➤ если ребенок бросает работу, не закончив ее, пытается переключиться на другой вид деятельности, необходимо побудить его к завершению работы (игры):

➤ «Ты почти все сделал, нужно завершить работу... Я очень хочу посмотреть на твой рисунок. Закончи его, а потом будешь с бабушкой играть в лото». В исключительных случаях можно оказать непосредственную помощь («Давай я помогу тебе вырезать кукле глаза, а ты их приклеишь» и т. п.);

➤ когда ребенок закончит свою работу (игру), поинтересуйтесь, все ли у него получилось так, как было задумано. Предложите исправить недостатки, неточности («Ты все сделал так, как наметил? Тебе ничего не надо исправить?»

➤ Если ребенок собирается на прогулку, поинтересуйтесь, как он будет проводить время, что хочет взять с собой. Одобрите интересные замыслы, в отдельных случаях можно дать совет («Возьми с собой еще кегли», «Не забудь лопатку, почистишь снег» и др.).

Если ребенок пришел с прогулки, спросите, как он провел время, чем занимался, с кем играл. Дайте свою оценку («Хорошо, что построил дворец из песка, наверное, очень красивый получился!», «Молодец, что вместе с ребятами играл в футбол. Кто из вашей команды больше всего забил голов?» и т. п.), можете дать совет

Проверьте, как ребенок справился с домашним заданием. Дайте оценку («Молодец, что на прогулке собрал осенние листья, расскажешь потом, на каком уроке ты их использовал», «Ты очень неаккуратно вырезал квадрат и треугольник, я считаю, что нужно переделать», «В этом упражнении допущены ошибки, нужно исправить» и т. п.).

Не разрешайте ребенку подолгу сидеть перед телевизором, в телефоне. Старайтесь переключить его внимание на те виды деятельности, которые необходимо организовывать ребенку на этом возрастном этапе («Сказка закончилась, поэтому я считаю, что нужно выключить телевизор и найти другое занятие», «Тебе не стоит смотреть эту передачу. Когда начнется вечерняя сказка, я тебя приглашу» и др.).

Не следует выбрасывать детские работы. Используйте их так, чтобы детям было приятно:

- Давай пошлем твои работы бабушке (другим родственникам, знакомым)!
- Как много собралось твоих рисунков, аппликаций, нужно сделать из них альбом.
- Я отнесу твои поделки на работу, пусть посмотрят там, как ты проводишь свободное время, что умеешь делать.
- Скоро у дедушки (других родственников, друзей) день рождения – давай подарим ему твои поделки.

Желаем ВАМ удачи!