**Как реагировать на агрессию ребенка?**

*Причины агрессивного поведения детей разных возрастов и советы родителям, как лучше поступить, столкнувшись с подобными реакциями ребенка.*

**Дo 1 года**

**Причины агрессии:** голод, кишечные колики, страх, чувство незащищенности, потребность в постоянном подтверждении материнской любви.

**Способы выражения**: плач, крик.

**Что делать**: кормить, брать на руки, ласкать, улыбаться, разговаривать. Чаще бывать с ребенком; даже находясь дома, носить его на животе или спине в рюкзачке или перемещать за собой в стульчике-лежанке.

**Чего не делать**: не оставлять плачущего ребенка без внимания; не кричать на него; не успокаивать с помощью соски; не пугать громкими звуками и резкими движениями; не навязывать ему свою волю в игре.

**1–1,5 года**

**Причины агрессии**: недовольство вводимыми ограничениями и запретами.

**Способы выражения**: упрямство, отказ от еды и сна, ночное пробуждение, плач.

**Что делать:** доходчиво и сдержанно объяснять каждое свое «нет»; быть авторитетным, но не авторитарным лидером; поощрять, но контролировать детское любопытство и исследовательский азарт; приходить на помощь плачущему ребенку со всей возможной поспешностью.

**Чего не делать:** никогда с силой не трясти ребенка за плечи (это может привести к кровоизлиянию в мозг); не подчинять себя полностью его воле; не допускать, чтобы он подолгу плакал.

**1,5–3 года**

**Причины агрессии:** начавшаяся самоидентификация ребенка; конфликт неудовлетворенных детских желаний и потребностей с волей и взглядами родителей.

**Способы выражения**: крик, удары ногами, щипки, укусы, царапанье, битье игрушек.

**Что делать**: не подавлять ярость, а дать ей выплеснуться; призывать ребенка к порядку спокойно, доброжелательно и твердо; больше играть с ребенком.

**Чего не делать**: не высмеивать ярость ребенка, не отвечать агрессией.

**3–6 лет**

**Причины агрессии**: неуемная энергия, постоянная жажда познания мира и общения; ревность к матери.

**Способы выражения**: бранные слова, плач, капризы.

**Что делать:** больше разговаривать с ребенком, но избегать морализаторства и нотаций; развивать у него чувство юмора. Начиная с 5 лет, большинство детей осваивают новые, менее варварские способы общения.

**Чего не делать:** не поддаваться на провокацию и игнорировать бранные слова, не сквернословить в присутствии ребенка; не оставлять его надолго одного, а прибегать к помощи других членов семьи или приглашать няню.

**7–12 лет**

**Причины агрессии:** естественная (возрастная) агрессивность.

**Способы выражения:** перебранки со сверстниками, возня, драки.

**Что делать:** направить энергию ребенка на подвижные игры, занятия в секциях и кружках; учить его облекать эмоции в словесную форму; ориентировать на социальные ценности; дозировать время просмотра телепрограмм и компьютерных игр.

**Чего не делать:** не стыдить ребенка, если он не сумел победить в драке; не позволять ему смотреть телепередачи со сценами чрезмерной жестокости и насилия; не поощрять увлечение слишком «кровавыми» видеоиграми.

**Памятка для родителей по формированию привычки к здоровому образу жизни**

***Уважаемые папы и мамы!***

*Если Ваши дети Вам дороги, если Вы хотите видеть их счастливыми, помогите им сохранить свое здоровье. Постарайтесь сделать так, чтобы в Вашей семье занятия физкультурой и спортом и стали неотъемлемой частью совместного досуга.*

- С раннего детства воспитывайте у своих детей привычку заниматься физкультурой и спортом!

- Уважайте спортивные интересы и пристрастия своего ребенка!

- Поддерживайте желание участвовать в спортивных мероприятиях класса и школы!

- Участвуйте в спортивных мероприятиях класса и школы, это способствует укреплению вашего авторитета в глазах собственного ребенка!

- Воспитывайте в своих детях уважение к людям, занимающимся спортом!

- Рассказывайте о своих спортивных достижениях в детстве и юности!

- Дарите своим детям спортивный инвентарь и снаряжение!

- Демонстрируйте свой пример занятий физкультурой и спортом!

- Совершайте со своим ребенком прогулки на свежем воздухе всей семьей, походы и экскурсии!

- Радуйтесь успехам в спорте своего ребенка и его друзей!

- На самом видном месте в доме помещайте награды за спортивные достижения своего ребенка!

- Поддерживайте своего ребенка в случае неудач, закаляйте его волю и характер!