

**Домашний план**

«по делам и награда»

**Домашний план (дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | | **Отметка о выполнении**  **(«+» и «-»)** |
| **Образование:** | **Время** |  |
| * Урок по литературе (чтение 5 стр.) | \_\_:\_\_ | + |
| * Урок по математике (5 примеров) | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Дела по дому:** |  |  |
| * Вынести мусор | \_\_:\_\_ | + |
| * Убраться у себя в комнате | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Вежливость:** | | |
| * Не повышать голос | \_\_:\_\_ | -, - |
| * Не угрожать | \_\_:\_\_ |
| * Не ныть | \_\_:\_\_ |
| **Спорт:** | | |
| * Отжимание (3 подхода по 10 раз) | \_\_:\_\_ | +,+,+ |
| * Подтягивание | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Позитивная активность:** | | |
| * Предложить помощь и помочь | \_\_:\_\_ | - |
| * Не повредить никакую вещь | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |

**По 1 плюсу на всех 5-ти видах деятельности (и ни одного минуса):** 3 часа игры на iPad, к ужину любимый десерт, 2 часа на прогулку, на прогулке велосипед, +10 баллов на 100-бальную покупку, 100% карманных денег на день

**По 1 плюсу на 3-х видах деятельности (по образованию, делам по дому и вежливости):** 1 час игры на iPad, к ужину любимый десерт, 1 час на прогулку, на прогулке велосипед, +5 баллов в копилку, 50% карманных денег на день

**1 плюс на 1-м виде деятельности:**  +1 балл в копилку, iPad-а нет, прогулка 1 час без велосипеда, 10% карманных денег на день

**3 плюса на одном виде деятельности (супер-приз):** Удвоение карманных денег

**3 минуса на одном виде деятельности (супер-штраф):** *все плюсы аннулируются, запрет на выход из комнаты в течение 2-х часов, лишение карманных денег, лишение прогулки*

**Подпись папы:**

Пример заполнения

**Подпись мамы:**

**Домашний план (дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | | **Отметка о выполнении**  **(«+» и «-»)** |
| **Образование:** | **Время** |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Дела по дому:** |  |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Вежливость:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Спорт:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Позитивная активность:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |

**По 1 плюсу на всех 5-ти видах деятельности (и ни одного минуса):**

**По 1 плюсу на 3-х видах деятельности (по образованию, делам по дому и вежливости):**

**1 плюс на 1-м виде деятельности:**

**3 плюса на одном виде деятельности (супер-приз):**

**3 минуса на одном виде деятельности (супер-штраф):**

**Подпись папы:**

**Подпись мамы:**

**Домашний план (дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | | **Отметка о выполнении**  **(«+» и «-»)** |
| **Образование:** | **Время** |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Дела по дому:** |  |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Вежливость:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Спорт:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Позитивная активность:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |

**По 1 плюсу на всех 5-ти видах деятельности (и ни одного минуса):**

**По 1 плюсу на 3-х видах деятельности (по образованию, делам по дому и вежливости):**

**1 плюс на 1-м виде деятельности:**

**3 плюса на одном виде деятельности (супер-приз):**

**3 минуса на одном виде деятельности (супер-штраф):**

**Подпись папы:**

**Подпись мамы:**

**Домашний план (дата:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Вид деятельности** | | **Отметка о выполнении**  **(«+» и «-»)** |
| **Образование:** | **Время** |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Дела по дому:** |  |  |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Вежливость:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Спорт:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |
| **Позитивная активность:** | | |
|  | \_\_:\_\_ |  |
|  | \_\_:\_\_ |
|  | \_\_:\_\_ |

**По 1 плюсу на всех 5-ти видах деятельности (и ни одного минуса):**

**По 1 плюсу на 3-х видах деятельности (по образованию, делам по дому и вежливости):**

**1 плюс на 1-м виде деятельности:**

**3 плюса на одном виде деятельности (супер-приз):**

**3 минуса на одном виде деятельности (супер-штраф):**

**Подпись папы:**

**Подпись мамы:**

**Приложение №1**

**Каждый день** взрослый, который ведет дневник выполнения *домашнего плана*, обязан **несколько раз** с любовью и теплом в голосе:

* Сообщить ребенку о текущем состоянии дел с плюсами и минусами.
* Сообщить сколько плюсов не хватает до лучшего или среднего результата.
* Всячески *подбадривать* и *вдохновлять* ребенка на скорейшее выполнение плана.
* Напоминать ребенку о награде, которая его ждет в случае успешного выполнения плана, и о радости родителей, с которой ему выдадут все обещанные бонусы, призы, свободы.
* **Утро начинается с составления или перечитывания плана на день.**
* **Каждый раз, когда взрослый ставит плюс или минус в дневник, важно вежливо и спокойно сказать ребенку за что ставится отметка, и что ребенок будет с этого иметь или не иметь.**
* **План должен быть выполнен до определенного вами времени (например, до 18:00), затем подводится итог и выносится решение по наградам (дается разрешение на прогулку, выдаются карманные деньги на завтрашний день и пр.)**

**После того, как подведены итоги дня и выданы награды, плюсы больше не ставятся, а минусы ставятся в листке следующего дня и при их накоплении должны быть переведены в супер-штрафы.**

**Примеры видов деятельности:**

* **Образование:** сделать урок,
* **Дела по дому:** вынести мусор, помыть посуду, вытереть пыль, подмести, убраться в своей комнате,
* **Вежливость (ставим звезду, если не было):** повышение голоса, угрозы, ноющие интонации, перебивание, грубые слова, замахнулся, ударил (три минсуа),
* **Спорт:** 20 минут ходьбы на беговой дорожке со скоростью 5 км/час в горку 4 градуса, отжимание в сумме 20 раз, приседания в сумме 30 раз, тренировка по борьбе,
* **Позитивная активность:** предложил помощь и помог, 2 минуты отказывался от выполнения запланированного дела или важной просьбы (-), испортил или сломал вещь случайно (-), испортил или сломал вещь намеренно (три минуса),

**Примеры наград,** которые ребенок получает при выполнении своего плана:

* \_\_:\_\_ часов за компьютером (использования iPad-а, игровой приставки, PSP или телефона) или ТВ (определенного мультфильма или сериала).
* На \_\_\_\_ дней приближается запланированная покупка.
* \_\_:\_\_ часов прогулки.
* К ужину (или в другое время) добавляется любимый десерт.
* Карманные деньги (% в зависимости от успешности выполнения плана).
* +1 балл на осуществление желания (желание необходимо определить в сумме баллов):
  + Чипсы, попкорн, мороженное и пр. – по 5 баллов.
  + Посещение кинотеатра (5D-кинотеатра, любимого ресторана, игрового центра) – 15 баллов.
  + Игрушка стоимостью меньше 100 рублей – 25 баллов.
  + Игрушка стоимостью от 100 до 300 рублей – 50 баллов.
  + Большая покупка – 100 баллов.

**Приложение №2**

**Пословицы о трудолюбии:**

* В труде – красота человека.
* Даровое – на ветер, трудовое – в сок да в корень.
* Землю солнце красит, а человека труд.
* Заработанная копейка дороже краденного червонца.
* Каково постелешь, таково и спится.
* Клади картошку в окрошку, а любовь в дело.
* Кто любит трудиться, тому есть чем похвалиться.
* Любовь и труд счастье дают.
* Маленькое дело лучше большого безделья.
* Нет труда, нет и плода.
* По делам и награда.
* Работай больше, тебя помнить будут дольше.
* Работай до поту – поешь в охоту.
* Самым дорогим кажется то, во что твой труд вложен.
* Чем труднее задача, тем приятней победа.
* Воля и труд чудесные всходы дают.
* Знай минутам цену, секундам счёт.

**Афоризмы о дисциплине и воспитании:**

* Дисциплина в нашем обществе – это явление нравственное и политическое. А. С. Макаренко
* Порядок – друг разума и его подлинная цель. Ж. Боссюэ
* Сознательная дисциплина – разве это не есть истинная свобода? Н. К. Рерих
* В каждом коллективе дисциплина должна быть поставлена выше интересов отдельных членов коллектива. А. С. Макаренко
* Действовать без правил – самое трудное и самое утомительное занятие на этом свете. А. Мандзони
* В конечном счете порядок, и только порядок, создает свободу. Беспорядок создает рабство. Ш. Пеги
* Надо чтобы условия, а не управляющие заставляли людей работать. Рютаро Хасимото, бывший премьер-министр Японии
* Голова ученика – не сосуд, который нужно наполнить, а факел, который нужно зажечь. Плутарх
* Детей не отпугнешь суровостью, они не переносят только лжи. Л. Н. Толстой
* Будь правдив даже по отношению к дитяти: исполняй обещание, иначе приучишь его ко лжи. Л. Н. Толстой
* Ты сам тот ребенок, которого должен раньше, чем других, узнать, воспитать, научить. Одна из грубейших ошибок считать, что педагогика является наукой о ребенке, а не о человеке. Януш Корчак