

Рекомендации родителям детей, посещающих детский сад.

Как быстро растут дети! Вот совсем недавно делал первые шаги... и вот уже скоро школа.

За небольшой временной отрезок ребенку необходимо многому научиться, многое узнать. Меняются привычки, интересы, поведение. Иногда, возникают трудные ситуации, в которых, нам взрослым, нужна подсказка, добрый совет.

Наши рекомендации составлены на основе наиболее часто встречающихся вопросов родителей детей от 1 года до 6 лет.

НЕПОСЛУШАНИЕ, УПРЯМСТВО

Поведение: выражается в неповиновении, настаивании на том, что хочется только ребенку. Упрямство — это доступная для ребенка форма заявления о себе, о своих желаниях, чувствах.

Возможные причины:

- протест против авторитарного воспитания или гипоопеки;
- непоследовательное воспитание;
- предъявление ребенку невыполнимых или взаимоисключающих требований;
- возрастной кризис.

Рекомендации:

■ Составьте договор (контракт) с конкретным перечислением взаимных обязательств, гарантирующих мир и дружбу в семье. Правила должны быть распространены на всех членов семьи и соблюдаться всеми неукоснительно.

■ Пересмотрите свою систему наказаний и поощрений (не преобладают ли запреты и ограничения в воспитании).

■ Составьте список поведенческих проблем. Разделяйте общую проблему на конкретные поведенческие «мишени». Решайте проблемы последовательно, одну за другой, а не все сразу.

■ Четко и конкретно формулируйте требования и ожидания. Проверьте, правильно ли их понял ребенок.

■ Хвалите не только за конечный результат, но и за старание. Сразу награждайте за желательное поведение и наказывайте за плохое, при этом помните, что порицать нужно не ребенка (он безусловно любимый), а его поведение. 6

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

ЧАС ТИШИНЫ И ЧАС «МОЖНО»

Договоритесь с ребенком, что, когда вы устали и хотите отдохнуть, в доме будет час тишины. Ребенок должен вести себя тихо, спокойно играть, рисовать, конструировать. Но иногда у вас будет час «можно», когда ребенку разрешается делать почти все: прыгать, кричать, брать папины инструменты, играть вместе с родителями в шумные игры и т. д.

ПРЕВРАЩАЛКИ

Предложите ребенку: «Давай поиграем. Ты будешь папой (мамой), а я дочкой (сыном)». И пусть поруководит вами от души! Трехлетки просто обожают игры с перевоплощением во взрослых, особенно в родителей. Вы можете быть удивлены, насколько хорошо ребенок на самом деле усвоил правила, против которых иногда так яростно восстает!

ЛОВИШКА

Ребенок кладет руки на стол ладонями вверх. Взрослый сидит напротив и держит руки на столе ладонями вниз. Взрослый быстрыми движениями старается коснуться своими ладонями ладоней ребенка. Задача ребенка быстро отдернуть руки. Если взрослый коснулся ладоней ребенка, то игроки меняются ролями.

ВСЕ НАОБОРОТ

Эта игра понравится маленьким упрямам, которые любят делать все наоборот. Попробуйте «легализовать» их страсть перечить. Взрослый должен демонстрировать самые разные движения, а ребенок тоже должен выполнять движения, только совершенно

противоположные тем, что ему показывают. Так, если взрослый поднял руки, ребенку следует опустить их, если подпрыгнул — следует присесть, если вытянул вперед ногу — нужно отвести ее назад и т. п.

НЕГАТИВИЗМ.

Поведение: отрицательное отношение к требованиям взрослого, независимо от их содержания. Ребенок может проявлять негативизм даже в ущерб себе, лишь бы настоять на своем. Делает все наоборот. Говорит часто слова «н хочу», «не буду», «нет».

Возможные причины.

- Авторитарное воспитание или гипоопека;
- Возрастной кризис;
- Отсутствие доверия или эмоциональной привязанности между ребенком и родителями;
- Защитная реакция – боязнь ошибиться, не справиться с чем либо;
- Следствие того, что родители часто прибегают к нравоучениям. Дети считают, что родители всегда правы, и чувствуют свою неполноценность рядом с «образцово-показательными» родителями.

Рекомендации.

- Пересмотреть свою систему наказаний и поощрений (не преобладают ли запреты и наказания над поощрениями)
- Обсуждайте совместный план на день (планирование формирует организованность, дисциплину, самоконтроль поведения) Включайте в план время для общения с ребенком без телефона и телевизора.
- Разработайте «детский планер» на неделю, с конкретными и посильными делами для ребенка. Договоритесь о разумной системе поощрений и наказаний.
- **Всегда выполняйте данные ребенку обещания.**
- Составьте список положительных качеств своего ребенка. Сосредоточьте усилия на создание атмосферы эмоциональной близости и доверия в отношениях, а не на проблемах в поведении.
- Предлагайте альтернативные варианты решения проблемной ситуации (выбор без выбора)

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

ПИРОГ.

Ребенок удобно ложиться на что-нибудь мягкое. Взрослый начинает печь пирог:

«просеивает муку»- ласково постукивает пальцами по телу ребенка;

«замешивает тесто» - осторожно разминает;

«раскатывает тесто» - гладит руками;

«добавляет сахар, варенье и т.п.» - движения и действия подскажет ваша фантазия;

«ставим в печку» - крепко обнимаем или укрываем одеялом.

«Пирог» - ребенок сам определит когда он «испечется» и В конце упражнения когда будет готов сам выберется из «печки»

ТЫ У МЕНЯ САМАЯ (САМЫЙ)...

Ребенок и взрослый по очереди называют положительные качества друг друга, начиная каждое предложение словами: «Ты у меня самая (самый)...

ПРИЕМ ВЫБОР БЕЗ ВЫБОРА

Пусть у вас наготове будет предложение выбора: «Мы пойдем гулять в парк или на площадку?»; «Ты будешь пить молоко или чай?»

Пусть ребенок выбирает сам.

КАПРИЗЫ,

Поведение: бурное проявление крика, плача, гнева, топание ногами, катание по полу, попытки укусить, пнуть, плюнуть, швыряние вещей и предметов, хлопанье дверью.

Возможные причины.

- Несогласованность в требованиях родителей и членов семьи к ребенку;
- Гиперопека (не установлены границы дозволенного)
- перевозбуждение нервной системы ребенка;
- Нет учета сил и возможностей ребенка.

Рекомендации.

- Придерживайтесь единых требований в воспитании;
- Предоставьте ребенку самостоятельность в делах, которые ему по силам и возрасту;
- Разумно организуйте режим дня ребенка. Соблюдайте режим сна, питания, отдыха и т.д. Четкий режим создает чувство безопасности у детей. Нарушение привычного распорядка приводит к накоплению физической и психической усталости, в результате возникают капризы и истерики;
- Создавайте условия для совместного семейного общения. ВАЖНО не то сколько времени вы проводите с ребенком, а то КАК вы его проводите;
- Соизмеряйте собственные ожидания с возрастом и возможностями ребенка.

ПОЛЕЗНЫЕ ИГРЫ ДОМА

ОБСТРЕЛ

Заготовьте с ребенком «снаряды». Это может быть скомканная бумага, маленькие мягкие игрушки или подушки. Дети такую «войнушку» очень любят и готовы играть в нее долго.

КРИЧАЛКИ.

Родители крайне негативно относятся к детскому крику. Тем не менее, это отличный способ снять напряжение. Поиграйте на природе в игру: кто громче крикнет, кто звонче крикнет, кто дольше крикнет и т.д

Эти игры позволяют не только снять накопившееся напряжение, но и легализуют отрицательные эмоции, а еще сблизят детей и родителей, подарят веселые совместные воспоминания.