

"Ребенок больше всего нуждается в вашей любви как раз тогда, когда он меньше всего ее заслуживает."

Эрма Бомбек.

В ДЕТСКИЙ САД С РАДОСТЬЮ

Родители, впервые отдающие ребенка в детский сад должны знать, что необходимо:

- заранее познакомиться с условиями детского учреждения, в которое вы поведете малыша, и приблизить к ним условия воспитания в семье (режим, характер питания, приемы воспитания и т.п.);
- важно научить малыша общаться со сверстниками (попросить игрушку, поделиться своей игрушкой, подождать, пока другой ребенок поиграет, поблагодарить и т.п.);
- необходимо заранее познакомить ребенка с детским садом, положительно настроить малыша (много детей, хорошая тетя (воспитательница), дети весело играют, много игрушек и т.д.);
- родители могут побывать с ребенком на участке детского сада, посмотреть, как гуляют дети, чем занимаются. Познакомить с обстановкой группы, с воспитателем. Пусть малыш посмотрит, где он будет спать, раздеваться, играть, кушать. Всё это создает у него положительный настрой к детскому саду;
- родителям необходимо продумать, на какое время они будут оставлять ребенка в детском саду, кто будет приводить его, забирать из детского учреждения. Если ребенок легче расстается с папой или бабушкой, а с мамой тяжело, то лучше приводить его не маме, а папе или бабушке;
- первое время лучше оставлять ребенка в детском саду не на полный день, а на несколько часов, например на время прогулки. Постепенно время пребывания ребенка в дошкольном учреждении по мере нормализации его поведения можно увеличить;
- родители должны знать, что в период адаптации ребенок может быть капризным, раздражительным. У него может ухудшиться сон,

аппетит. Надо проявить особое внимание и чуткость к малышу. Но не путать **внимание** и излишнее **заласкивание**;

- режим в семье должен быть щадящим. В семье необходимо компенсировать возможное недосыпание и недоедание ребенка в дошкольном учреждении;
- первую неделю мы просим вас приходить в период с 9 до 12 часов, накормив ребенка дома завтраком;
- в зависимости от степени адаптации возможно - вторую неделю попробовать обедать в группе и к концу недели - спать; третью и четвертую недели просим забирать ребенка вскоре после дневного сна;
- просим Вас рассказать психологу и воспитателям о ребенке как можно больше, всё, что вы считаете особенно важным.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Наличие у детей возможных навыков, облегчающих адаптационный период при поступлении в детский сад
(возраст от 1 года 6 месяцев до 2 лет)

НАВЫКИ САМООБСЛУЖИВАНИЯ:

- самостоятельно ест ложкой, умеет пережёвывать пищу;
- перед едой моет руки;
- пользуется носовым платком, салфеткой во время приёма пищи;
- своевременно просится на горшок;
- снимает расстегнутые и развязанные части своей одежды (шапку, варежки, носки и т.д.), обувь, пытается одеваться без застёгивания;
- узнаёт свои вещи;
- совместно со взрослым складывает игрушки в определенное место.

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ:

- любит, когда читают книжки;
- рассматривает картинки;
- любит слушать музыку;
- любит рисовать, как умеет.

НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ:

- понимает обращённую к нему речь;
- по просьбе взрослого может оказать помощь: подать полотенце, принести ложку;
- понимает слова «нельзя», «надо»;
- любит играть с другими детьми, иногда пытается вступить в контакт;
- обладает положительным опытом общения с посторонними взрослыми.

ИГРОВАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ:

- самостоятельно делает несложные постройки из кубиков;
- повторяет в игре за взрослым увиденные действия;
- выполняет знакомые движения под музыку;
- играет с различными предметами, объединяя в одной игре два несложных действия (сажает в коляску, катает куклу);
- использует в игре предметы-заместители (кружок вместо тарелки, кусочек меха вместо кошки).

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Адаптация ребёнка к дошкольному учреждению

Ваш малыш пришел в детский сад. Для него началась новая жизнь.

Чтобы ребенок вступил в нее радостным, общительным, повзрослевшим, хотим предложить несколько рекомендаций.

- Постарайтесь создать в семье спокойную дружескую атмосферу.
- Установите четкие требования к ребенку, будьте последовательны в их предъявлении.
- Будьте терпеливы.
- Формируйте у детей навыки самообслуживания и личной гигиены.
- Поощряйте игры с другими детьми, расширяйте круг общения со взрослыми.
- Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте его внимательно.
- Если вы увидите, что ребенок что-то делает, начните «параллельный разговор» (комментируйте его действия).

- Говорите с малышом короткими фразами, медленно; в разговоре называйте как можно больше предметов. Давайте простые, понятные объяснения.
- Спрашивайте у ребенка: «Что ты делаешь?» На вопрос: «Почему ты это делаешь?» он ответит, когда подрастет.
- Каждый день читайте малышу.
- Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления.
- Занимайтесь с малышом совместно творческой деятельностью: играйте, лепите, рисуйте...
- Поощряйте любопытство.
- Не скупитесь на похвалу.

Правила позитивного общения с ребёнком:

- Безусловно, принимать и уважать ребенка.
- Если вы рассержены на ребенка, нужно выражать свое недовольство, но не ребенком в целом, а его отдельными действиями.
- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства. Раз чувства у него возникли, значит, для этого есть основания.
- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перерастает в неприятие ребенка.
- Активно выслушивайте его переживания и потребности.
- Будьте (читайте, играйте, занимайтесь) вместе.
- Не вмешивайтесь в занятия, с которыми он справляется.
- Помогите, когда он просит.
- Поддерживайте успехи.
- Делитесь своими чувствами.
- Конструктивно разрешайте конфликты.
- Используйте в повседневном общении приветливые фразы.
- Обнимайте не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.
- Радуйтесь вашему малышу!

КАК ПЕРЕСТАТЬ КРИЧАТЬ НА РЕБЁНКА

Есть старинная мудрость:

«Прежде чем сказать — посчитай до десяти.»

Прежде чем обидеть — посчитай до ста.
Прежде чем ударить — посчитай до тысячи».

Иногда даже самые любящие родители срываются. Многие мамы и папы повышают голос, потому что "запрограммированы" кричать - так поступали и их родители. Некоторые позволяют себе прикрикнуть на ребенка только в тех случаях, когда очень расстроены или разгневаны. Подумайте о том, что крик больно ранит самоуважение и чувство собственного достоинства ребенка, а также мгновенно разрушает душевную взаимосвязь между вами.

Когда родители кричат, дети пугаются. Они воспринимают крик как нападение, поэтому либо бросаются в бой (огрызаются и кричат на нас), либо убегают, стараясь физически либо эмоционально уйти подальше от крика.

Дети учатся коммуникации, имитируя нашу манеру общения. Если мы намеренно кричим на ребенка, чтобы заставить его делать то, что нам нужно, это называется запугиванием. И дети учатся кричать на других, чтобы принуждать их делать требуемое. Если взрослые кричат на ребенка ненамеренно, значит, они потеряли контроль над собой. И малыш понимает, что кричать на других - это вполне приемлемый способ справиться со своим плохим настроением.

Проблему крика можно устранить и снизить причиняемый им эмоциональный вред.

Новые навыки:

Скажите ребенку, что вы постараетесь справиться с собой, чтобы перестать кричать на него, и попросите помочь вам в этом. Дайте ему разрешение прерывать вас, когда вы начинаете кричать. Предложите своего рода пантомиму - зажимать ладонями уши. Кроме того, крик можно прервать словами: "Ты кричишь на меня, а это мне неприятно" или "Пожалуйста, поговори со мной спокойно, ведь ты любишь меня". Отреагируйте на это напоминание, прибегнув к "перемотке, наладке и повторному запуску".

Пример:

"Перемотка". "Спасибо за напоминание, я забыла об этом, поскольку была расстроена".

"Наладка". "Прости, ты не заслужил, чтобы на тебя кричали. То, что ты сделал, нехорошо, но и кричать на тебя тоже не следует".

"Повторный запуск". "Давай начнем все сначала. Я огорчена, потому что ты не соглашаешься со мной".

Наше разрешение детям напоминать о том, что кричать не следует:

- даёт им силу, чтобы защититься от крика, не вступая в борьбу (не спасаясь бегством);
- оберегает их чувство собственного достоинства, потому что дает им понять, что они не заслуживают такого обращения;
- укрепляет взаимосвязь, так как мы выказываем уважение к их потребностям и чувствам.

Источник: Пэм Лео "Как создать теплые отношения с детьми".

Советы от родителей:

1. "По возможности уделять себе хотя бы час в день: побаловать себя это время масочкой для лица, чтением, любимым хобби. В общем, уделить внимание себе-любимой, это успокаивает и возвращает радость."

2. "Один мой знакомый вместо того, чтобы кричать или ругаться говорит нараспев: "Ну что-о-о это такое?" Без всякого повышения голоса. И выговаривается, и не шумит :-)"

3. "Если вы не можете сдержаться, чтобы не обозвать ребенка, то хотя бы оставьте при себе всякие "дурак" и "бестолочь". Придумайте свое ругательство. Например, скажите ему: "Ух ты, барабулька конопулька!". Еще можно, вместо того чтобы повышать голос на ребенка, скорчить рожицу или разыграть пантомиму. Можно, разозлившись, зарычать или захрюкать... Вообще, лучшее средство от гнева - юмор!"

4. "Все дело в мамином самочувствии. Счастливая мама - хорошая мама. Иногда и надо строгим голосом говорить. Но главное чтобы ребенок знал, что мама его любит. Каждый вечер перед сном говорить ему это, гладить, обнимать, целовать. Тогда и строгие ситуации, когда, например, крутит ручки конфорок на печке или что-то

подобное, воспринимаются только как отдельные ситуации когда мама строгая, а не тенденция поведения. Это у меня так."

5. "Я сама подглядела у другой мамы, как она, разозлившись на нашалившую дочку, вместо того, чтобы накричать на нее, с преувеличенно свирепым видом погналась за ней со словами "Вот догоню тебя!" Дочка побежала, мама за ней, и сложная ситуация как-то незаметно превратилась в игру."

ВОЗРАСТНЫЕ ПЕРИОДЫ РАЗВИТИЯ РЕБЁНКА

Ребёнок от 1 года до 2 лет

Всё чего достиг ваш ребёнок к концу первого года жизни, требует новой социальной ситуации развития - **совместной деятельности ребёнка со взрослым человеком.**

Ребёнок учится есть ложкой, рисовать карандашом, садиться на стульчик. Его ведущая деятельность - предметная. Действуя с предметами, ребёнок второго года жизни открывает для себя их **физические** (цвет, форма, величина) и **динамические** свойства, **пространственные** отношения (далеко, близко).

Потребность в общении и освоении предметных действий требуют собственной **активной речи** ребёнка.

Дети радуются пению, движениям и игровым действиям под музыку. Сенсорный опыт ребёнка помогает ему различать предметы по **величине и цвету**, собирать пирамидку из 4-5 колец (от большого к маленькому).

Двигательная активность детей основывается преимущественно на ходьбе. Новые приобретения на этом этапе - **попытка бега, лазанье, прыжки с места**; ребёнку свойственна частая смена движений и поз.

Ребёнок от 2 до 3 лет

На третьем году жизни ребёнок становится более самостоятельным. У него интенсивно развивается активная речь.

К трём годам он осваивает основные грамматические структуры и пытается строить простые предложения. В разговоре со взрослым использует практически все части речи. В его активном словаре до 1000 слов.

В игре ребёнка этого возраста главными являются действия. Совершенствуются зрительные и слуховые ориентировки. Это позволяет малышу безошибочно осуществлять выбор из 2-3 предметов по форме, величине и цвету; различать мелодии, петь. Дети воспринимают все звуки родного языка, но произносят их с большими искажениями. Ребёнок вместе со взрослым начинает качаться на качелях, скатываться на санках с горки, учится кататься на трёхколёсном велосипеде.

На третьем году жизни ребёнок осознаёт себя как отдельного человека, отличного от взрослого. У него формируется образ «Я». Этот возраст связан с кризисом 3 лет или как часто говорят, «Я сам!». Он сопровождается отрицательными проявлениями у ребёнка: негативизмом, упрямством, нарушением общения со взрослым и др.

Дошкольник (4-5 лет)

Ребёнок заметно изменился, у него развиваются ловкость и координация движений. Дети могут вычленять в сложных объектах простые формы. У них возрастает объём памяти. Начинает складываться произвольное запоминание: ребёнок помнит поручения взрослых и запоминает небольшие стихи. Начинает развиваться образное мышление.

Им доступна сосредоточенная деятельность в течение 15-20 минут, способность удерживать в памяти при выполнении каких-либо действий несложное условие. Речь становится предметом активности детей.

Основные достижения этого возраста связаны с развитием игровой деятельности - появлением ролевых и реальных взаимодействий; развитием изобразительной деятельности, образного мышления и воображения, памяти, внимания, речи, познавательной мотивации.

Старший дошкольник (6-7 лет)

В этом возрасте ярко проявляются две категории знаний:

- Знания и умения, которыми ребёнок овладевает без специального обучения в общении со взрослыми, играх, наблюдениях.
- Знания и умения, которые могут быть усвоены только в процессе специального обучения на занятиях в детском саду или предшкольной группе.

В результате усвоения систематизированных знаний у детей формируются обобщённые способы умственной работы. На первый план выдвигается общение со сверстниками, при котором формируются диалоговая речь и новая форма речи – монолог, выражающая желание ребёнка поделиться своими мыслями, чувствами, знаниями.

Дети легко осваивают начало грамоты, представления о числах, действия на сложение и вычитание. Знают буквы русского алфавита, начинают читать словом или по слогам, определяют звуки, дни недели, месяцы.

ПЯТЬ КОМПОНЕНТОВ ГОТОВНОСТИ К ШКОЛЕ



1-ЫЙ КОМПОНЕНТ - МОТИВАЦИОННАЯ ГОТОВНОСТЬ

- СТРЕМЛЕНИЕ РЕБЁНКА ИДТИ В ШКОЛУ
- ИНТЕРЕС К ШКОЛЕ
- ЖЕЛАНИЕ ПОЗНАВАТЬ НОВОЕ

Чтобы определить, насколько развита она у дошкольников, можно задать ребёнку несколько вопросов типа:

- Хочешь ли ты идти в школу?
- Что в школе самое важное?
- Что самое интересное?

- Если бы ты не ходил в д/с, чем бы ты занимался дома?

Ответы на эти вопросы помогут понять характер его представлений о школе, наличие интереса к ней, интереса к познанию нового.

Кроме того, можно предложить тест-игру для выявления его основных стремлений, предпочитаемых видов деятельности. Взрослый бросает ребёнку мяч, проговаривая начало предложения, ребёнок должен бросить мяч обратно, завершив предложение по своему усмотрению.

Я стараюсь...

Я думаю о том, чтобы...

Я был(а) бы рад(а)...

Я надеюсь, что...

Я уверен(а), что...

Я мечтаю...

Я хочу...

2-ОЙ КОМПОНЕНТ- ВОЛЕВАЯ ГОТОВНОСТЬ

У ребёнка должен быть сформирован комплекс **волевых** качеств, без наличия которых он не сможет длительное время выполнять задания учителя, не отвлекаясь на уроке, доводить дело до конца. Обратите внимание, может ли малыш **сосредоточенно** заниматься каким-либо делом (рисовать, лепить и т.д.).

Предлагаемые задания и упражнения будут способствовать развитию и совершенствованию у ребёнка всех звеньев системы произвольной саморегуляции. Наиболее эффективно в этом смысле **конструирование**.

Начать лучше с **обучения работе по образцу**. В нашем примере это будет реальный образец уже построенного дома, который ребёнок должен воспроизвести из деталей. Их должно быть больше, чем нужно для конструирования, чтобы малыш научился производить правильный выбор блоков, соотнеся их по форме, цвету, размеру.

Предложите ребёнку внимательно рассмотреть, изучить тот дом, который ему надлежит собрать самостоятельно. Наблюдайте за характером и последовательностью строительства, при этом обратите внимание на следующие моменты:

1. Ребёнок должен строить дом в строгом соответствии с предложенным образцом – это означает, что он должен удерживать заданную вами цель.

Для этого ему необходимо соблюдать определённую последовательность сборки, т.е. иметь чёткую программу исполнительских действий (алгоритм).

2. Осуществление программы возможно лишь в том случае, если маленький строитель сумел правильно выделить условия деятельности: размер, цвет и форму блоков конструкции.

3. Но и это ещё не залог правильной сборки. В процессе работы он должен корректировать свои действия, т.е. постоянно сверять полученные результаты с эталоном.

4. По окончании сборки попросите ребёнка проверить, насколько точно его конструкция соответствует образцу. Если вы заметили, что малыш допускал ошибки на каком-то этапе сборки, проанализируйте вместе с ним их причины. Попросите ребёнка внести необходимые исправления.

Одним из распространённых упражнений по развитию произвольности, максимально приближённых к условиям учебной деятельности является «Графический диктант».

Ребёнку даётся образец геометрического рисунка, выполненный на листе бумаги в клетку (на отдельной карточке) или на расчерченной доске: он должен воспроизвести предложенный образец и самостоятельно продолжить точно такой же рисунок. Аналогичная работа предлагается для выполнения на слух, когда взрослый диктует последовательность действий с указанием числа клеточек и их направления (вправо- влево, вверх-вниз).

Ребёнок, поступая в 1-й класс, как правило, приходит в незнакомый коллектив. Ему придётся наряду с освоением новой для него роли ученика определиться в системе взаимоотношений детей класса, найти своё место в нём. Здесь зачастую скрываются подводные камни, мешающие первокласснику быстро адаптироваться к школе. Качества от которых зависит умение 7-летнего человека вступать во взаимоотношения со сверстниками, относятся к 3-му компоненту готовности к школе:

3-ИЙ КОМПОНЕНТ - СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ГОТОВНОСТЬ

На развитие этого компонента направлено упражнение: «Найди своё место». Поиск своего места в группе сверстников - едва ли не самое важное для школьника занятие. Мы предлагаем игровой, шуточный тренинг такого поиска, из которого взрослый может вынести мораль: всем есть место в этом классе, каждый может его найти, но никто не в состоянии сделать это без помощи других детей.

В начале игры нужно как следует «перемешаться». Дети свободно передвигаются по небольшому пространству очерченному ведущим. Каждый старается поприветствовать как можно большее количество ребят. Знак приветствия можно выбрать любой - лёгкое похлопывание, поглаживание по голове, прикосновение друг к другу ладонями правой руки... Для дальнейшей игры важно, чтобы знак приветствия был тактильным. По сигналу ведущего все останавливаются и закрывают глаза. Варианты:

- с закрытыми глазами, не произнося ни звука, выстроиться в шеренгу по росту;
- выстроиться в алфавитном порядке.

Очень важен для успешного обучения в школе:

4-ЫЙ КОМПОНЕНТ - УМСТВЕННАЯ ГОТОВНОСТЬ

- развитие восприятия;
- развитие наблюдательности;
- развитие внимания, памяти, мышления;
- сформированность представлений о пространстве и времени, о животном и растительном мире, об общественных явлениях.

Ребёнок должен знать:

- что такое: «слева», «справа», «вверху», «внизу», различать вчера, сегодня, завтра;
- уметь описать предмет имеющий сложное строение: выделить детали, их форму, цвет;
- из 10 сказанных слов называть на память 8-9;
- по плану комнаты находить спрятанную игрушку;

- уметь классифицировать предметы по существенному признаку;
- уметь называть антонимы слов;
- придумывать рассказ по серии картинок.

5-ЫЙ КОМПОНЕНТ- УМЕНИЕ УЧИТЬСЯ

- умение слушать и слышать взрослого;
- подчиняться его указаниям;
- планировать свою деятельность, контролировать и оценивать её.

Ребёнок может планировать свою деятельность если он в любой ситуации может ответить на вопросы:

Что ты будешь делать?

Как ты будешь делать?

Какие предметы тебе понадобятся?

Как ты сделал - хорошо или плохо?

Что у тебя получилось хорошо, а что не очень?

Из всего сказанного следует, что готовность к школе оценивается совсем не по тому, умеет ребёнок читать и писать или нет. Существуют простые и доступные способы определения психологической готовности к школе, которыми могут воспользоваться взрослые, чтобы подготовить ребёнка к школьному обучению.

ПАМЯТКА ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Родители оказывают большое влияние на ребёнка в период его развития, когда ребёнок быстрее всего учится и постигает умом окружающее.

ДРУЖЕСКОЕ ОТНОШЕНИЕ

- Смотрите на своего ребёнка, как на самостоятельную личность.
- Ребёнок умеет чувствовать так же, как и взрослый.
- Относитесь к ребёнку вежливо и ласково.

- Говорите с ним о некоторых планах, касающихся домашнего хозяйства, например, что купить, что поправить, что сэкономить, чтобы ребёнок чувствовал себя членом семьи.
- Регулярно возлагайте на ребёнка какие-нибудь обязанности и делайте это с самого раннего возраста. Требуйте исполнения заданий, давайте ответственные поручения, разбирайте те случаи, когда ребёнок не выполнил заданного.
- Уважайте его доверие, взгляды и планы.
- Будьте последовательны. Требуйте послушания, но не слепого, а путём убеждения.

ЧЕСТНОЕ ОТНОШЕНИЕ

- Всё время доказывайте своим поведением, что умеете держать слово.
- Держите себя так, чтобы ребёнок не боялся идти к вам с любым вопросом даже и тогда, когда чувствует, что вопрос деликатный.
- Докажи ему на деле, что он всегда получит правдивый ответ.

СПРАВЕДЛИВОЕ ОТНОШЕНИЕ К РЕБЁНКУ

- Учите его во всём достигать наилучших результатов.
- Хвалите его за достигнутые результаты.
- Хвалите его за старание даже в том случае, если достигнутые результаты незначительны.
- Прежде чем пристыдить или наказать ребёнка, постарайтесь понять, по каким побуждениям он совершил свой поступок
- Держите себя так, чтобы ребёнок не боялся прийти к вам и сознаться в тех поступках, за которые он должен был бы получить выговор или быть наказанным. Пусть он верит в твою справедливость и умение по достоинству оценить старание.

ЧЕГО СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ?

- Не обращайтесь с ним всё время, как с маленьким ребёнком. Вам это может доставлять удовольствие, но это тормозит душевное развитие ребёнка.
- Не балуйте его и не делайте за него то, что он мог бы сделать сам. Ребёнок никогда не бывает настолько беспомощным, чтобы он не мог пытаться что-нибудь делать или чему-нибудь учиться.

Чем раньше ребёнок научится быть самостоятельным, тем легче ему будет в жизни.

- Не испортите его, давая ему всё что он хочет. Научите его ценить то, что он получает; напомните ему, что всё то, что ему дают родители, потребовало от них больших трудов, и скажите ребёнку, что если он в будущем будет хорошо работать, то сможет достигнуть всего того о чём будет мечтать.

Помните! Воспитывая ребёнка, все взрослые должны действовать согласованно. В противном случае в ребёнке возникнут внутренние противоречия.