

Развитие ребенка от рождения до семи лет: возрастные нормы психического развития детей

Большинство трудностей в общении с ребенком и в его воспитании возникают у родителей по причине родительской некомпетентности или недостаточной осведомленности о возрастных периодах и нормах развития детей. Очень часто родители ожидают от ребенка того, что не доступно его возрасту и, наоборот, снижают свои требования к нему в области поведения, навыков самообслуживания и общения. Взрослым необходимо четко ориентироваться в возрастных периодах детства и новых возможностях, приобретениях психики, которые должны возникать на каждом этапе развития ребенка.

Итак, ранний возраст от рождения до 3-х лет, отличается единством физического и психического развития и стремительным ростом и развитием ребенка. Эпоха раннего возраста делится на два этапа: от рождения до года и от года до трех лет.



На первом году жизни происходит активное развитие органов чувств в процессе ухода и общения, с первых месяцев жизни ребенок выделяет близкого взрослого, сосредотачивает свой взгляд и слух и, наконец, отвечает взрослому улыбкой, звуками и движением. Данная реакция, названная "комплексом оживления" должна появиться к 3-м месяцам жизни. Она является условием и предпосылкой для развития общения между ребенком и взрослым. Младенец постепенно учится схватывать и удерживать предметы, благодаря развитию руки.

К 6-ти месяцам ребенок должен брать, удерживать предмет, сосредотачиваться на нем и совершать простые действия с предметом, обследуя его, что является условием формирования мышления.

С 6-ти месяцев ребенок овладевает самостоятельными движениями в горизонтальном положении, учится сидеть, стоять и ходить. Ребенок продолжает осваивать окружающий мир, он уже манипулирует с предметами и реагирует на взрослого не просто как на объект окружающего, а как на партнера в познавательной деятельности.





К концу первого года жизни ребенок должен активно изучать предметы и пространство и проявлять потребность в деловом общении с взрослым в процессе этого изучения. У малыша формируется первый предметный опыт, формируется представление о свойствах предмета, расположенного в пространстве. В этом возрасте малыш должен понимать обращенную к нему речь и говорить простые слова, состоящие иногда из одного слога.

Начиная с 1 года до трех, ребенок овладевает самостоятельными сложными движениями: ходьбой, бегом, лазанием, бросанием, и т. д. Ребенок не только активно двигается, но и учится регулировать собственное движение, подражая взрослому. Именно поэтому важно постоянно обращать внимание малыша на цель и порядок выполнения действия: "Мы будем катать мячик. Положи мячик перед собой, как я, а теперь толкни мячик сильно, как я."

Ребенок переходит от обследования предмета к игровому действию с предметом: сначала он учится открывать и закрывать баночку, понимает, что ее можно использовать, как емкость, потом соотносит эту баночку по свойствам с кастрюлькой и, наконец, использует в игре баночку, как кастрюльку.



Речь ребенка теперь становится самостоятельной и активной. На фоне активизации речи зарождается общение со сверстниками, ребенок делает первые попытки взаимодействовать с другим малышом в предметной и игровой деятельности.

Главным приобретением личности в конце раннего возраста становится осознание ребенком себя, как самостоятельного субъекта, своего личного действия и личного желания.

С этого момента (с 3-х лет) начинается эпоха дошкольного возраста. Именно этот период перехода получил название "кризиса 3-х лет". Обычно этот возраст сопровождается упрямством, капризами, агрессивностью, резкими сменами в настроении и поведении малыша. Такая картина есть результат конфликта между естественным стремлением ребенка к самостоятельности и независимости и ограничением этого стремления со стороны взрослых.



Дошкольное детство (от 3 до 7) характеризуется развитием разнообразных видов детской деятельности: игровой, бытовой, изобразительной, трудовой и др. Уровень развития ребенка должен определяться не только его умениями в той или иной деятельности, но и заинтересованностью в результате и умением его добиваться.



Ребенок 5 лет может отлично уметь самостоятельно завязать шнурки, но не испытывать потребности это делать. Отсутствие у дошкольника потребности проявлять свою умелость или развивать ее являются показателем незрелости, которая будет тормозить его дальнейшее развитие.

Способность ребенка подчинять свое поведение какой-либо цели, управлять своими поступками формируется на протяжении всего дошкольного возраста.

Только к семи годам ребенок способен выполнять как свою собственную задачу, так и задачу, поставленную взрослым не отвлекаясь, сохраняя интерес, контролируя себя при этом и оценивая свои результаты. Зачастую родители ожидают этого от детей 5-ти и даже 4-х лет.



Существенным приобретением дошкольного возраста становится наглядно-образное мышление ребенка, благодаря которому становится возможной учебная деятельность.



Чтобы понять, что легкие предметы не тонут, ребенку 6-ти лет уже не надо бросать их в воду, у него есть понятие легкого и тяжелого, понятие о свойствах воды, он может сделать самостоятельный вывод.

К семи годам дети хорошо разбираются в понятиях, символах и знаках, мышление становится логическим. У них намечается собственное мировоззрение, первые этические нормы, созревает новая социальная позиция и стремление быть взрослым.

Рекомендации психолога по преодолению упрямства и капризности у детей:

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению «приступ», но не очень волнуйтесь за ребёнка.

Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку – это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.

Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.

Не сдавайтесь даже тогда, когда «приступ» ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно – взять его за руку и увести.

Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.

Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.

Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление "сломить силой авторитета".

Спокойный тон общения, без раздражительности.

Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь идет о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, и когда можно и нужно хвалить:

1. НЕЛЬЗЯ ХВАЛИТЬ ЗА ТО, ЧТО:

- достигнуто не своим трудом.
- не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).
- из жалости или желания понравиться.

2. НАДО ХВАЛИТЬ:

- за поступок, за свершившееся действие.
- очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.
- уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого).

1. НЕЛЬЗЯ НАКАЗЫВАТЬ И РУГАТЬ КОГДА:

- ребёнок болен, испытывает недомогание или только оправился после болезни, т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.
- когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.

- во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки).
- после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете его за это, считая, что он виноват).
- когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался.
- когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.
- когда вы сами не в себе.

7 ПРАВИЛ НАКАЗАНИЯ:

- наказание не должно вредить здоровью.
- если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том, что совершённое действие вообще требует наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя).
- за 1 проступок – одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).
- лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.
- надо наказывать и вскоре прощать.
- если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребёнку, за что и почему он наказан.
- ребёнок не должен бояться наказания.

Таблица правильных и неправильных поступков

Правильно	Неправильно
Любить ребенка, таким какой он есть	Любить ребенка за его достижения
Поощрять самостоятельность ребенка	Делать за ребенка то, с чем он способен справиться сам
Дарить подарки искренне	«Откупаться» от ребенка игрушками
Игнорировать истерики ребенка	Превращать истерики ребенка в спектакль
Придерживаться единой тактики воспитания в семье	Предъявлять к ребенку противоречивые требования
Учить ребенка соотносить свои желания с желаниями и возможностями других	Стараться удовлетворять все запросы ребенка
Отказывать ребенку в приобретении новой игрушки, объясняя причину	Мотивировать свои отказы «надуманными» причинами или вовсе не говорить ребенку о своих мотивах
Уважать потребность ребенка в собственном волеизъявлении	Подавлять его волю для того, чтобы подчеркнуть главенствующую роль

СТРАННАЯ ПРИВЫЧКА

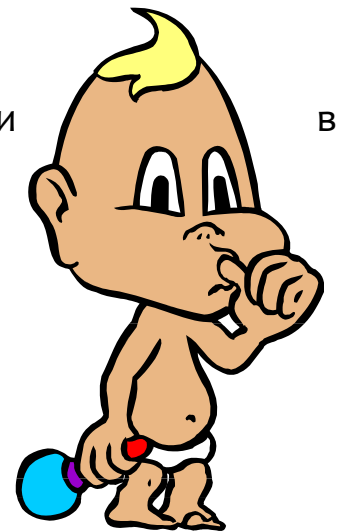
Сосание губы, пальца – патологическая привычка, нередко приобретающая произвольный и болезненный характер. Обычно такая привычка возникает у детей с флегматическим темпераментом: неторопливых, медлительных, «копуш».

Причина такой привычки – неудовлетворенность инстинкта сосания. Это может быть связано с отсутствием грудного вскармливания, недостаточной его продолжительностью, тугими сосками, маститом, ранним переходом к вскармливанию из бутылочки с широким отверстием в соске, в результате чего ребенок слишком быстро поглощает пищу и не успевает «насосаться» столько, сколько ему хочется.

Обычно ребенок начинает сосать губу или палец, когда у него появляется чувство беспокойства. Сосание может продолжаться и во сне. И если попытаться разбудить ребенка, то он начинает сосать быстрее, выражая признаки беспокойства. Так что сосание оказывает определенное регулирующее воздействие на нарушенный процесс не только засыпания, но и сна.

Также причинами возникновения данной привычки могут быть:

- 🍼 отсутствие ласки, теплого обращения;
- 🍼 ранние выходы матери на работу;
- 🍼 передача малыша на воспитание родственникам и в детский сад;
- 🍼 конфликты родителей;
- 🍼 алкоголизм;
- 🍼 развод;
- 🍼 нечуткое отношение к детям;
- 🍼 предоставление их самим себе;
- 🍼 нарушение засыпания;
- 🍼 частые болезни ребенка, его ослабленность.



Все эти причины сказываются на эмоциональном состоянии малыша. В любом случае сосание губы или пальца сигнализирует о том, что ребенок находится в состоянии беспокойства, подавленности или не может заснуть. Забываясь в сосании, ребенок как бы отключается от жизненных трудностей, уходит в себя.

Оптимальной тактикой устранения этой патологической привычки должна быть не борьба с ней, а установление доверительного контакта, поддержание веры детей в себя, создание через похвалу и одобрение заинтересованности в том, чтобы научиться контролировать свои чувства и желания.

ПАМЯТКА ДЛЯ ВЗРОСЛЫХ

Уважаемые папы и мамы, бабушки и дедушки! Вы – первые и самые важные учителя своего ребенка. Первая его школа – ваш дом – окажет огромное влияние на то, что он будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей.

Сколько бы мы ни прожили, мы все равно постоянно обращаемся к опыту детства, к жизни в семье. Даже убеленный сединами человек продолжает ссылаться на то, чему его учили дома, чему учила мать, что показывал отец.

Малыш всему учится в общении со взрослыми. Ранний опыт ребенка создает тот фон, который ведет к развитию речи, умению слушать и думать, подготавливает его к вычленению смысла слов.

«Годы чудес» – так называют дошкольное детство. Закладываемое в это время эмоциональное отношение к жизни, людям и наличие или отсутствие стимулов к интеллектуальному развитию оставляют неизгладимый отпечаток на всем дальнейшем поведении и образе мыслей человека.

1. Для ребенка ваша речь является образцом речи, поскольку дети учатся речевому общению, подражая вам, слушая вас, наблюдая за вами.

2. Ребенок постоянно изучает то, что он наблюдает, и понимает гораздо больше, чем может сказать.

3. Речь ребенка успешнее всего развивается в атмосфере спокойствия, безопасности и любви, когда взрослые слушают его, общаются с ним, разговаривают, направляют внимание, читают ему.

4. Вам принадлежит исключительная активная роль в обучении малыша умению думать и говорить, но не менее активная роль в интеллектуальном, эмоциональном, речевом и коммуникативном развитии присуща самому ребенку.

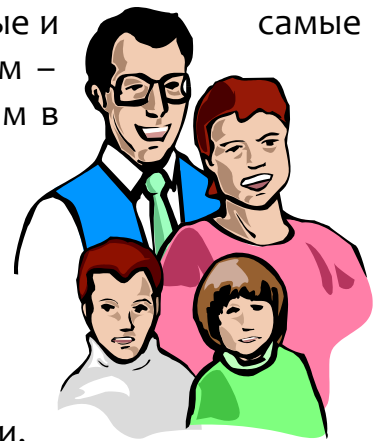
5. Нужно обеспечить ребенку широкие возможности для использования всех пяти органов чувств: видеть, слышать, трогать руками, пробовать на вкус, чувствовать различные элементы окружающего мира.

6. Следует уделять ребенку больше времени, так как в раннем детстве влияние семьи на речевое и умственное развитие, приобщение ребенка к жизни общества является решающим. Именно в эти годы закладываются основы уверенности в себе и успешного общения вне дома, что способствует дальнейшему продвижению ребенка в школе, в компании сверстников, а в дальнейшем – и на работе.

7. По возможности нужно присоединяться к ребенку, когда он смотрит телевизор, и стараться узнать, что его интересует, обсуждать увиденное.

8. У каждого ребенка свой темперамент, свои потребности, интересы, симпатии и антипатии. Очень важно уважать его неповторимость, ставить для себя и ребенка реальные цели.

9. Старайтесь, чтобы ребенок не чувствовал недостатка в любви и разнообразии впечатлений.



ДЕСЯТЬ ПРАВИЛ ВОСПИТАНИЯ РЕБЕНКА

1. Люби своего ребенка!

То есть радуйся его присутствию, принимай его таким, каков он есть, не оскорбляй его, не унижай его, не подрывай его уверенности в себе, не подвергай его несправедливому наказанию, не отказывай ему в твоём доверии, дай ему повод любить тебя.

2. Охраняй своего ребенка!

То есть защищай его от физических и душевных опасностей, даже – если потребуются – жертвуя собственными интересами и рискуя собственной жизнью.



3. Будь добрым примером для своего ребенка!

Привей ему уважение к традиционным ценностям, сам живи сообразно с ними, относись к ребенку с чувством ответственности. Ребенку необходим такой домашний очаг, где семья дружна, где уважают и любят стариков, где поддерживаются тесные и искренние связи со всеми родственниками и друзьями. Ребенок должен жить в такой семье, где бытуют честность, скромность, гармония. Нарушение родителями супружеской верности, завистливость, обогащение бесчестными средствами, достижение той или иной выгоды для ребенка с помощью беспринципных связей и т.п. – все это составляет такой «образец», который весьма отрицательно отразится на моральном облике завтрашнего гражданина страны.

4. Играй со своим ребенком!

То есть уделяй своему ребенку необходимое время, разговаривай с ним, играй с ним так, как ему нравится, игры его принимай всерьез, освойся с миром его представлений.

5. Трудись со своим ребенком!

Помогай своему ребенку, когда он пытается принять участие в работе (в доме, в саду или огороде). Когда ребенок подрастет, приучай его участвовать во всех работах по хозяйству и для хозяйства. В часы досуга и во время каникул он должен принимать участие в организованных детским садом или школой видах деятельности.

6. Позволь ребенку приобретать жизненный опыт, пусть даже не безболезненно, но самостоятельно!

Ребенок признает только такой опыт, который он пережил самолично. Твоя собственная опытность нередко оказывается лишней ценностью для твоего ребенка. Дай ему возможность накопить собственный опыт, даже если это связано с известным риском. Чрезмерно оберегаемый ребенок, «застрахованный» от любой опасности, нередко становится социальным инвалидом.



7. Покажи ребенку возможности и пределы человеческой свободы!

Родители должны раскрыть перед ребенком замечательные возможности развития и утверждения человеческой личности, соответственно дарованиям и особенностям каждого. Вместе с тем ему нужно показать, что любой человек должен признавать и соблюдать известные пределы в своих поступках в семье, в коллективе и вообще, в обществе (придерживаться закона и соблюдать правила общежития).



8. Приучай ребенка быть послушным!

Родители обязаны следить за поведением ребенка и направлять его таким образом, чтобы его поступки не причиняли ущерба ни ему самому, ни другим. Ребенка следует вознаграждать за соблюдение установленных правил! Однако в случае необходимости следует насаждать уважение к правилам посредством наказания.

9. Жди от ребенка только таких мнений и оценок, на какие он способен в соответствии со степенью созревания и собственным опытом!

Ребенку требуется длительное время, пока он научится ориентироваться в этом столь сложном мире. Помогай ему, сколько сможешь, и требуй от него собственного мнения или самостоятельного вывода только в том случае, когда он способен на это в соответствии с накопленным опытом и степенью своего созревания.

10. Предоставляй ребенку возможность таких переживаний, которые будут иметь ценность воспоминаний!

Ребенок «питается» так же как и взрослый, переживаниями, которые дают ему возможность ознакомиться с жизнью других людей и с окружающим миром.



Памятка по развитию любознательности

- 👁 Внимательно относитесь к детским вопросам и не отмахивайтесь от них.
- 👁 Не раздражайтесь из-за них на ребенка, не запрещайте их задавать.
- 👁 Ответы давайте краткие и доступные пониманию ребенка.
- 👁 Все время прививайте ребенку познавательные интересы и мотивы.
- 👁 Научите его играть в шашки и шахматы.
- 👁 Проводите в семье конкурсы знатоков, викторины, часы загадок и отгадок.
- 👁 Организовывайте совместные походы в театры, на выставки, в музеи.
- 👁 Проводите постоянные прогулки на природу: в парк, сквер, к водоему, в лес.
- 👁 Мастерите с детьми поделки из природного материала и бумаги.
- 👁 Поощряйте экспериментирование детей.
- 👁 Читайте детям природоведческую литературу, беседуйте по ее содержанию.

Любите своего ребенка!

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ по организации развивающей среды в семье

Необходимо знать основные принципы построения общения с детьми:

1. Любознательные дети растут у любознательных родителей. Не поддавайтесь иллюзии, что вы все обо всем уже знаете. Открывайте мир вместе с вашим ребенком.

2. Говорите с ребенком – сначала называя окружающие предметы, позже – действия, затем – признаки и свойства предметов, объясняйте окружающий мир и формулируйте закономерности, рассуждайте вслух и обосновывайте свои суждения.

3. Задавайте ребенку старшего возраста как можно чаще вопрос «Как ты думаешь?»

4. Всегда внимательно выслушивайте рассуждения ребенка и никогда не иронизируйте над ними. Уважайте его интеллектуальный труд.

5. Отыскивайте и приносите домой любопытные вещи, книги, истории. Делитесь этим с ребенком. Пусть он не все и не сразу поймет: развивающее общение – это всегда немного общение «навырост».

6. По возможности, много путешествуйте с ребенком.

7. Приглашайте в дом интересных людей, при общении с ними не отправляйте ребенка «поиграть в соседней комнате».

8. Ходите с ребенком в музей.

9. Проводите совместные наблюдения и опыты.

10. Эмоционально поддерживайте исследовательскую деятельность ребенка. Поощряйте его инициативу и самостоятельность. Создавайте условия для реализации его творческих замыслов.

11. Сделайте свои увлечения предметом общения с ребенком.



СОВЕТЫ

о мальчиках и девочках

- **Никогда не сравнивайте мальчиков и девочек, не ставьте одних в пример другим: они разные даже по биологическому возрасту – девочки обычно старше ровесников-мальчиков. Не забывайте, что мальчики и девочки по-разному видят, слышат, осязают, по-разному воспринимают пространство и ориентируются в нем, а главное – по-разному осмысливают все, с чем сталкиваются в этом мире. И уж, конечно, не так, как мы, взрослые.**
- **Помните, что когда женщина воспитывает и обучает мальчиков, ей мало пригодится собственный детский опыт, и сравнивать себя в детстве с ними – неверно и бесполезно.**
- **Не переусердствуйте, требуя от мальчиков аккуратности и тщательности выполнения вашего задания. Старайтесь, давая задания мальчикам, как в детском саду, так и в быту, включать в них момент поиска, требующий сообразительности. Не надо заранее рассказывать и показывать, что и как делать. Следует подтолкнуть ребенка к тому, чтобы он сам открыл принцип решения, пусть даже наделав ошибок. И в то же время не забывайте не только рассказывать, но и показывать. Особенно это важно для мальчиков. Помните, что мы часто недооцениваем эмоциональную чувствительность и тревожность мальчиков.**
- **С девочками, если им трудно, надо вместе, до начала работы, разобрать принцип выполнения задания, что и как надо сделать. Вместе с тем, девочек надо**

постепенно учить действовать самостоятельно, а не только по заранее известным схемам, подталкивать к поиску собственных решений незнакомых, нетиповых заданий.

- Если вам надо отругать девочку, не спешите высказывать свое отношение к ней – бурная эмоциональная реакция помешает ей понять, за что ее ругают. Сначала разберите, в чем ее ошибка. Ругая мальчика, изложите кратко и точно, чем вы недовольны, т.к. он не сможет долго удерживать эмоциональное напряжение. Его мозг как бы отключит слуховой канал, и ребенок перестанет вас слушать и слышать.
- Знайте, что девочки могут капризничать, казалось бы, без причины или по незначительным поводам из-за усталости (истощение правого «эмоционального» полушария мозга). Мальчики в этом случае истощаются интеллектуально (снижение активного левого «рационально-логического» полушария). Ругать их за это не только бесполезно, но и безнравственно.

ПОМЕХА

или одаренность?

- Не уличайте в неумении, а помогайте найти пути решения проблемы. Не сравнивайте ребенка с другими, хвалите его за успехи и достижения. Имейте в виду, что педагог, который ругает ребенка за то, что он чего-то не знает или не умеет, подобен врачу, который ругает больного за то, что он болен.
- Прежде чем ругать ребенка за неумение, попытайтесь понять природу трудностей. Никогда не ругайте ребенка обидными словами за неспособность что-то понять или сделать, глядя при этом с высоты своего авторитета. Это сейчас он знает и умеет хуже вас. Придет время, и, по крайней мере в каких-то областях, он будет знать и уметь больше вас. А если тогда он повторит в ваш адрес те же слова, что сейчас говорите ему вы?
- Не переучивайте левшу – дело не в руке, а в устройстве мозга. Будьте терпеливы и внимательны к левше, помните, что он эмоционален и раним. Обучая левшу, старайтесь сделать процесс обучения ярким и красочным, привлекайте наглядные пособия, чтобы он мог обучаться не только ушами, но и глазами, и руками, не столько через слова, сколько через предметы. Не переусердствуйте с соблюдением режима. Если ребенок левша, для него жесткое следование режиму может быть непомерно трудным. Берегите левшу от чрезмерных нервных нагрузок, будьте осторожны и тактичны, наказывая или ругая его. Не старайтесь сделать левшу таким, как все, больше доверяйте его природе. его уникальность, непохожесть на других – это его достоинство.
- Мы часто любим в ребенке результаты своих трудов. А если результатов нет, виноват не ребенок, а мы, потому что не сумели его научить. Бойтесь списывать свою некомпетентность, свои неудачи на ребенка. Это вы педагог

или родитель, а не он. К сожалению, мы любим тех, кого умеем научить.

- Ребенок не должен панически бояться ошибок. Невозможно научиться чему-нибудь, не ошибаясь. Старайтесь не вырабатывать у него страха перед ошибкой. Чувство страха – плохой советчик. Оно подавляет инициативу, желание учиться, да и просто радость жизни и радость познания.
- Запомните: маленькие дети не бывают ленивыми. «Леность» ребенка – сигнал неблагополучия в вашей педагогической деятельности, в избранной методике работы с ним.
- Для гармоничного развития необходимо, чтобы ребенок учился по-разному осмысливать учебный материал (логически, образно, интуитивно).
- Признайте за ребенком право на индивидуальность, право быть другим.
- Никогда не забывайте, что мы еще очень мало знаем о том, как несмышленое дитя превращается во взрослого человека. Есть множество тайн в развитии мозга и психики, которые пока недоступны нашему пониманию. Поэтому главное – стремиться выполнять заповедь «НЕ НАВРЕДИ»!

20 способов утихомирить разбушевавшегося ребенка

Если ребенок носится по квартире без остановки, кричит не своим голосом, катается по полу, совершает хаотичные движения руками и ногами и совершенно не слышит, что вы ему говорите – поймайте его, обнимите и тихим голосом предложите поиграть.

1. Малыша попросите вспомнить, как кричит корова, лягушка, собака. Или показать свою руку, нос, коленку. Ребенку постарше предложите сосчитать от 1 до 20, а потом от 20 до 1.

2. Замри-отомри. Вариаций этой игры множество. Например, по команде “День” ребенок прыгает, играет. А по команде “Ночь” притворяется спящим. Или пусть малыш представит, что он мышка и бегаёт-играет, пока вы не скажете “Кошка идет!”. Вместо словесной команды, можно давать звуковую – хлопать в ладоши или звонить в колокольчик. С детьми постарше поиграйте в “Море волнуется”.

3. Шторм-штиль. Вариация предыдущей игры. Не требует полного замирания, но “штиль” – это тихие, плавные движения, шепот. Что такое шторм, думаю, не надо объяснять.

4. Договоритесь с малышом, что как только вы нажмете ему на нос, он сразу “выключится”. Можно расширить эту идею, нарисовав пульт управления (или используйте ненужный пульт от телевизора). Нажимайте кнопку на пульте и говорите: “уменьшаю громкость (выключаю звук, включаю замедление)”. Пусть ребенок выполняет команды.

5. Предложите ребенку представить, что он тигр на охоте. Он должен долго неподвижно сидеть в засаде, а потом прыгать и кого-то ловить. Или вместе с ребенком ловите воображаемых бабочек, к которым нужно медленно и очень тихо подкрадываться. Под каким-нибудь игровым предлогом, спрячьтесь вместе под одеялом и сидите там тихо-тихо.

6. Предложите ребенку представить себя китом. Пусть он сделает глубокий вздох и ныряет на глубину. Киты можно давать поручения плавать к разным материкам или искать что-то на дне.

7. Попросите ребенка закрыть глаза (если он согласится, завяжите глаза платком) и сидеть неподвижно, ожидая определенного сигнала. Например, когда третий раз прозвонит колокольчик. Или попросите ребенка что-то сделать с закрытыми глазами (сложить пирамидку, поставить машинку на подоконник, собрать с пола кубики).

8. Попросите ребенка выполнить сложное движение, требующее сосредоточенности (провести пальцем по нарисованному лабиринту, провезти машину за веревочку между кеглями). За выполнение обещайте приз.

9. Попробуйте упражнение на чередования напряжения и расслабления. Например, можно двигать заведомо неподъемный диван, а потом падать и отдыхать. Или предложите малышу представить, что его и ваши ладошки – это снежинки. Пусть снежинки плавно падают на землю. А потом возьмите воображаемый снег с земли и с силой сжимайте руки в кулаки (лепите снежки).

10. Предложите игру. Вы говорите слово, а ребенок старается произнести это слово громче, чем вы. А потом, наоборот, попросите малыша говорить тише, чем вы.

11. Возьмите простыню или тонкое покрывало и плотно запеленайте “малыша”. Возраст ребенка значения не имеет, но важно, чтобы ему эта игра нравилась. Можете взять его на руки, покачать, спеть песенку.

12. Возьмите салфетку (или листок дерева) и подбросьте вверх. Скажите ребенку, что пока салфетка падает, нужно как можно громче смеяться. Но как только упадет, следует сразу замолчать. Играйте вместе с ребенком.

13. Лучше еще крохой приучить ребенка, что когда вы расставите руки, он побежит к вам в объятия (знаю, многие родители так делают). Если это объятие будет приятным, к 3-5 годам привычка останется. Поэтому расставьте руки и когда ребенок к вам прибежит крепко-крепко его обнимите и задержите объятия на несколько секунд.

14. Предложите малышу бегать и прыгать, но при этом постоянно выполнять какое-то простое движение. Например, держать соединенными указательные пальцы или вращать кистью руки.

15. Сшейте мешочек величиной с ладонь и насыпьте в него 3-4 ложки песка или крупы. Предложите ребенку бегать, прыгать и безобразничать, удерживая этот мешочек на голове. Обещайте ему что-то приятное (угостить чем-то, поиграть или почитать), если мешочек не упадет, пока не прозвенит таймер (в зависимости от возраста, временной промежуток 1-5 минут).

16. Предложите игру "Капитан и корабль". Капитан должен отдавать команды ("Направо", "Налево", "Прямо"), а корабль четко им следовать. Для ребенка постарше можно выбрать цель (например, доплыть в прихожую) и расставить в комнате препятствия (кегли, мягкие игрушки). Ребенок может выбрать любую из ролей.

17. Загородите дорогу или схватите носящегося по квартире ребенка. Чтобы пройти (освободиться) он должен ответить на вопрос, требующий сосредоточения (Например, назвать морское животное, сосчитать количество окон в квартире или придумать пять слов на букву "А")

18. Попросите ребенка сесть на корточки и представить, что он мячик. Легонько хлопайте его по макушке и пусть малыш подпрыгивает. Ускоряйте и замедляйте хлопки, следя, чтобы малыш прыгал согласно задаваемому темпу.

19. Попросите малыша, носящегося по квартире, выполнять ваши задания (три раза подпрыгнуть, два раза сбегать на кухню и обратно, четыре раза спрыгнуть с дивана). Важно, чтобы активное задание сочеталось с необходимостью вести подсчет действиям. За каждое выполненное задание рисуйте малышу в альбоме цветок или машинку.

20. Предложите ребенку повторять за вами все слова и действия. Начинайте показывать быстрые, резкие движения или громко кричите. Постепенно переходите к более спокойным, плавным движениям и тихой речи.

Кроме достижения мгновенного эффекта, эти игры также помогут малышу учиться себя контролировать. Не забывайте, что и родителям важно быть терпеливыми и не терять самообладания, поскольку ребенок берет с вас пример и чувствует и отражает ваше собственное состояние.

Автор: Ю. Луговская.

15 СПОСОБОВ ВЫРАЖЕНИЯ ЛЮБВИ К ДЕТАМ

1. Раскрасьте вместе с ребенком страничку в книжке-раскраске.

2. Спрячьте подарок-сюрприз, чтобы малыш сам нашел его.

3. Изготовьте поздравительные открытки для всех членов семьи.

4. Крепко обнимите его и подольше подержите в своих объятиях.

5. Позвольте малышу помочь вам печь пирожки, торты (украсить его) и другую выпечку.

6. Попросите его помочь вам собрать игрушки.

7. Дайте им свою старую одежду, чтобы нарядились для игры.

8. Позвольте ребенку расчесывать свои волосы.

9. Пусть он поможет убратся в квартире, доме.

10. Спрашивайте ребенка, что ему понравилось, как прошел день.

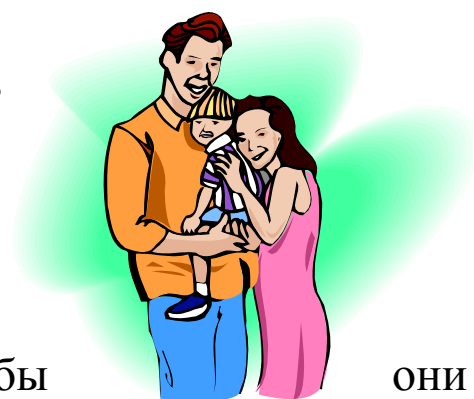
11. Погладьте его по голове, когда он ложится спать, помассируйте спинку ребенку или подержите его за руку – так малыш быстрее уснет.

12. Читайте вслух книжки.

13. Устраивайте пикники в живописной местности.

14. Осенью погоняйтесь за падающими листьями, шуршите ногами и бегайте по ним вместе. Зимой слепите вместе снеговика. Дети больше любят тех, кто с ними много и весело играет.

15. Дайте ребенку повозиться в воде, помыть посуду, постирать или просто поплескаться.



ОНИ

И вообще, старайтесь, чтобы ребенок всегда помогал вам, и все делайте вместе – пусть это нелегко (сначала), зато весело.

НАРОДНАЯ МУДРОСТЬ

- ❖ *Никогда не воспитывайте в плохом настроении.*
- ❖ *Ясно определите, чего вы хотите от ребенка и объясните ему, а также узнайте, что он думает по этому поводу.*
- ❖ *Предоставьте ребенку самостоятельность, воспитывайте, но не контролируйте каждый его шаг.*
- ❖ *Не подсказывайте готового решения, а показывайте возможные пути к нему и разбирайте с ребенком его правильные и возможные шаги к цели.*
- ❖ *Не пропустите момента, когда достигнет первого успеха.*
- ❖ *Укажите ребенку на допущенную ошибку и постарайтесь, чтобы он осознал ее.*
- ❖ *Оценивайте поступок, а не личность человека. Человек и отдельные его поступки не одно и то же.*
- ❖ *Дайте ребенку ощутить (улыбнитесь, прикоснитесь), что сочувствуете ему, верите в него, несмотря на его оплошность.*