

Полезные советы хорошим родителям

Общие принципы воспитания

5-7 лет. Развиваем силу воли и терпение.

Данный возраст – это итог всего дошкольного развития: чему ребёнок научился, что он знает и умеет делать. Успешное развитие в эти два года в дальнейшем отразится на школьном обучении ребёнка.

От пяти до семи – развиваем терпение и растим силу воли...

Данный возраст – это итог всего дошкольного развития: чему ребёнок научился, что он знает и умеет делать. Родители и воспитатели начинают отмечать, что ребёнок взрослеет, он начинает больше проявлять самостоятельности, лучше контролирует своё поведение и уже может сформулировать своё собственное мнение. Какие же изменения происходят в данный возрастной период, и на что следует в большей степени обращать внимание. Ведь успешное развитие в эти два года в дальнейшем отразится на школьном обучении ребёнка.



Начиная с пяти лет, у ребёнка активно начинает развиваться саморегуляция, то есть он учится подчинять своё поведение внешним правилам и нормам.

Ребёнок учится контролировать свои эмоции и проговаривать свои чувства и переживания, если ему обидно, он злится, либо расстроен.

Он учится внимательно выполнять неинтересное задание, например, рисовать палочки, крючки, хотя уже устал и хочет поиграть.

Он учится ждать своей очереди, уступать и проявлять терпение.

Это очень сложно для дошколёнка, поэтому он нуждается в помощи взрослых, их поддержке и одобрении. Если Ваш замечательный ребёнок уступил кому-то место на качелях, смог дождаться своей очереди на горке, помог Вам прибрать комнату, не перебивал Вас, когда Вы разговаривали по телефону, то обязательно похвалите его. Отмечайте даже самые маленькие проявления терпения и силы воли Вашего малыша. Это поможет ему в дальнейшем с большей радостью и готовностью проявлять такое поведение.

Произвольность и сила воли также тренируется при выполнении разных поделок, рисовании, конструировании. Ведь ребёнку необходимо выполнять чёткие правила и действовать по схеме. Если малыш хочет собрать из лего именно этого робота, то ему

необходимо собирать детали конструктора именно в той последовательности, как указано на инструкции. Чтобы научиться лепить птичку необходимо внимательно послушать педагога и последовательно выполнять все необходимые действия. Это сложно... не всегда получается... и иногда хочется уже совсем отказаться от выполнения задуманного. Помогайте ребёнку! На первых парах не столь важно насколько аккуратно он сделал, а важно довёл ли он начатое дело до конца. Самое главное сохранить интерес ребёнка и отметить его усилия и старания. Можно возвращаться к незаконченной поделке или рисунку, но необходим конкретный результат.

Из выполненных поделок, рисунков, открыток можно сделать музей, уголок достижений ребёнка. Эти конкретные успехи благотворно будут сказываться на самооценке вашего малыша. А также у Вас будет ещё один повод гордиться своим чадом!

Кроме того, терпение и саморегуляция активно развивается в настольных (шашки, ходилки, крестики-нолики) и подвижных играх (прятки, пятнашки, жмурки). Все они требуют от ребёнка соблюдения правил. Поэтому детский коллектив и совместное творчество благотворно влияют на развитие саморегуляции.

Считается, что девочки более спокойные и терпеливые, чем мальчики. Во многом это связано с особенностями развития нервной системы, которая у девочек созревает быстрее. Мальчишки более шустрые, активные и бойкие. Очевидно, что и игры у детей разные: девочки предпочитают тихие и спокойные занятия, в то время, как мальчики любят побегать, поноситься. Взаимное общение и игры помогают детям освоить различные навыки и учат их проявлять больше терпения и выносливости в разных сферах.

Развитие саморегуляции – это непростой процесс, так как он тесным образом связан с созреванием нервной системы. Поэтому если у дошколенка есть неврологические трудности, то ему будет сложно проявлять терпение, усидчивость и внимательность. В этом случае важна помощь и консультация невролога. Очень важно скорректировать все неврологические особенности до начала школьного обучения, так как при увеличении интеллектуальной нагрузки ребёнку будет сложно с ней справиться.

Наталья Соломахо



Развитие самостоятельности у дошкольников

Все мы родом из детства, и все мы шаг за шагом осваивали знания и умения и приобретали опыт и навыки. Однако, став родителями, мы нередко забываем о развитии у собственного ребенка самостоятельности и ответственности. Нам проще, спокойнее и удобнее сделать за маленького человечка то, с чем он вполне способен справиться сам. А ведь это неправильно, недальновидно и даже эгоистично. У каждого детского возраста – свои задачи. Дайте ребенку их решить.



Начинать можно с самого простого и доступного. Вашему малышу около трех лет, и он уже умеет одеваться и раздеваться. Молодец, замечательно! Тогда приучите его класть вещи на место: игрушки – в коробку, посуду – в мойку. Сделайте процесс единым и неразрывным: снял кофточку – и сразу же положил на полку. Допил сок – немедленно отнес стакан в мойку. Надоело играть – запихнул игрушки в корзину и побежал дальше. Малыш пока не догадывается, что можно просто бросить игрушки и убежать или оставить неубранным стол после еды, так что пользуйтесь случаем. Такие мелочи легко усваиваются в раннем детстве, особенно если сопровождаются похвалой, лаской, если похожи на игру, а не на скучную обязанность. Согласитесь, есть разница: «Опять ты не убрал пижаму на полку! Сколько раз тебе говорить – всегда надо за собой убирать!» или «Ты спрячь пижаму в шкаф, а я сварю тебе какао. Ну-ка кто из нас быстрее справится?».

Очень важно доверять ребенку те задания, которые ему по силам и которые он в своем возрасте 3-5 лет выполняет охотно. Возможно, при этом страдает качество выполнения: взрослый аккуратнее разложит игрушки, и тарелка не разобьется в маминых руках. Но если мы стремимся сделать все за маленького ребенка, потому что у нас это лучше и быстрее получается, вполне закономерно, что впоследствии он ничего не сможет, да и не захочет делать самостоятельно. После 5 лет будет пропущен тот важный период, когда у малыша возникал естественный интерес к домашним делам, когда ему было интересно делать все.

Не пропустите момент! Пока ребенок маленький, любые мелочи легко входят в привычку.

Вместе, а не вместо

По мере того, как малыш взрослеет, поручайте ему несложные дела: подмести пол, налить воды кошке, принести столовые приборы для семейного обеда. Важно, чтобы он понимал: у каждого из домашних есть свои обязанности, в том числе и у него. И не только понимал, но и видел своими глазами. Если взрослые замирают у телевизора, забыв про грязные тарелки, что же от ребенка-то требовать!

Чтобы помочь ребенку овладеть разными сложными и ответственными вещами – самому собираться в садик или школу, одеваться, накрывать на стол, класть одежду и игрушки на место, нужно пройти процесс обучения вместе с ним, постепенно. Ни в коем случае не следует выполнять что-либо за него: «Смотри, как я делаю». Ребенок должен выполнять намеченное сам, а вы присутствуйте рядом, направляйте, объясняйте. Самое сложное для каждого малыша, да и для многих взрослых, – организовать себя. Часто он просто не понимает, что нужно делать в той или иной ситуации. Именно в этом и надо помочь: составьте план действий и вместе учите его выполнять. Например: сначала найти в комодке носочки, потом внизу шкафа – штанишки, потом сверху шкафа – кофточку, потом на ковре – босоножки. Пока мы одеваем ребенка сами, он может заниматься тысячей дел, но только не забывать, в каком порядке мама надевает на него одежду. Поэтому ваше предложение «А теперь одевайся сам, ты уже умеешь» может поставить его в тупик. Да, он знает, с какой стороны что надевается, но где это лежит, и в каком порядке? Ребенок при всем желании не сможет выполнить ваше задание, а вы будете удручены его полной несамостоятельностью.

Чтобы избежать подобных накладок, нужно, чтобы путь обучения ребенок прошел сам. Поскольку многие занятия обычно скучноваты, попробуйте превратить их в игру. Начните готовиться к полету на Марс или собираться в кругосветное путешествие, и тогда банальный подбор одежды станет жизненно важной задачей. Попробуйте устроить чемпионат по накрыванию на стол или собиранию портфеля в школу.

Крайне важно поощрять ребенка, если он все делает правильно.

Обучая ребенка конкретному делу, не забывайте главное правило – делать вместе с ним, но не вместо него. Да, зачастую так будет дольше, да, зачастую нервы не выдерживают смотреть, как медленно он несет к раковине накрывающуюся горку посуды, как неловко и медленно одевается, а выходить надо через 5 минут. Пожертвуйте парой тарелок, опоздайте в гости, ведь в следующий раз он все сделает без запинки.

Рисовать – не только на обоях

Научившись разным делам, ребенок становится готовым выполнять их самостоятельно и ответственно. На первых порах придется пристально наблюдать, как он справляется, и появляться рядом при возникновении неожиданных сложностей. Не забывайте хвалить ребенка за малейшее продвижение к нужному результату. Он должен усвоить, что делать самому – это здорово, это не страшно, это очень приятно. Постепенно ослабляйте

контроль, больше интересуясь результатом, а не процессом.



Вместе с самостоятельностью дошкольный возраст закладывает основы инициативности вашего ребенка. Нам зачастую хочется, чтобы в доме все шло по заведенному порядку, чтобы малыш ни на минуту не оставался без присмотра, чтобы играл в подаренные нами игры, чтобы не рушил с таким трудом наведенный порядок. Однако каждый раз, говоря своему любимому чаду «этого не делай», «зачем ты туда полез?», «эту вещь трогать нельзя», мы мешаем ему. Мешаем выразить себя, придумать что-то интересное – по сути, проявить инициативу.

Каждый ребенок по природе изобретателен и инициативен. Вокруг него столько интересного, все надо попробовать, как-то использовать. Желание малыша что-то сделать – это и есть первое проявление инициативы. Если мы отказываем ему в этом, не стоит потом удивляться вялости и отсутствию интересов у повзрослевшего отпрыска, целыми днями валяющегося на диване. Ребенок должен видеть, что многое в этом мире зависит от него, от его решений. С ним можно советоваться, можно предоставлять ему выбор, спрашивать, чего он больше хочет. Детские предпочтения часто импульсивны, и ваша задача (не в 3 года, конечно, а со временем) обсуждать с ним возможные решения, их последствия. Важно, чтобы у малыша сложилось ощущение своей значимости и влияния на происходящие события, тогда он будет стремиться их менять. Важно поощрять ребенка в его успехах и достижениях, находить позитивные стороны в зачастую «разрушительных» проявлениях его инициативы. Важно показывать малышу способы проявления активности. Рисовать можно не только на обоях, но и на бумаге, на газетах, салфетках, тряпках и многом другом безо всяких потерь для дома.

Чтобы научиться быть самостоятельным, ребенок должен иметь достаточный опыт выполнения дел и обязанностей без помощи других людей. Предоставляйте ему больше возможностей делать что-то самому, проявлять инициативу, нести посильную ответственность за свои действия.

Вера Келим



Подготовка к школе летом

Как сделать так, чтобы поход в первый класс после столь длительного отдыха не был стрессом для ребёнка.

Подготовка к школе летом

Лето жаркая пора и время для отдыха. Родители будущих первоклассников прекрасно понимают, что за эти 3 месяца ребёнок должен набраться сил и новых ярких впечатлений, чтобы в дальнейшем успешно начать школьную жизнь. Но с другой стороны возникает вопрос, как же за это время не потерять те полезные навыки, знания и умения которые приобрёл ребёнок на подготовительных курсах и в детском саду... Как сделать так, чтобы поход в первый класс после столь длительного отдыха не был стрессом для ребёнка.

Итак, на что обращать внимание при организации жизни будущего первоклассника летом.

Во-первых, очень важно сохранить позитивную установку на обучение. Подчёркивайте важность похода в первый класс. Если у ребёнка возникают вопросы по поводу школы, отношений с учителем и одноклассниками, то отвечайте на них. Лучше создавать более позитивный образ школы, чем изначально негативно настраивать ребёнка. Помните, трудности бывают всегда, но очень важно, чтобы ребёнок знал, что у него есть любящие родители, которым можно доверять и вместе вы сможете преодолеть и справиться с любыми сложностями.

Во-вторых, необходимо совместно с ребёнком купить все необходимые школьные принадлежности, портфель и форму. Пусть ребёнок сам выберет то, что ему нравится. Это не только будет создавать у ребёнка позитивное настроение, но также и повысит его значимость и желание быть самостоятельным.

В-третьих, обязательно следить за режимом ребёнка, так как уроки в первом классе начинаются в 8.30 и к этому времени ребёнок должен проснуться и быть бодрым, активным. Если ребёнок летом привыкает спать до 12, то каково ему будет 1 сентября на

линейке. Поэтому в течении лета не расслабляйтесь! К сентябрю ребенку необходимо спокойно вставать в районе 7.30 - 8 утра...

С середины июля начинайте будить ребенка на 10-15 минут раньше. Это не такой большой временной промежуток, поэтому просыпаться будет не так трудно. Кроме того, если в течении недели будить ребёнка в одно и тоже время, то постепенно биологические часы привыкнут. И ранний подъём не будет проблемой!

В-четвёртых, летом очень важно начать тренировать самостоятельность. Вне зависимости от того, где ребенок проводит свои предшкольные каникулы, мы можем создавать специальные условия для тренировки организованности и собранности.

Более удачный вариант, когда ребёнок едет в лагерь, где есть чёткий режим и необходимо самостоятельно следить за своими вещами, внешним видом и выполнять бытовые навыки, организовывать своё свободное время.

Если же ребёнок на даче у бабушки, либо Вы вместе поехали отдыхать, то тогда совместно с ребёнком продумывайте план на день: чем вы будете заниматься, куда Вы поедёте, что нового вы сегодня узнаете, либо сделаете. Активно привлекаёте ребёнка к совместной трудовой деятельности. Например, на даче можно давать задания собрать ягоды, почистить грибы, порезать салат, либо убрать дрова. На отдыхе, например, можно создавать книгу впечатлений о лете (где ребёнок зарисовывает яркие события или места), можно нарисовать карту отеля и мест, где вы побывали, делать фоторепортаж с экскурсий, знакомиться с новыми ребятами и т.д. В этом случае ребенку точно не придётся скучать, и навыки планирования будут ему уже знакомы.

Часто у родителей возникает вопрос, заниматься ли уроками: математикой, чтением, письмом и счётом - летом, или всё-таки дать возможность ребенку расслабиться и отдохнуть. Однозначно ответить на этот вопрос сложно. Здесь необходимо учитывать индивидуальные и личностные особенности самого ребёнка. Если Ваш малыш долго вработывается, он медлительный, ему необходимо время для освоения нового, то в этом случае в последний месяц лета необходимо повторить пройденный материал. Это позволит освежить в памяти всё то, что ребенок знает и настроиться на процесс обучения.

Договоритесь с ребенком о режиме, как вы будете заниматься: через день, либо полнедели занятий, полнедели отдых. Длительность занятий в день не должна превышать более 1 часа, и будет лучше, если они будут проходить в первой половине дня. Но самое главное, чтобы эти занятия доставляли Вам и Вашему ребёнку радость и положительные эмоции.

Продуктивных и полезных летних каникул!



Наталья Соломахо

5-7 лет. Учимся планировать

В данной статье мы рассмотрим ещё несколько новообразований, которые закладываются в возрасте 5-7 лет, и во многом призваны помогать будущему первокласснику справляться со школьной жизнью.



В прошлой статье мы остановились на процессе формирования саморегуляции дошкольника, то есть умения контролировать свои эмоции и поведение. В данной статье мы рассмотрим ещё несколько новообразований, которые закладываются в возрасте 5-7 лет, и во многом призваны помогать будущему первокласснику справляться со школьной жизнью.

В старшем дошкольном возрасте происходит закладка умения планировать и продумывать свою деятельность, это то, что психологи называют «внутренним планом действий». В дальнейшем, уже в школе, это будет проявляться в виде организованности, самостоятельности и умения предвидеть последствия своих поступков. Уже с самого раннего детства, когда мы выстраиваем режим и просим ребёнка, например, убирать игрушки вечером, либо объясняем ему, что нужно подготовить для рисования или лепки, тем самым мы уже начинаем закладку его планирования.

Организовать свой досуг и свободное время, сделать поделку, поиграть в игру – для всего этого необходима последовательность определённых действий. И в возрасте 5-7 лет эту последовательность ребёнок получает от взрослого. Именно он шаг за шагом помогает ребёнку понять и реализовать задуманное. На данном этапе ребёнку сложно самому охватить весь процесс целиком, поэтому его желание становится первостепенным. Ребёнок хочет достичь всего сразу, прямо сейчас и прямо здесь. Ведь так часто бывают такие ситуации, когда для воплощения своих порывов и желаний ребёнок выбирает не те средства, не то время или место. Например, ребёнок нашёл фломастер и ему срочно понадобилось нарисовать открытку для мамы, оглядев комнату и не найдя подходящего листочка бумаги ребёнок видит стенку с обоями, которая очень хорошо подходит для его шедевра. Ура, открытка есть!!! Но она почему-то не вызывает того восторга и умиления у родителей, которые ожидает ребёнок.

Мы учим ребёнка воплощать свои желания в реальности и показываем, как это можно сделать. Важно проговаривать ребёнку всю последовательность предполагаемых действий, объяснять, зачем и почему мы это делаем, для чего это необходимо, отвечать на его вопросы. Например, если ребёнок хочет поиграть в конструктор, то предполагаемая последовательность действий такова:

Организовать пространство для игры (по большей части это убрать игрушки, которые могут помешать конструкторному творению)

Достать конструктор и, как вариант, можно придумать свою поделку, или собрать что-то по предлагаемой инструкции

Поделка готова. Можно предложить ребёнку выбрать место для своего шедевра в комнате, чтобы можно было потом, например, показать папе, бабушке или гостям. Если ребёнок захочет разобрать поделку – это его выбор и его желание

Собрать остатки конструктора в коробку и убрать её на место.

Очевидно, что ребёнку самому бывает достаточно сложно довести начатое дело до конца, поэтому роль взрослого, который помогает и обязательно хвалит ребёнка за выполненные очередного действия, очень важна.

Так же необходимо совместно с ребенком обсуждать планы на выходные дни. Спросите его, чем бы он хотел заняться, куда бы хотел сходить, что думает делать. Поделитесь своими планами. Если ребёнку трудно сориентироваться, можете предложить ему выбор из двух вариантов, пусть выскажет свои пожелания. Именно такое активное вовлечение ребёнка в процесс планирования помогает в дальнейшем ему самому научиться организовывать свой досуг. Кроме того, обсуждая все эти моменты, мы учим ребёнка проговаривать свои интересы и договариваться, достигать компромисса и находить общие точки соприкосновения, что будет важно в дальнейшем при общении со сверстниками.

Удачи :o)

Наталья Соломахо

Кризис 7 лет. Как реагировать?

Дошкольный возраст богат кризисными периодами. В данной статье мы более подробно рассмотрим кризис 7-ми лет, который протекает как раз на рубеже дошкольного и младшего школьного возраста.



Возрастные границы кризиса достаточно условны, принято считать, что обычное время проявления - 6-8 лет. В этот период многие родители начинают замечать изменения в

поведении ребенка, которые можно назвать вертлявостью, паясничанием, клоунадой. Родители жалуются, что «ребёнок может часами стоять перед зеркалом и строить рожи, гримасничать», «он передразнивает окружающих», «строит из себя шута», «у него стала нелепая походка», «ребёнок замыкается, стал что-то скрывать». Кроме того, отмечается повышение эмоциональности, которая проявляется в капризах, эмоциональной несдержанности. Всё это говорит о том, что ребёнок активно начинает перерастать дошкольный возраст и готовится вступить в школьный период.

За данными поведенческими особенностями скрываются очень важные личностные изменения, которые происходят в ребёнке. Во-первых, он взрослеет и утрачивает детскую непосредственность. У него начинает появляться чёткое разграничение внутренней и внешней жизни. То есть если раньше между желанием ребёнка и его действием не было никаких преград (хочу-делаю), то теперь между желанием и действием вклинивается переживание того, какое значение это будет иметь для самого ребёнка (хочу-подумаю-сделаю). Ребёнок начинает задумываться о последствиях, он более критично относится к ситуации, начинает оценивать происходящее, понимать контекст. Он озвучивает не все мысли, которые приходят в голову, понимая, что это может расстроить, обидеть другого человека. В психологии даже выделяют симптом «горькой конфеты», когда ребёнку плохо, но он старается это скрывать и не показывать свои переживания окружающим.

Во-вторых, происходят изменения в эмоциональных переживаниях ребёнка: они осмысливаются и обобщаются. То есть ребёнок начинает «собирать» те эмоциональные переживания, которые у него возникают в разных социальных ситуациях, принимает и осмысливает новый опыт. Например, для ребенка становится важным, что о нем говорят в детском саду, как относятся сверстники, какие у него успехи на кружках, что говорят родители, когда у ребенка что-то не получается. И именно на основе этих отзывов окружающих и сопутствующих переживаниях начинает закладываться самолюбие и самооценка.

Вот такие изменения происходят с нашим дошкольником. Очевидно, что родители, понимая, как ему трудно совладать с новыми мыслями и чувствами, могут поддержать своё чадо в это сложное время. Родителям важно помнить всего три вещи!

1. Самое главное не ругать за необычное, нелепое поведение, так как кривляния, вертлявость, гримасы и передразнивания будут постепенно сходить на нет. Если же постоянно акцентировать на этом внимание, то велика вероятность, что данная особенность поведения может сохраниться или у ребёнка будет оставаться чувство вины. Помните, что данные поведенческие проявления – это психическая норма и признак гармоничного и своевременного развития.

2. Хвалим ребёнка за успехи и старания, а также поддерживаем и помогаем, если у него что-то не получается. Так как с этого возрастного периода начинает активно формироваться самооценка, то анализ своих успехов и неудач поможет ребёнку в дальнейшем сформировать более адекватное представление о самом себе. Правильно хвалить ребенка – отдельная наука, о ней можно почитать в статьях «Похвала, наказание и родительская любовь».

3. Сохраняем доверительные отношения и эмоциональный контакт с ребёнком. В этом особенно поможет искренний интерес к делам и мыслям ребенка, к тому, что его радует в жизни, что нравится, а что нет. Не забывайте сами делиться своими переживаниями, чувствами, можете вспомнить свои переживания в первом классе – расскажите об этом ребёнку. Совместно продумывайте и активно проводите время вместе: можно играть,

гулять, заниматься уборкой, ходить по магазинам, готовить... главное, чтобы это вам обоим доставляло удовольствие и радость.

Удачи :o)

Наталья Соломахо