

Рекомендації батькам з підготовки дітей до дитячого садка



- *Привчайте малюка до самостійності й доступного для його віку самообслуговування.*
- *Розповідайте дитині, що таке дитячий садок, навіщо туди ходять, чому ви хочете, щоб вона туди пішла.*
- *Проходячи повз дитячий садок, з радістю нагадуйте дитині, як їй пощастило - восени вона зможе ходити сюди. Розповідайте рідним і знайомим у присутності малюка про свою удачу, кажіть, що пишаєтеся своєю дитиною, адже її прийняли до дитячого садка.*
- *Учіть дитину гратися. Психологи виявили чітку закономірність між розвитком предметної діяльності та її звиканням до дитячого садка. Найлегше адаптуються малюки, які вміють довго, різноманітно й зосереджено діяти з іграшками. Уперше потрапивши до дитячого садка, вони швидко відгукуються на пропозицію погратися, з інтересом досліджують нові іграшки. Дитина, яка вміє гратися, легко йде на контакт із будь-яким дорослим.*
- *Робіть разом з дитиною нескладну систему прощальних знаків уваги, так їй буде легше відпустити вас.*
- *Пам'ятайте, що на звикання дитини до дитячого садка може знадобитися до півроку. Розраховуйте свої сили, можливості і плани.*
- *Чим з більшою кількістю дітей і дорослих, з якими дитина спілкуватиметься у дитячому садку, вона побудує стосунки, тим швидше вона звикне. Допоможіть їй у цьому. Познайомтесь з іншими батьками та дітьми. Відвідайте разом з дитиною прогулянки у дитячому садку.*
- *Дорогою у дитячий садок обговоріть з дитиною, що на неї чекає. Дуже важливо, щоб розмови про дитячий садок супроводжувалися лише позитивними емоціями. У Вас має бути спокійний голос і впевнена інтонація.*
- *Ніколи не лякайте дитину дитячим садком. Приблизно за тиждень першого відвідування дитячого садка попередьте дитину про це, щоб вона спокійно очікувала майбутню подію.*

Прийоми, що полегшують дитині ранкові прощання



- Навчіться прощатися з дитиною швидко. Не затягуйте розставання. Інакше малюк відчує ваше занепокоєння і йому буде ще складніше заспокоїтися.
 - Покладіть малюку до кишеньки яку-небудь пам'ятну річ, що нагадуватиме про вас, як сильно ви його любите.
-
- Ніколи не намагайтеся «вислизнути» непомітно від дитини, якщо хочете, щоб вона вам довіряла.
 - Вигадайте забавний ритуал прощання й строго дотримуйтеся його, наприклад завжди цілуйте дитину в щічку, а потім ніжно потріться носиками або що-небудь подібне.
 - Не намагайтеся підкупити дитину, щоб вона залишилася у дитячому садку за нову іграшку.
 - Чітко дайте дитині зрозуміти, що хоч би які істерики вона влаштовувала, їй все одно доведеться йти до дитячого садка. Якщо ви хоч раз піддастесь дитині, надалі вам буде вже набагато складніше впоратися з її вередуваннями й слізьми.

ЯК ЗРОБИТИ ДОРОГУ ДО ДИТСАДКА ВЕСЕЛОЮ І ЦІКАВОЮ?

Вранці батьки поспішають на роботу, а дітям зовсім не хочеться нікуди йти... Як же зробити дорогу до дитячого садка веселою і цікавою – і для дітей, і для дорослих?

Якщо у дитини кепський настрій – розкажіть їй казку або вигадану оповідку про подорожі гномиків, про те, як зайчик, хом'ячок, лисенятко ходили до школи через небезпечний ліс абощо.

Фантазуйте! Дитина зацікавившись, може продовжити розпочату вами історію. Це не лише розвеселить її, а й допоможе розвитку її уяви та мовлення.

Повторюйте вивчені з дитиною віршики, співайте пісеньки або пограйте з нею в «Буріме»: нехай вона скаже два слова, що закінчуються на співзвучний склад, а ви придумайте рядки, в яких ці слова римуються. Потім навпаки – ви загадуєте, а дитина римує. Скажімо «бджілка» - «квітка»: «Пролетіла бджілка і зраділа квітка».

Можна також вигадувати разом з дітьми загадки. Наприклад, «Руда, хитра... (не відгадав – продовжуйте далі) живе в лісі за зайцями ганяється».

І нехай спочатку це буде не дуже образно й складно – але ж весело!



ЧОГО БОЯТЬСЯ НАШІ ДІТИ?



Це залежить від віку дитини.

- У рік малята бояться оточуючого середовища, сторонніх людей, віддалення від матері.
- Від 1 до 3 років – темряви, дитині страшно залишатися одній, бувають також інші страхи.
- Від 3 до 5 років у дітей зустрічається страх самотності, темряви, замкненого простору, казкових персонажів (як правило, в цьому віці вони асоціюються з реальними людьми).
- Від 5 до 7 років переважають страхи, пов'язані зі стихіями: пожежею, глибиною і т. п., боязнь батьківського покарання, тварин, боязнь страшних снів, втрати батьків, боязнь заразитися якоюсь хворобою.

ПОРАДИ БАТЬКАМ ЩОДО ЗНИЖЕННЯ РІВНЯ СТРАХІВ АБО ТРИВОГИ У ДІТЕЙ:

- Пам'ятайте, що дитячі страхи – це серйозна проблема й не треба сприймати їх тільки як «вікові» труднощі.
- Не іронізуйте, дитина зрозуміє, що захисту чекати не від кого, й остаточно закриється.
- Спрямуйте та контролюйте перегляд дитячих мультфільмів, намагайтеся, щоб діти дивилися передачі з позитивними героями, орієнтовані на добро, тепло.
- Прагніть до того, щоб у родині була спокійна, доброзичлива атмосфера, уникайте сварок, конфліктів, особливо в присутності дітей.
- Не залякуйте дитину: «Не будеш спати – покличу вовка» тощо.
- Більше заохочуйте, хваліть, схвалюйте й морально підтримуйте дитину.
- Малюйте з дитиною страх і все те, чого вона боїться. Тему смерті краще виключити. Саме заняття має тривати не більше 30 хвилин..
- Можна запропонувати знищити малюнок: порвати або спалити.
- Не чекайте швидкого результату, страх не зникне одразу.
- Посмійтеся разом з дитиною. Цей спосіб передбачає наявність бурхливої фантазії в батьків. Якщо ваша дитина боїться, наприклад, грози, постарайтеся придумати яку-небудь історію (обов'язково страшну) із власного дитинства про те, що ви й самі точно так само боялися грози, а потім перестали. Нехай син чи дочка посміється з вас. Адже одночасно вони сміються й над своїм страхом, а отже, вже майже перемогли його. Важливо, щоб маля зрозуміло: «У мами чи тата були такі самі страхи, а потім вони минули, отже, це пройде й у мене».
- Грайте за ролями. Ігри за ролями гарні тим, що дозволяють моделювати практично будь-яку ситуацію, що викликає в дитини тривогу, і розв'язати її ненав'язливо у грі, формуючи в такий спосіб у свідомості дитини досвід подолання свого страху.

НАВЕДЕМО ДЕКІЛЬКА ІГОР І ВПРАВ НА ПОДОЛАННЯ СТРАХУ ТА ПІДВИЩЕННЯ ВПЕВНЕНOSTІ В СОБІ:



«Гойдалки»

Беруть участь як дитина так і дорослий. Дитина сідає в позу «зародка», піднімає коліна і нагинає до них голову. Ступні прижати до підлоги, руками обхватити коліна, очі закрити. Дорослий становиться позаду дитини, кладе руки на плечі сидячому і повільно покачує її. Виконується 2-3 хвилини.

«Художники – натуралісти»

Великий аркуш білого паперу, старі шпалери, покласти на газету. Перед учасниками тарілки з фарбами. Дозвольте собі і дитині малювати пальчиками, кулачками, долонями, ліктями, ногами, носиками. Сюжет малюнка може бути різний: «Падають листочки», «Сліди небачених тварин», «Казкова країна» і т.д.

«Дизайнери»

Тюбики губної помади (старі). кожному учаснику дозволяється підійти до будь-якого учасника і «розфарбувати» його обличчя, руки, ноги.

«Піжмурки»

Ведучому зав'язуються очі – решта промовляють звуки: «ку-ку», «ля-ля», «а ось і я». Піймавши учасника ведучий відгадує хто це, не знімаючи пов'язку.

ЩО РОБИТИ ЯКЩО ... У ВАС КОНФЛІКТНА ДИТИНА

Визначте причини:



- Можливо, конфліктність - наслідок егоїстичності дитини. Якщо вдома вона - центр уваги і найменші її бажання виконуються, то дитина чекає такого ж ставлення до себе і з боку інших дітей. Але, не отримуючи бажаного, вона починає домагатися свого, провокуючи конфлікти.

- Можливо, дитина «закинута», їй не вистачає в родині турботи, уваги, вона відчуває образу і злість та зганяє в сварках накопичені в її душі почуття.
- Можливо, дитина часто є свідком сварок між батьками або іншими членами сім'ї та просто починає наслідувати їхню поведінку.
- Конфліктна поведінка дитини - це сигнал, що і з вами, шановні батьки, щось не так. Тому будьте готові змінити свою поведінку.

Як себе вести з конфліктною дитиною:

- Стримувати прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Звертайте увагу на недружні погляди один на одного або бурмотання чого-небудь з образою.
- Не прагніть припинити сварку, звинувативши іншу дитину в її виникненні та захищаючи свою; намагайтесь об'єктивно розібратися у причинах конфлікту.
- Після сварки обговоріть з дитиною причини її виникнення, визначте неправильні дії дитини, які призвели до конфлікту; спробуйте знайти інші можливі способи виходу з конфліктної ситуації.
- Не обговорюйте при дитині проблеми його поведінки з іншими: вона може утвердитися в думці, що конфлікти неминучі і буде продовжувати провокувати їх.
- Не завжди слід втручатися в сварки дітей: тільки якщо під час сварок один завжди перемагає, а інший виступає «жертвою». Варто перервати їх контакт, щоб запобігти формування боязкості у переможеного.

Радимо пограти:

- Попросіть дитину намалювати її друзів, потім розповісти що-небудь про кожного з них.
- З компанією дітей скласти казку так, щоб кожен по черзі додавав свою пропозицію. Таке придумування казки допомагає дітям виразити свою індивідуальність, висловлювати думки. Вчить адекватним способам взаємодії - взаємодопомозі, вмінню спокійно вислухати співрозмовника.

ЩО РОБИТИ ЯКЩО...У ВАС СОРОМ'ЯЗЛИВА ДИТИНА

Визначте причини:



Найчастіше сором'язливість - результат реакції на емоцію страху, яка виникла у дитини в певний момент при взаємодії з іншими людьми і закріпилася.

Робота з подолання сором'язливості вимагає обережності і делікатності, так як сором'язливі діти можуть відреагувати на втручання дорослих зовсім не так, як ви очікуєте.

Як себе вести з сором'язливою дитиною:

- Розширювати коло знайомств дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть малюка в гості, розповсюджуйте маршрути прогулянок, вчіть його спокійно ставитися до нових місць.
- Не варто постійно турбуватися за дитину, прагнути вберегти її від усіляких небезпек, в основному, вигаданих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, попередити будь-які труднощі, дайте їй певну міру свободи і відкритих дій.
- Постійно укріплюйте у дитини впевненість у собі, у власних силах.
- Долучайте дитину до виконання різних доручень, пов'язаних зі спілкуванням, створюйте ситуації, в яких би сором'язливій дитині довелося вступати в контакт з «чужим» дорослим. Допомогти подолати сором'язливість, сформувані у дитини бажання спілкуватися, потрібно, поки дитина ще маленька, адже з віком сором'язливість може закріпитися, стати стилем поведінки, який ускладнює життя.

Радимо пограти:

- Під час ранкової гімнастики виконуйте різні вправи, наслідуючи тварину: потягнутися, як кішка, витягнути шию, як жираф і т. д. Така гра сприяє розкутості.
- «Чаклун» зачаклував дитину так, що вона втратила голос. На всі питання вона повинна відповідати лише жестами і мімікою. Гра спрямована на оволодіння невербальними засобами спілкування.
- «Казка». Запропонуйте дитині з вашою допомогою придумати казку про людину, яку звати так само, як її, спираючись на значення і звучання імені. Наприклад: Марина - морська казка про дівчинку, яка живе в морі. Гра сприяє кращому усвідомленню себе, розвитку вміння говорити про себе без сорому, оцінюванню кращих своїх сторін.

ЩО РОБИТИ, ЯКЩО ...У ВАС НЕСПОКІЙНА ДИТИНА



Визначте причини:

- Якщо емоційна нестійкість (то сміх, то сльози, то образа, то істерика) з'явилася несподівано, і ви раптом стали помічати, що дитина почала загострено емоційно

реагувати на все, що відбувається навколо, то причиною може бути:

- Кризовий вік (6-7 років). Дитина навчається керувати своїми емоціями, виявляти їх адекватно ситуації, але це поки що не дуже добре виходить.
- Недостатньо сильно розвинене гальмування. Дитина безпосередньо, імпульсивно реагує на те, що відбувається, так як не може затримати емоції, залишити її при собі.
- Незнання дитини, як їй висловити свій настрій, відсутність навичок володіння способами виявлення своїх емоцій.
- Несприятливі відносини всередині родини, які дитина сильно переживає, і накопичена напруга вихлюпується в її емоційних реакціях.

Як вести себе з неспокійні дитиною:

- Уникайте крайнощів: не можна дозволяти дитині робити все, що їй заманеться, але не можна і все забороняти; чітко вирішити для себе, що можна і що не можна, і узгодьте це зі всіма членами родини.
- Своєю поведінкою показуйте дитині приклад: стримує свої емоції, адже вона наслідує вам в поведінці.
- Приділяйте дитині достатньо уваги, нехай вона ніколи не відчуває себе забутою, але в той же час поясніть дитині, що бувають моменти, коли у вас є інші турботи, треба це зрозуміти і прийняти.
- Пам'ятайте, що істеричні приступи найчастіше пов'язані з прагненням звернути на себе увагу або викликати жалість і співчуття. Не треба потурати дитині, не треба змінювати свої вимоги, краще, коли дитина заспокоїться, пояснити їй, чому ви зробили так, а не інакше. Не вимагайте від дитини надмірного самоконтролю і наберіться терпіння.

Радимо пограти:

- Навчіть вашого малюка розслаблювати м'язи. Часто емоційна нестійкість дитини межує з неспокійним сном, сильним внутрішнім напруженням.
- Під час читання казок, будь-яких спільних ігор просите дитину мімікою показувати почуття героїв: радість, інтерес, здивування, печаль, страх, гнів.
- Звертайте увагу дитини на те, який приємний стан спокою. Після рухливих ігор запропонуйте йому перетворитися на Соню, ледаря, розслабивши при цьому всі м'язи тіла. Добре, якщо у хвилини розслаблення в кімнаті буде звучати тиха, спокійна музика.

ДИТЯЧІ ЗАПОВІДІ ДЛЯ МАМ, ТАТ, ДІДУСІВ ТА БАБУСЬ



- **Шановні батьки!** Пам'ятайте, що ви самі запросили мене у свою родину.
- Колись я залишу батьківську оселю, але до того часу навчіть мене, будь ласка, стати людиною.
- У моїх очах світ має інший вигляд, ніж у ваших. Прошу вас, поясніть мені, що, коли, чому, кожен із нас у ньому має робити.
- Мої ручки ще маленькі — не очікуйте від мене досконалості, коли я застеляю ліжко, малюю, пишу або кидаю м'яча.
- Мої почуття ще незрілі — прошу будьте чутливими до моїх потреб.
- Щоб розвиватись, мені потрібне ваше заохочення, не тиск. Лагідно критикуйте і оцінюйте, але не мене, а лише мої вчинки.
- Давайте мені трохи самостійності, дозвольте припускатися помилок, щоб я на помилках вчився. Тоді я зможу самостійно при-ймати рішення у дорослому житті.
- Прошу, не робіть усього за мене, адже я виросту переконаним у своїй спроможності виконувати завдання згідно з вашим очікуванням.
- Я вчуся у вас усього: слів, інтонацій, голосу, манери рухатись. Ваші слова, почуття і вчинки повертатимуться до вас через мене. Тому навчіть мене бути кращою.
- Я хочу відчувати вашу любов, хочу щоб ви частіше брали мене
- на руки, пестили, цілували. Але будьте уважними, щоб ваша любов не перетворилася на милиці, що заважають мені робити самостійно кроки.
- Любі мої, я вас дуже люблю! Доведіть мені, що ви любите мене також.

Готовність дитини до школи

«Бути готовим до школи – не означає уміти читати, писати і рахувати. Бути готовим до школи – означає бути готовим усьому цьогонавчитися».

Ні, це не означає, що ви даремно вчили абетку та невтомно рахували яблука. Це означає, що такі навички, як не дивно, – не головне у готовності дитини до школи.

В інтелектуальному плані у дитини мають бути: певний рівень пізнавальних інтересів, готовність до змін, бажання вчитися. Необхідні уміння долати труднощі та доводити розпочату справу до завершення. Важливі для успішного навчання й аналітичні навички: уміння порівнювати, зіставляти, робити висновки та узагальнення.

Першокласник легко вчитиметься, якщо він допитливий, уважний, з цікавістю шукає відповіді на питання, уміє слухати і виконувати не дуже привабливе завдання.

Напрацьовувати усі ці навички слід щодня (ігри, ліплення, читання, спілкування), продовжуючи вдосконалювати їх протягом навчального року.

Вміння спілкуватися з однолітками, а також здатність виконувати роль учня допоможуть швидко адаптуватися у шкільному колективі. Дітям, які не відвідували дитячий садок, можливо, попервах у класі буде дещо складно. Адже у таких малюків уміння спілкуватися у дитячому колективі ще не сформоване. Можуть виникати непорозуміння з однокласниками, з'являтися слізки, відчуття незахищеності. Не панікуйте, а тримайте тісний зв'язок з учителем. Разом з ним ви допоможете своєму першокласнику відчувати себе комфортно.

Дитина має бути досить самостійною: вміти одягатися і роздягатися, перевзуватися, зав'язувати шнурки, застібати гудзики, уміти користуватися туалетом.

Не зайвим буде перед школою відвідати педіатра. Навіть якщо дитина цілком здорова, ви отримаєте рекомендації щодо профілактики захворювань, загартовування.

Поради батькам: як підготувати дитину до школи.

Психологічна готовність дитини до шкільного навчання полягає в тому, щоб до часу вступу до школи в неї склалися психологічні риси, які властиві школяру. Вона включає в себе мотиваційну, розумову, емоційну-вольову, соціальну готовність.

До вступу у школу у дитини мають бути сформовані знання про навколишнє середовище:

- знання про себе, про свою родину, про своє місто, вулицю;
- знання про явища природи: пори року, місяці, дні тижня, про явища природи;
- знання про дорослих людей: за віком, професією, якостями характеру.

Займаючись з дитиною, враховуйте такі моменти:

- Плануйте заняття таким чином, щоб діти досягли успіху.

- Хваліть дитину за успіхи.
- Намагайтеся позитивно ставитися до невдач дитини.
- Будьте терплячі, коли доводиться показувати одне і те саме багато разів.
- Концентруйте увагу на сильних рисах дитини, а не на її слабкостях. Плануйте подальшу роботу, опираючись на ці сильні риси.
- Завдання повинні бути достатньо складними, щоб бути цікавими, проте не занадто, щоб не викликати у дитини розгубленості.
- Будьте постійними у своїх вимогах до дитини.
- Доручайте відповідати дитині за будь-які види діяльності.
- Надавайте дитині можливість продемонструвати свої досягнення.
- Використовуйте всі можливості матеріалу для того, щоб зацікавити дитину, ставлячи проблему, активізуючи самостійне мислення;
- Організуйте співробітництво з дитиною, здійснюючи взаємодопомогу та співробітництво;
- Робіть усе можливе, щоб ваша дитина була щасливою.

Що можна і чого не можна робити до школи?

Зовсім не слід:

- Змінювати режим дня дитини: позбавляти денного сну, прогулянок, ігор;
- Оцінювати все, що робить дитина, так, як оцінюється діяльність учня;
- Проходити з дитиною програму першого класу, насильно замінюючи гру на навчання;
- Занадто багато і одразу все вимагати; свої вимоги формулюєте доступно та поступово;
- Драматизувати невдачі дитини;
- Порівнювати дитину з іншими дітьми;
- Проявляти негативне ставлення до неправильних дій дитини;
- Постійно поправляти дитину, часто примушувати переробляти роботу, тому що це призводить до гіршого результату;
- Вимагати від дитини розумінні всіх ваших почуттів.

Необхідно:

- Прищепити дитині інтерес до пізнання довкілля, навчити спостерігати, думати, осмислювати побачене та почуте.
- Навчити її долати труднощі, планувати свої дії, поважати оточуючих;
- Приділяти належну увагу фізичному розвитку дитини, особливо моторики, використовуючи ліплення ; малювання;
- Поббати про постановку руки при письмі;
- Заохочувати допитливість дитини, прагнути, щоб вона дізнавалася щось нове для себе;
- Формувати в дитини вміння ставити запитання, заохочувати її міркування.
- Намагайтеся, щоб дитина більше часу проводила з дорослими, робила з вами домашню роботу, бачила, як ви спілкуєтеся з людьми.

Поради батькам

Як можна допомогти дитині добре поводитись?
Більшість батьків замислюються, чи правильно вони себе поведуть з дитиною. Звичайно, немає ідеальних батьків. Усі вони мають труднощі й іноді не впевнені, чи добре виховують своїх дітей. Однією з проблем, що найбільше непокоїть батьків, є питання поведінки: що треба зробити аби діти поведилися добре?

Подавайте дітям приклад хорошої поведінки
Діти вчаться, наслідуючи поведінку дорослих. Ваша поведінка - приклад для наслідування.

Змінюйте оточення, а не дитину.
Краще тримати цінні, крихкі та небезпечні предмети у недоступних для дітей місцях, аніж потім карати дітей за їхню природну цікавість.

Висловлюйте свої бажання позитивно.
Кажіть дітям, чого Ви від них очікуєте, замість того, чого НЕ бажаєте.

Висувайте реальні вимоги.
Запитуйте себе, чи відповідають Ваші вимоги віку дитини, ситуації, в якій вона опинилася. Ви маєте бути більш терпимими до маленьких та хворих дітей.

Обирайте виховання без побиття та крику.
На початку це може здаватися результативним, однак незабаром виявиться: щоразу Ви змушені бити все з більшою силою, щоб досягти бажаного результату. Крик є також шкідливими та можуть призвести до тривалих проблем емоційного характеру.
Покарання не допомагають дитині виробити навички самоконтролю і поваги до інших.