

Консультация для родителей

Адаптационный период во второй младшей группе

Ведут себя дети в адаптационный период по-разному: одни безутешно плачут, другие отказываются общаться с детьми и воспитателем, третьи реагируют достаточно спокойно.

Различают три степени тяжести прохождения адаптационного периода:
легкая адаптация – ребенок активен, внешних изменений нет, сдвиги в поведении нормализуются в течение 1-2 недель;
адаптация средней тяжести – в течении всего периода настроение может быть неустойчивым, может наблюдаться отсутствие аппетита, кратковременность беспокойность сна. Этот период длится 20 – 40 дней;
тяжелая адаптация – длится от 2 до 6 месяцев. Ребенок болеет, теряет в весе, появляются патологические привычки: грызение ногтей, сосание пальца, возникает стойкий энурез.

Это все надо пережить и нам (взрослым) в это время надо вести себя правильно.

Первые дни или даже недели могут быть тяжелыми - ребенок может отказываться от «детсадовской» еды, плохо спать днем, сильно уставать, много плакать, выглядеть вялым и подавленным... Естественные чувства любой матери – жалость, сострадание и, возможно, даже чувство вины за причиненные страдания.

Мамино сердце разрывается при звуках отчаянного плача ребенка. Особенно когда этот плач сопровождает ее каждое утро в течении нескольких недель и весь день звучит в памяти. Через это надо пройти, если вам действительно нужен садик, а иначе не стоит начинать! Уходя – уходите. Не травите себе душу, наблюдая за площадкой из-за забора или подслушивая под дверь.

Кстати, дети чаще всего быстро успокаиваются сразу после того, как мама исчезает из поля зрения.

Приучайте ребенка к детскому саду постепенно. В первое время оставлять ребенка в саду придется лишь на несколько часов. Забирать будете до обеда. Постепенно этот интервал увеличится. Затем можно будет оставить малыша на обед и забрать перед сон часом. И так постепенно, если не возникнет никаких осложнений, через 1-2 недели можно будет перейти на обычный режим.

Постарайтесь приблизить свой домашний режим к садовскому и соблюдать его даже на выходных. Домашний режим, приближенный к детсадовскому, уже половина успеха, ведь это физиология (мягко настраиваем биологические часы ребенка) и самочувствие малыша, а соответственно настроение.

Многие мамы из неорганизованности и лени приводят деток не к 8.00, как рекомендовано, а непосредственно к завтраку (8.30), а то и после него. «Он все равно не ест», - говорят мамы. А потому и не ест, что не успевает. А еще чувствует, что можно манипулировать и устанавливать свои правила, а потом

мы будем ходить в школу не к первому уроку, а к третьему, и всегда пропускать пару в институте, и опаздывать на работу и т.п. В детском саду всегда по утрам проводится зарядка (дети так любят попрыгать под веселую музыку вместе с друзьями!), дети вместе переодеваются и моют ручки, ведь сад – это коллектив!

Бывают ситуации, когда ваш ребёнок спокойно привыкает и в хорошем настроении уже остается в саду без вас. И тут приходит новичок и начинает рыдать. Ваш малыш может испугаться и будет отказываться идти в детский сад. Объясните, что кроха совсем недавно начал ходить в детский сад, ему нужно помочь: «Ведь ты уже взрослый, и новичок нуждается в твоей поддержке».

Период адаптации не самый легкий в Вашей жизни и жизни вашего малыша. Вы наверняка будете волноваться, а он наверняка будет скучать по маме. Со временем все наладится. И в Ваших силах позаботиться о том, чтобы первая дорожка Вашего крохи не была чересчур ухабистой.

Консультации для родителей «Кризис трех лет»

К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озабоченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, удлинить психологическую пуповину, научиться многое делать самому и как – то решать свои проблемы. Без психологического отделения от родителей ребенку сложно будет найти себя в этой жизни, выработать механизмы психологической адаптации и гибкого поведения в различных ситуациях.

Кризисы развития – это относительно короткие (от нескольких месяцев до года – двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длинных и спокойных - стабильных и более коротких, бурных – критических, то есть кризисы – это переходы между стабильными периодами.

Взрослые способны понять, что с ними происходит, зная закономерности личностного развития. Родители не должны пугаться остроты протекания кризисов, это вовсе не отрицательный показатель. Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей. И, наоборот, внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманчивой, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих изменений.

Таким образом, не надо пугаться кризисных проявлений, опасны проблемы непонимания, возникающие в этот момент у родителей и педагогов. Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявление кризиса? Как помочь ребенку выйти из него, не внося в душу негативные качества: ведь упрямства – это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность – демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я», эгоизм – в здоровом виде чувство «самостоятельности», собственное достоинство; агрессивность – крайняя форма самозащиты; замкнутость – неадекватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов – не допустить закрепления их крайних проявлений.

Что необходимо знать воспитателям и родителям о детском упрямстве и капризности:

Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев;

Как правило, фаза эта заканчивается к 3.5 – 4 годам (случайные приступы упрямства в более старшем возрасте – тоже вещь вполне нормальная);

Пик упрямства приходится на 2.5 – 3 года жизни;

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день (у некоторых – до 19 раз);

Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямяться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

Что могут сделать родители:

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как необходимость.

Во время приступа упрямства оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.

Не пытайтесь во время приступа что – то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.

Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-я-яй!». Ребенку только это и нужно.

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

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка, штучка!», «А что это за окном ворона делает?» - подобные маневры заинтересуют и отвлекут.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Я сам!

Я негативен и упрям,

Строптив и своеволен,

Средою социальной я

Ужасно недоволен.

Вы не даете мне шагнуть,

Всегда помочь готовы.

О боже! Как же тяжелы

Сердечные оковы.

Система «Я» кипит во мне,

Хочу кричать повсюду:

Я – самость, братцы, я живу,

Хочу! Могу! И буду!

Как научить ребёнка самостоятельно одеваться?

Малыш двух-трех лет главным своим девизом избирает фразу «Я сам», и это именно тот период, когда удобнее и проще всего научить ребенка одеваться самостоятельно. Лучше всего, когда инициатива *одеться самостоятельно* исходит от самого малыша, тогда он будет упорнее стремиться справиться со всеми трудностями на пути к овладению этим новым для него «взрослым делом», и родителям останется только помогать и обучать малыша определенным тонкостям. Чтобы подобный энтузиазм ребенка не иссяк, не следует пресекать его инициативу одеться. Постарайтесь не критиковать малыша за неправильно одетые вещи и не переодевать его сразу же. Не фиксируйте внимание крохи на неудачах и недочетах, пусть он услышит, прежде всего, похвалу, почувствует, что вы оцениваете его поступок как взрослый и значительный.

Если Вы решили научить малыша одеваться самостоятельно;

Дети одеваются очень медленно, и делают это вовсе не из вредности, просто этот навык для них еще достаточно нов и непривычен, но многим взрослым не хватает терпения дождаться, когда чадо соберется, и они бросаются одевать его сами, еще до того, как у малыша возникает необходимость обратиться за помощью. После этого у ребенка могут опуститься руки – ведь мама, отбирая у него инициативу в одевании, фактически говорит своим поведением – «Ты еще не взрослый, ты не умеешь делать это хорошо». Так зачем же малышу стараться, если даже самые близкие не верят в его силы?!

Поэтому, если Вы собрались планомерно приучать ребенка к самостоятельному одеванию, начинайте сборы в детский сад или на прогулку на полчаса раньше, так чтобы у Вас не возникало необходимости спешить и нервничать. Однако одного желания одеться самому крохе может быть недостаточно. Ему еще нужны советы и подсказки, а иногда и помощь взрослого. Прежде всего, у ребенка может вызывать затруднения определение лицевой стороны и изнанки, переда и зада. Для того чтобы ему было проще разобраться с этими задачками, постарайтесь в этот период подобрать детский гардероб так, чтобы «лицо» было значительно ярче изнанки, швы заметно видны, а на грудке был красивый рисунок, который сложно не заметить. Иногда дети путаются с последовательностью одевания. Подготавливайте малыша к самостоятельному одеванию еще в тот период, когда большинство вещей надеваете на него Вы: для этого проговаривайте все этапы одевания (сначала одеваем маечку, перед этим мы её выворачиваем, смотри как... потом надеваем носочки, а затем - штанишки и т.п.). Закрепить в памяти последовательность одевания можно и при помощи сделанной совместными усилиями аппликации-плаката, на которой будут отображены основные этапы сборов на прогулку. Иногда ребенок может отказываться от самостоятельного одевания потому, что надеть некоторые вещи своего гардероба ему попросту

не по силам. Кроху могут смутить чересчур тугие воротнички на кофточках, обилие пуговиц, шнурков, необходимость подпоясывать брюки ремнем и т.п. Подбирайте обновки так, чтобы надеть их было максимально просто. Откажитесь на этот период от комбинезонов или от платьиц, застегивающихся на спине, малышу гораздо проще будет надеть брючки или юбочку на резиночке и кофту на молнии. Те же требования предъявим и к обуви – тапки и туфли должны быть достаточно широкими, а хитроумным застежкам и шнуровкам лучше на какой-то период предпочесть липучки. Помните, что малышу гораздо проще раздеться, поэтому старайтесь на первых порах стимулировать не только самостоятельное одевание, но и раздевание. Если малыш настойчиво просит Вашей помощи при одевании, не стоит ему отказывать, но можно постараться помогать ему лишь частично: например, помочь проташить ножки в штанины, но не натягивать их на талию или одеть на кроху туфли, но не застегивать липучки. Не закрепляйте в сознании малыша мысль о том, что если похныкать и покапризничать мама все равно меня оденет сама. Если Вы договорились учиться одеваться, будьте тверды и последовательны. Упрямого и капризного малыша можно заинтересовать одеванием, превратив этот процесс в увлекательную игру. Девочкам можно предложить поиграть в фотомodelь, которой нужно постоянно менять наряды для очередной фотосессии. Мальчикам же будет интересно поиграть, к примеру, в паровозик: пускай рукава или штанины станут тоннелями, в которые должны попасть паровозики (соответственно, ручки или ножки малыша). Иногда ребенок может отказываться одеваться потому, что одежда, которую предлагают ему родители, неудобна для него или просто ему не нравится, поэтому при покупке очередной обновы обращайте внимание на то, чтобы ткань, из которой она сшита была натуральной, а швы не травмировали кожу малыша и т.п. Чтобы ребенок хотел научиться самостоятельно одеваться, родители должны, в первую очередь, набраться терпения и не одергивать, не критиковать малыша по чем зря. Понятное дело, что сначала у малыша не все будет получаться хорошо и быстро. Будут и оторванные пуговицы, и сломанные молнии, и навыворот одетые штаны и кофты. Но ругать за такое ни в коем случае нельзя! Иначе ребенок опустит руки и не станет учиться одеваться. Наоборот, надо продумать, какими словами лучше подбадривать и поддерживать малыша. Например:

Ух ты, как ты быстро сегодня оделся!

Ого, даже мне не удается так ловко застегивать пуговицы!

Ты так аккуратно оделся сегодня, что просто загляденье.

Не страшно, что ты немного не так застегнул пуговицы. Со мной такое тоже частенько бывало, когда я была маленькой.

Молодец, ты сегодня оделся почти без посторонней помощи.

А вот говорить что-то подобное: «Дай я, а то ты так никогда и не оденешься», – категорически нельзя. Ведь ребенок перестанет верить в свои силы и перестанет стремиться самостоятельно одеваться. И тогда никакие ухищрения не помогут: отбить желание быть самостоятельным гораздо проще, нежели взрастить его.

Игры, которые помогут:

Одеваемся наперегонки: назначь приз, и одевайтесь с крохой, кто быстрее. Но первое время все же немного поддавайся малышу, чтобы ему было интереснее. Одеваем кукол и мишек: выбери любимую игрушку и предложи ребенку одеть ее.

Рисуем наряды: если ты мама дочки, наверняка малышке понравится рисовать наряды. Это вызовет интерес ребенка к одежде.

Одеваемся на время: приобрети песочные часы и предложи ребенку установить рекорд – одеться за 10 минут, потом за 3 минуты, за минуту.

Игры с переодеванием – это лучший вариант, чтобы ребенок научился одеваться самостоятельно. Для девочек это может быть модный подиум, а для мальчиков – переодевание в любимых сказочных персонажей.

Развиваем мелкую моторику: обзаведитесь игрушками-шнуровками, конструкторами с некрупными деталями, бусами, которые надо нанизывать. Хорошо также играть с крупами, лепить из теста и пластилина, играть в песке. Все эти игры развивают умения ребенка владеть своими пальчиками.

Самостоятельное одевание – важная веха в развитии малыша, в становлении его самостоятельности, именно поэтому нужно постараться научить малыша этому в раннем возрасте, превратив эту ступенечку к взрослению в увлекательную игру, полную открытий и маленьких побед.