

# КАЛЕЙДОСКОП УМЕНИЙ



## МАМЫ И ПАПЫ !

Я – ваш МАЛЫШ. Мне уже скоро 3 годика. И я многое УМЕЮ:

- \* *самостоятельно умываться, полоскать рот, чистить зубы щёткой – пока без пасты;*
- \* *самостоятельно есть, знать, для чего нужна вилка, и пытаться пользоваться ею, вытирая рот салфеткой, благодарить, задвигать свой стульчик;*
- \* *самостоятельно пользоваться горшком или унитазом, туалетной бумагой, причёсываться;*
- \* *совершать туалет носа (промывать, смазывать, пользоваться носовым платком);*
- \* *надевать носки, колготки, рубашку, платье, джемпер, штаны, обувь, шапку;*
- \* *застёгивать сандалии, крупные пуговицы;*
- \* *складывать в определённом порядке свою одежду;*
- \* *обращаться с просьбой о помощи и благодарить за неё.*

Но не всё я выполняю хорошо, потому что я ещё маленький. Помогайте мне и дома освоить все эти важные для меня УМЕНИЯ !

# МОЙ ВЕСЁЛЫЙ ЗВОНКИЙ МЯЧ

(СОВМЕСТНЫЕ ИГРЫ С МАЛЫШОМ)

## УВАЖАЕМЫЕ МАМЫ И ПАПЫ !

Предложите малышу посоревноваться с Вами, у кого лучше получится:

- *бросить мяч вверх и поймать его двумя руками;*
- *ударить мяч о землю так, чтобы он отскочил повыше;*
- *ударить по мячу ногой – у кого дальше укатится;*
- *бросать мяч друг другу – кто поймает;*
- *катать мяч вперёд и стараться его догнать;*
- *забрасывать мяч в коробку с разного расстояния;*
- *прокатывать мяч между предметами, ножками стульев.*

Не соревнуйтесь с малышом по-настоящему, иначе Вы победите.

Помните, что игра предназначена не для Вас, а для того, чтобы научить ребёнка действиям с мячом и развить его движения.

# **КАК ВОСПИТАТЬ МАЛЫША УСТУПЧИВЫМ? (В ПОМОЩЬ МОЛОДОМУ РОДИТЕЛЮ)**

Задумайтесь, часто ли Ваш малыш не уступает Вам? Кто кому чаще уступает в Вашей семье? Почему так происходит? Хочется ли Вам что-то изменить в отношениях с ребёнком?

## **«ЗОЛОТЫЕ» ПРАВИЛА ВОСПИТАНИЯ МАЛЫША УСТУПЧИВЫМ:**

- 1. Считайтесь с интересами Вашего ребёнка.**
- 2. Проявляйте интерес к его играм и занятиям.**
- 3. Будьте всегда доброжелательны к малышу.**
- 4. Используйте игровые приёмы в общении с ним.** Так, если Вашему 2-х-летнему малышу пора спать, а он занят игрушечной собачкой, предложите ему положить собачку тоже спать.

Если Ваш 3-х-летний ребёнок возит машину за верёвочку, когда ему пора купаться, предложите нему совершить длинное-длинное путешествие в ванную.

Проверьте Ваши ожидания, используя эти правила. Становится ли Ваш малыш уступчивее? Подумайте, что можно сделать ещё?



**НА ЗАМЕТКУ РОДИТЕЛЯМ!**

## **ИЗ ЖИЗНИ КНИГОЕЖЕК (КАК ПРИВИТЬ МАЛЫШУ ЛЮБОВЬ К ДЕТСКОЙ КНИГЕ?)**



### **МАМЫ И ПАПЫ!**

Научитесь открывать вместе с малышом удивительный и прекрасный мир детской книги через интересные приёмы:

- + *маленькие дети любят «пробовать» книги не только на слух, но и на вкус, проверяя крепость страницы. Главным героем может быть член семьи, и тогда малыш «звонит» ему по телефону и сообщает, как дела;*
- + *укладывая ребёнка спать, прочитайте ему что-нибудь из семейной библиотеки (сказки, потешки, пестушки);*
- + *пусть малыш рассматривает книжку, слушая чтение, и «помогает» звуками (озвучивает животных, хлопает в ладошки);*
- + *пусть изображает при чтении животных и птиц (как машет крыльями петух, где у козы рожки, как клюют цыплята, как сердится индюк). Посоревнуйтесь, кто кого перещеголяет;*
- + *читайте малышу книги своего детства. Это поднимет ему настроение, а для Вас будет «ПРОФИЛАКТИКОЙ ДУШЕВНОГО ОДРЯХЛЕНИЯ» (Л.А.Токмакова).*

# ЧТО МОЖНО ЧИТАТЬ И РАССКАЗЫВАТЬ МАЛЫШУ



С 2-Х ЛЕТ

## ДОРОГИЕ МАМЫ И ПАПЫ!

Вы можете рассказывать 2-х-летнему ребёнку уже и без картинок. Он с удовольствием слушает рассказ взрослого о том, что видел, что случилось с ним.

! *Рассказывайте малышу в этом возрасте некоторые сказки: «Колобок», «Теремок», «Три медведя», «Репка», «Курочка Ряба», «Волк и семеро козлят».*

! *Избегайте страшных сказок, они только пугают. Ребёнок ещё не может понять, что все страшные события в них придуманы.*

! *К 3-м годам дети очень любят рифму и быстро запоминают лёгкие для произношения и понятные им короткие стихотворения: «Дождь покапал и прошёл», «Уронили мишуку на пол» и др. Имейте в запасе такие четверостишия и произносите их ребёнку в подходящий момент.*

! *После 3-х лет не говорите с малышом на его детском языке, иначе его плохой детский выговор может задержаться надолго.*

Читая и рассказывая ребёнку, учите его выражать свои желания словами – тогда малыш меньше капризничает.

# ОКНО, или очень короткие новости о том,

## КАК ПРИУЧИТЬ МАЛЫША К ВЫПОЛНЕНИЮ ЕГО МАЛЕНЬКИХ ОБЯЗАННОСТЕЙ



## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

*Ребёнок раннего возраста может принимать участие в домашней работе взрослых, работать «вместе-вместе»:*

- помогать маме стелить свою кровать;
- раскладывать коврик;
- подметать своей маленькой метёлкой;
- вытираять лужу тряпкой;
- выбрасывать мусор, знать, в какое ведро его бросать;
- поливать цветы;
- кормить кошку, кур, птичку в клетке, рыбок в аквариуме.

Доверяйте малышу что-нибудь сделать самому «по-настоящему». Игровое участие постепенно приучит его к выполнению маленьких обязанностей.

# РЕФЛЕКСИВНЫЕ МИНУТКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УХОЖЕН ЛИ ВАШ МАЛЫШ?



## МАМЫ И ПАПЫ!

Всегда ли Вы обращаете внимание на то, каким приходит Ваш малыш в детский сад? Нет ли у него определённых погрешностей ухода:

- *неухоженный нос, из-за чего затрудняется носовое дыхание;*
- *несвежее бельё. Носки, которые носят по неделе;*
- *неостриженные ногти;*
- *неухоженные ушные раковины;*
- *кариозные зубы с зубным налётом;*
- *нерасчёсанные волосы;*
- *опрелости;*
- *отсутствие носового платка;*
- *некорректная обувь;*
- *одежда из синтетики;*
- *влажные манжеты рукавов и верхняя часть платья (рубашки) на груди.*

Подумайте, ЧТО и КАК можно исправить уже сейчас, ведь от этого зависит воспитание привычек здорового образа жизни Вашего малыша.

# КАК ОТУЧИТЬ РЕБЁНКА



## РАННЕГО ВОЗРАСТА ОТ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК

### ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЁНКА

## МАМЫ И ПАПЫ!

- *Принимайте меня таким, какой я есть.*
- *Не ругайте и не принуждайте меня к чему-либо.*
- *Не беритесь за все привычки сразу. Не спешите.*
- *Повышайте степень моей самостоятельности.*
- *Поощрите то хорошее, что есть во мне, и, опираясь на это, активно формируйте у меня полезные привычки.*
- *Чтобы дело шло успешнее, используйте отвлекающие моменты. Например, если я привык засыпать с соской, дайте мне попить перед сном, пожевать сухарик или ломтик яблока, пососать дражевитаминку и др.*

# ТОЛЬКО ЛИ СВЕЖИЙ ВОЗДУХ НУЖЕН РЕБЁНКУ?



## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Прислушайтесь к известной истине: очень важно, чтобы ребёнок как можно больше времени находился на свежем воздухе.

Обратите внимание: с 1-1,5 лет смысл прогулки меняется. Ребёнок начинает познавать окружающий мир. И прогулка должна теперь способствовать развитию малыша, обогащать его представления.

ПОЭТОМУ:

**! Показывайте и объясняйте ему окружающие предметы. Малыш вряд ли сам заметит птицу и обратит внимание на то, как она щебечет. Не увидит он и кошку, притаившуюся у забора.**

**! Не оставляйте вопрос ребёнка без ответа. Период с 3-х лет обычно называют возрастом «почемучек». Малыш в это время очень пытлив и любознательен. Вступите с ним в разговор, пообщайтесь, ответьте на его вопросы или организуйте наблюдения.**

**! Не забывайте и о духовной пище ребёнка. Показывая ему предметы, одновременно вырабатывайте у него и отношение к ним. Недаром 3-летний малыш на прогулке всё время стремится удостовериться, хорошо ли то, что он видит. «Этот дядя хороший? – спрашивает он и рад подтверждению: «Да, хороший».**

**! Поиграйте с малышом, поговорите с ним, научите замечать красивое, порадуйтесь его открытиям.**

**ТАКИЕ ХЛОПОТЫ ОКУПЯТСЯ СТОРИЦЕЙ!**

**ОКНО, или очень короткие новости о том,**

## КАК РАЗВИВАТЬ ВОСПРИЯТИЕ МАЛЫША?

### МАМЫ И ПАПЫ!

В раннем детстве необходимо сделать восприятие ребёнка более полным, так как это составляет фундамент развития его личности.

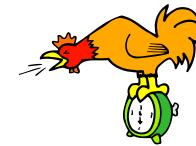
Запомните, что представления о предметах и их свойствах у малыша накапливаются только в действиях с этими предметами.

ПОЭТОМУ:

- подберите для его возраста соответствующие сенсорные игрушки на определение **формы, цвета, величины** предметов и принимайте участие в играх ребёнка;
- пойте малышу песенки, слушайте вместе с ним музыку, танцуйте с ним – этим Вы не просто развлекаете его, вызываете радостные эмоции, но и развиваете его слух;
- используйте и самые обычные бытовые занятия – еду, одевание, умывание – они несут ему массу впечатлений и сведений о запахе, **вкусе, качестве поверхности, пространстве, времени, движении.**



# **ЕСЛИ МАЛЫШ ИСПЫТЫВАЕТ СТРАХИ**



**МАМЫ! ПАПЫ!**

**Обратите внимание!** Страхи возникают потому, что у малышей сильно развито воображение. У детей раннего возраста страхи могут развиваться вследствие того, что мир для них всё ещё остаётся далеко не во всём понятным.

**Запомните!** Переживать страхи – это нормально, если только они не начинают мешать ребёнку играть, заводить друзей и быть в разумных пределах самостоятельным.

**Помогите малышу справиться с проблемой!**

**Для этого:**

- ✓ найдите время для общения с ним, создайте у ребёнка ощущение безопасности;
- ✓ относитесь с участием ко всем чувствам малыша и старайтесь поддержать его, даже если Вам не нравится, как ребёнок себя ведёт;
- ✓ не заставляйте его сделать то, чего он боится;
- ✓ помогайте малышу выразить свои страхи и опасения: поговорите о них, попробуйте вместе нарисовать, придумайте коротенькую историю...
- ✓ читайте ребёнку сказки о том, как героям удалось преодолеть трудности и спастись от опасностей.

# **ЧТО ДЕЛАТЬ, ЕСЛИ ВЫ НЕ УВЕРЕНЫ В ВОЗМОЖНОСТЯХ ВАШЕГО МАЛЫША?**



**УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Иногда Вам кажется, что дети друзей и соседей более развиты, более самостоятельные, и Вы сомневаетесь в успешности собственного ребёнка...

*Попробуйте использовать следующие советы:*

- никогда не забывайте, что каждый ребёнок развивается в своём темпе;
- помните, что Ваше эмоциональное состояние передаётся малышу;
- не говорите: «У тебя не получается», «Ты не сумеешь», а лучше скажите: «У тебя рассыпалась башня?..Давай соберём вместе...Какой кубик ты положишь первым?..»
- найдите в ребёнке сильные стороны и через них исправляйте недостатки;
- не пугайтесь визита к специалисту, если это действительно нужно.

# **РУКА РАЗВИВАЕТ МОЗГ**

## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Знаете ли Вы, что развитие РУКИ малыша определяет развитие центральной нервной системы и МОЗГА?

Как писал физиолог И.П.Павлов, «руки учат голову, затем поумневшая голова учит руки, а умелые руки снова способствуют развитию мозга».

Если ребёнок трогает какой-нибудь предмет, то мышцы и кожа рук в это время «учат» глаза и мозг видеть, осязать, различать, запоминать.

Проанализируйте графические умения своего малыша!  
Оцените, соответствует ли норме развитие мозга и руки ребёнка по результатам копирования простейших геометрических фигур (по Д. Элстону и Д. Тейлору).

**НОРМОЙ СЧИТАЕТСЯ, ЕСЛИ РЕБЁНКУ ДОСТУПНО:**

- в 2 года** - *копирование вертикальной линии определённой длины;*
- в 2,5 года** - *горизонтальной линии;*
- в 3 года** - *копирование круга;*
- в 4 года** - *пересекающихся линий, с соблюдением размеров и соотношения штрихов;*
- в 5 лет** - *копирование квадрата;*
- в 5,5 лет** - *копирование треугольника;*
- в 6 лет** - *простейших геометрических фигур с соблюдением их размеров и пропорций.*

# **УСПОКАИВАЮЩИЕ ПРИВЫЧКИ**



## **МАМЫ И ПАПЫ!**

Состояние стресса могут испытывать многие дети. И у них естественно вырабатываются успокаивающие привычки. Они не всегда плохие, но всегда способствуют тому, чтобы ребёнок чувствовал себя в безопасности. Среди таких привычек могут быть: *сосание пальца, накручивание волоса, засыпание с игрушкой и многие другие.*

## **КАК БЫТЬ?**

- не допускайте угроз и запугиваний, иначе привлечёте внимание малыша к самой привычке и вызовете у него дополнительное беспокойство;
- попытайтесь разобраться в причинах волнений, беспокойства, опасений и устраниить их;
- постарайтесь отвлечь ребёнка, будьте ласковы, терпимы;
- любите своего малыша и чаще играйте с ним!

## НА ЗАМЕТКУ РОДИТЕЛЯМ!

# ***В ПОСТЕЛЬ С РОЖКОМ МАМЫ И ПАПЫ!***

Если Ваш ребёнок засыпает с рожком, отучить его от этой вредной привычки нелегко, но необходимо.

Что нужно от Вас? Всего лишь ***терпение, желание, старание, умение***. А для этого:

\***Щадите нервную систему малыша.** Решительно забирать рожок и говорить ребёнку, что он уже большой, не следует.

\***Координируйте кормление малыша и укладывание его в постель, чтобы он не объединял эти процессы в своём сознании.**

\***Поначалу будьте снисходительны.** Если ребёнок просит бутылочку, дайте ему, усадив за стол или на колени. **И только потом укладывайте его спать.**

\***Запомните**, что бутылочка приносила Вашему малышу **ощущение покоя и уверенности**. Поэтому **замените её** какой-нибудь мягкой игрушкой, платочком, ночным фонариком и т.п.

\***Ласково поглаживайте ребёнка!**

*Пусть малыш почувствует всё Ваше внимание и любовь!*



## СЕМЕЙНЫЙ УРОК

# ***КАК УЛОЖИТЬ СПОКОЙНО СПАТЬ МАЛЫША?***

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Ребёнок, переживая стресс адаптационного периода, очень устаёт к вечеру. Он может и дома долго плакать, перевозбуждаться и не желает ложиться спать.

**Наблюдайте**, пожалуйста, за малышом и **придерживайтесь** **всех особенностей вечернего режима:**

- водные процедуры сочетайте с лёгким, расслабляющим массажем;
- перед сном посидите с ребёнком спокойно, почитайте ему сказку или просто повозитесь с ним;
- ласково объясните малышу, что все дети уже ложатся спать, и мама с папой тоже устали и хотят спать;
- придумайте какой-нибудь несложный ритуал (убаюкивание куклы или мишки, задёргивание шторок, включение ночника и т.п.) и выполняйте его каждый раз, чтобы малыш привык и успокоился;
- говорите ему перед сном только хорошее, о чём он мог бы подумать, пожелайте спокойной ночи;
- и обязательно ласково погладьте ручки и ножки ребёнка, обнимите его.

**Подарите малышу свою любовь и эмоциональную защиту, и он быстро и спокойно уснёт!**





## В СЕМЕЙНЫЙ БЛОКНОТ

### ЕСЛИ МАЛЫШ КАПРИЗНИЧАЕТ...

#### МАМЫ И ПАПЫ!

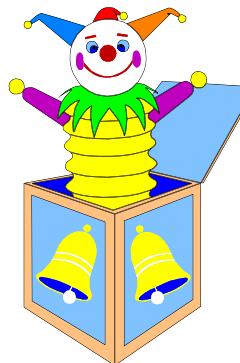
Обратите, пожалуйста, внимание на то, что...

- ! Ребёнок капризничает, если получает отказ в чём-либо.
- ! Капризы тормозят развитие личности.
- ! Если Вы неверно реагируете на капризы, то они будут повторяться!

#### КАК ЖЕ ЛЕЧИТЬ КАПРИЗЫ?

- + Подумайте над причиной капризов... Может, малыш обделён вниманием с Вашей стороны? И он протестует... Или Вы готовы удовлетворить любое его желание? И он требует...
- + Ведите себя **последовательно** и постарайтесь отвлечь от каприза.
- + Если это не удалось, **оставьте ребёнка в покое**. Его гнев – это всего лишь **попытка** убедить Вас.
- + Когда буря утихнет, **поговорите с ребёнком ласково**, скажите ему, как Вас это огорчило.
- + Поймите, что малыш ещё не умеет управлять своими эмоциями. Поэтому вместо упрёков и угроз **проявите к нему внимание, покажите, что любите его**, хотя поведение его не было похвальным.

*Действуйте разумно и помните, что гораздо легче осилить первый или шестой каприз, чем сотый или двухсотый!*



## **КОГДА РЕБЁНОК СОСЁТ БОЛЬШОЙ ПАЛЕЦ...**

#### МАМЫ И ПАПЫ!

Вас раздражает эта привычка? Ею нельзя пренебрегать!  
Надо постараться предупредить. Сначала подумайте о **ПРИЧИНАХ**:

1. Просто сохраняется привычка, усвоенная в младенчестве.
2. Сказывается степень незрелости – и ребёнок возвращается на более ранние стадии развития.
3. Чувство страха или бессилия заставляет ребёнка находить удовлетворение в чём-то, что доставляло удовольствие прежде.

#### **ЧТО ДЕЛАТЬ?**

- ! Сделайте всё возможное, чтобы уменьшить причины страха у Вашего малыша.
- ! Будьте спокойны и терпеливы. Подумайте, чем заменить палец. Дайте, например, карамельку.
- ! Проявляйте больше интереса к взрослым моментам в поведении ребёнка, чаще играйте, беседуйте. Будьте ласковее и мягче.

*Малышу просто необходимы Ваши любовь и ободрение: именно они придают ему смелость и настойчивость, если у него что-то не получается.*

*! Всегда поощряйте его расти и взрослеть!*



## ВНИМАНИЕ: АДАПТАЦИЯ!

### «Я УСТАЛ...»

#### МАМЫ И ПАПЫ!

В детском саду Ваш ребёнок **может устать** от большого количества детей или оттого, что просто соскучился по родителям.

**ПОЭТОМУ:**

- Забирай ребёнка домой, постарайтесь не спешить. Прогуляйтесь с ним немного неторопливым шагом. Это позволит ему перестроиться на вечерний режим. **Малыш очень ценит эти прогулки вдвоём!**
- Вернувшись домой, **дайте ему возможность уединиться**, поиграть в своём уголке, если хочет.
- Пусть малыш посидит у Вас на коленях, **пусть он расслабится от Ваших прикосновений**.

*Не пожалейте времени для того, чтобы побывать с ним вдвоём, почитать или поиграть!*

## МАМИНА ШКОЛА ИГРЫ С ВОДОЙ



#### МАМЫ!

В адаптационный период Ваш малыш испытывает **сильное эмоциональное напряжение**, снять которое позволяют игры с водой. Наполните их познавательным содержанием и поиграйте вместе с ребёнком дома. Пусть малыш оздоравливается и развивается.

\* **«РЫБКА».** Положите на поверхность воды резиновую или пластмассовую рыбку и скажите: «Рыбка плывёт». Прижмите рыбку ко дну: «Где рыбка? Она под водой». Отпустите игрушку: «Вынырнула рыбка. Опять плывёт». Научите малыша делать то же самое. Пусть он порадуется, что рыбка вынырнула.

\* **«ПОДУЙ НА КОРАБЛИК».** Опустите на воду маленький пластмассовый кораблик и подуйте на него. Пусть ребёнок понаблюдает, как кораблик уплывает к другой стороне тазика. Скажите: «Уплыл кораблик». Повторите вместе с малышом несколько раз.

\* **«ФОНТАНЧИК».** Научите ребёнка наливать с Вашей помощью воду в пластиковые бутылочки с дырочками и получать фонтанчик.

\* **«ПОЙМАЙ».** Бросьте в тазик несколько пустых футляров от киндер-сюрпризов или пластмассовые шарики и попросите малыша собрать их. Не так-то просто, но очень весело!

# **НАДО, НАДО МЫВАТЬСЯ...**



## **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Здоровый образ жизни Вашего малыша требует соблюдения всех гигиенических норм. **Обратите, пожалуйста, внимание, умеет ли он самостоятельно умываться?** Что он уже делает сам, а что только с Вашей помощью? Или Вы всё делаете за него?

**Принимайте дома активное участие в приобщении ребёнка к здоровому образу жизни!**

- Покажите малышу все предметы, необходимые для умывания. Он должен их знать и называть.
- Помогите ребёнку открыть кран и понаблюдайте вместе с ним, как течёт вода. Обязательно приговаривайте потешку или стихотворение, например:

**Буль- буль- буль! Течёт водичка.  
Ты умоешь моё лицико?  
Руки тоже надо мыть,  
Чтоб всегда здоровым быть!**

- Учите малыша ласково и доброжелательно мыть руки с мылом, рассматривать в зеркале своё чистое лицо и переживать только положительные чувства!

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ МИНУТКИ**

## **ДЫХАТЕЛЬНАЯ ГИМНАСТИКА В СЕМЬЕ**

### **МАМЫ И ПАПЫ!**

В адаптационный период Ваш малыш, испытывая эмоциональный дискомфорт, может заболеть. Обычно это заболевания **органов дыхания**.

В этот период Вашим другом может стать **дыхательная гимнастика**. Она поможет ребёнку восстановить правильное носовое дыхание и расслабить гладкую мускулатуру бронхов.

**! Делайте дыхательные упражнения вместе.**

**! Не забудьте про игру. Именно она наполнит душу малыша положительными эмоциями, что так необходимо для его выздоровления.**

### **ДЫХАТЕЛЬНОЕ УПРАЖНЕНИЕ «ВЕТЕР»**

Дует лёгкий ветерок – **Ф-Ф-Ф...** (выдох спокойный, И качает так листок – **Ф-Ф-Ф...** ненапряжённый)

Дует сильный ветерок – **Ф-Ф-Ф...**

И качает так листок – **Ф-Ф-Ф...** (активный выдох)

Дует ветерок, качаются листочки и поют свои песенки:

**Осиновый – А-А-А...**

**Рябиновый – И-И-И...**

**Берёзовый – О-О-О...**

**Дубовый – У-У-У...**



## В МАМИН БЛОКНОТ

### **ЕСЛИ ВАШ МАЛЫШ ЧАСТО ПАДАЕТ...**

#### МАМЫ!



Обратите внимание, что причина частого падения – возрастные особенности опорно-двигательного аппарата ребёнка:

- \* слабость мышц ног;
- \* маловыраженные изгибы позвоночника и свода стопы;
- \* высоко расположенный центр тяжести;
- \* недостаточное развитие вестибулярного аппарата.

#### КАК СЕБЯ ВЕСТИ?

1. Не охайте и не сердитесь на малыша из-за его падения. **Это неразумно!**
2. Постарайтесь неприятную ситуацию разрядить шуткой, потешкой, выразить сочувствие. **Это полезно!**  
Ребёнок быстро успокоится и улыбнётся Вам.

*Заяц Егорка свалился в озёрко.*

*Бегите под горку, спасайте Егорку!*

*Уходи с дороги, кот, наша Танечка идёт.  
Ton-ton-ton-ton, никогда не упадёт!*

*У кота боли, у собачки боли, а у Сашеньки заживи!*

## ПРАКТИЧЕСКИЕ МИНУТКИ

### **ПОЙТЕ РЕБЁНКУ ПЕСНИ!**

#### РОДИТЕЛИ!

Пение – мощный источник положительных эмоций, которые так нужны в адаптационный период.

*Подарите им ребёнку!*

*Спойте ему любые, знакомые и приятные Вам, песенки.* Малыш будет смотреть на Вас, улыбаться и радоваться, а потом и подпевать Вам.

*Помните, что пение для ребёнка и вместе с ним стимулирует речевое развитие.* Поющие и слушающие дети более заинтересованы в живом общении!

*Старайтесь, чтобы пение было ритмичным.* Можно пропевать тексты потешек под любые, даже придуманные Вами, мелодии.

Вот несколько песен про дождик, выбирайте любую:

*Дождик, дождик, кап да кап,  
Ты не капай, дождик, так.  
Дождик, дождик льётся.  
В руки не даётся.*



\*

*Дождик, дождик, пуше,  
Дам тебе я гущи.  
Дам тебе я ложжу,  
Еши понемножку.*

## ПОРАЗМЫШЛЯЕМ ВМЕСТЕ!

### **МАЛЕНЬКИЙ ЗЛЮЧКА (ОБ АГРЕССИИ МАЛЫШЕЙ)**



#### **МАМЫ И ПАПЫ!**

В адаптационный период Ваш малыш очень раним, и **может часто раздражаться**. В ответ на Ваши замечания он ломает или кидает игрушки, замахивается кулаком...

А как Вы реагируете? Может, читаете нотации или наказываете ребёнка, не вдаваясь в подробности? Или пытаетесь его понять и помочь?

+ **Попробуйте сначала понаблюдать**, почему малыш злится? В какой момент в нём пробуждается злость? Попытайтесь понять и устраниить причину.

+ «**Возьмите паузу**», т.е. переждите то недолгое время, когда ребёнок обижен на весь мир.

+ Попробуйте **вместе с ним проанализировать** его поступок шаг за шагом, чтобы малыш почувствовал и смог оценить происходящее.

+ **Как можно быстрее переключите внимание ребёнка** с раздражающих его предметов или ситуаций.

+ Будьте **терпеливы и доброжелательны, последовательны** в своих действиях, а главное, **проявляйте любовь** к своему малышу. Ведь его поступок – это всего лишь отражение эмоций.

## СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ!

### **ШЛЁПАТЬ РЕБЁНКА – МОЖНО ЛИ?**

#### **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

Утешитесь, что шлепки не так уж вредны, если **достаются ребёнку нечасто и вознаграждаются Вашей любовью**. Однако **ПОМНИТЕ**, что:

1. Телесные наказания требуют от родителей **гораздо меньше ума и способностей**, чем любые другие воспитательные меры.
2. Проявляя при ребёнке худшие черты своего характера, Вы **показываете ему плохой пример**.
3. Шлёпая малыша, Вы **учите его БОЯТЬСЯ Вас**. А, научившись бояться, он **привыкает ожидать враждебности** от всех, кто любит его. Заменить **ЖЕЛАНИЯ** ребёнка **СТРАХОМ** – это самое худшее, что можно сделать для его психического здоровья.
4. Шлепки лишь **прочнее закрепляют неверное поведение** малыша, но **николько не меняют его**.
5. Задача дисциплинарной техники – изменить **ЖЕЛАНИЯ** ребёнка, а не только его поведение.



# К ЗДОРОВЬЮ - ВМЕСТЕ С ПАЛЬЧИКАМИ!

## МАМЫ И ПАПЫ!

Весёлое, увлекательное и полезное занятие для ребёнка в адаптационный период – это *пальчиковые игры*. Они не только развивают мозг малыша, но и помогают снять эмоциональное напряжение.

**Играйте вместе с ребёнком!** Используйте для таких игр небольшие стишкисчиталки, песенки.

! Для начала познакомьте малыша с ладошкой, пальчиками.

! Прочитайте потешку, рассмотрите иллюстрацию, спросите ребёнка: «Как зайка шевелит ушами? Как курочка открывает рот?»

! Покажите свой образец из пальцев. Побуждайте малыша звукоподражать: Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик -



бабушка,  
папочка,  
мамочка,

Этот пальчик –

Этот пальчик –

Этот пальчик –

Этот пальчик – я, вот и вся моя семья!

Для ребёнка *очень важно Ваше спокойно-ласковое настроение и эмоциональный контакт*. Это своеобразная школа сенсорики и добрых взаимоотношений между Вами и малышом!

**В СЕМЕЙНУЮ КОПИЛКУ**



**ЧТОБЫ РЕБЕНОК  
УМЕЛ ИГРАТЬ  
С ДРУГИМИ ДЕТЬМИ...**



## **МАМЫ И ПАПЫ!**

С 2-3-х лет в жизнь Вашего малыша входят другие дети. Их влияние со временем будет усиливаться, и к моменту поступления в школу Ваш ребенок станет вполне общественным существом.

Чтобы малыш смог войти в детский коллектив:

- отпускайте его поиграть к другим детям. Их общество незаменимо для развития;
- приглашайте маленьких товарищей Вашего ребенка к себе в дом. Для него это имеет большое воспитательное значение в области эмоциональных и общественных отношений, приносит личностные познания и опыт.

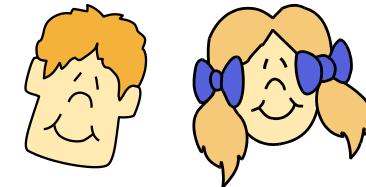
*!!! В свободном общении с ровесниками Ваш ребенок в дальнейшем научится утверждать себя, понимать других, оценивать их поступки, приспосабливать свое поведение к их требованиям.*

И ВООБЩЕ: побывать у кого-то дома - это значит пережить глубоко интимные впечатления в эмоциональной атмосфере той семьи, куда он пришел.

**Всё это – чрезвычайно  
важный для развития ребенка опыт!**



МАСКА ОТКРОВЕНИЯ  
Р О Д И Т Е Л Я М



**КАК ПРИУЧАТЬ  
М А Л Y Ш A  
К ГОРШКУ ?**



# МАМЫ И ПАПЫ!

Самая лучшая пора для этого - возраст от 1 года до 15 месяцев. В это время *созревает нервная система* малыша, а *ёмкость мочевого пузыря вмещает большое количество мочи*.

*И, самое важное, ребёнок осознаёт наполненность и потребность в освобождении и может дать знак, когда его спрашивают.*

**Поэтому:**

**! Наблюдайте за малышом и давайте ему горшок.**

**! Учитывайте при этом следующие правила:**

- ситуация должна быть для малыша понятной и приятной;*

- хорошо, когда его высаживает на горшок всегда один и тот же член семьи;*
- пусть горшочек постоянно один и тот же, стоит в определённом месте и не очень холодный.*

**И самое главное:**

**! После того, как малыш сделал в горшок, его должна всегда ждать понятная ему и выразительная похвала!**

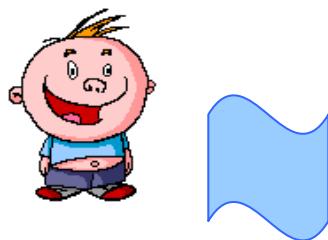
**Вот и всё. Довольно скоро**

**НАВЫК ЗАКРЕПИТСЯ!**



**СТОИТ ЗАДУМАТЬСЯ!**

*КАК ВОСПИТЫВАТЬ  
У РЕБЁНКА ПРИВЫЧКУ  
ПОЛЬЗОВАТЬСЯ  
НОСОВЫМ ПЛАТКОМ?*



**ДЛЯ МАМ И ПАП!**

# **УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!**

*Для этого навыка первая система созревает у ребёнка к 15 месяцам.*

**Используя эту возможность:**

- попытайтесь вовремя научить малыша сморкаться. Очищение носа должно приносить ему чувство самостоятельности и общественной важности;
- покажите несколько раз, как нужно выдувать из носа воздух – у ребёнка врождённая тенденция к подражанию;
- начинайте спокойно и терпеливо: сначала зажимаем одну ноздрю, потом другую – и дело пошло!
- Используйте при этом игровую дыхательную гимнастику,

например, «Петушок»: малыш поднимает руки в стороны (вдох), а затем хлопает ими по бёдрам со словом «ку-ка-ре-ку» (выдох);

- каждую удачную попытку ребёнка сопровождайте соответствующей похвалой!

*Запомните, что орган дыхания – нос, а вовсе не рот. И с точки зрения ЗДОРОВЬЯ – содержать в чистоте нос так же важно, как и любой другой орган.*



МАМИН КЛАСС

КАК ВОСПИТЫВАТЬ  
У МАЛЫША ИНТЕРЕС  
К ИЗОБРАЗИТЕЛЬНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ?



# МАМЫ!

Запомните, что изобразительная деятельность ребёнка должна органично войти в процесс Вашего общения с ним.

Малыш рисует по собственной инициативе, поэтому:

+ не спешите предлагать ему свою тему. Сначала присмотритесь, что ребёнок рисует;

+ «подключитесь» к его рисунку и поиграйте с ним. *Вот у него на листе появилась птичка, а Вы «послушайте», о чём она поёт;*

+ побуждайте ребёнка игровыми вопросами, советами развёртывать содержание, сюжет рисунка (не спешите придумывать за него). *Грустная у птички песенка. О чём она рассказала? Прилетела зёрнышек поклевать, а их нет. Как покормить птиц?* Может, Ваш малыш догадается, как «насыпать» зёрнышки?

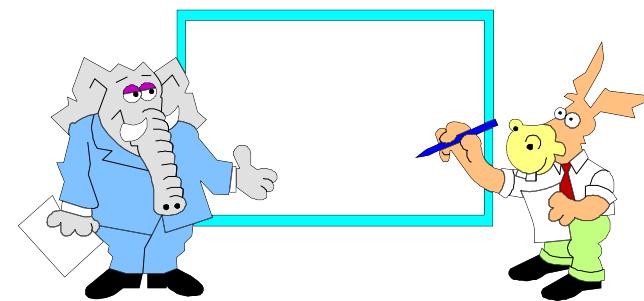
+ Если нет, покажите ему, как можно ритмично нанести зёрнышки – точки на лист бумаги. Не забудьте при этом вложить карандаш в руку ребёнка правильно, между 3-мя пальцами, указательный – сверху. *Вот и посыпались зёрнышки.*

+ Побуждайте малыша фантазировать, играть в рисунке, придумывать новое содержание и рисовать, что придумал. *Прилетели ещё птички и все зёрнышки склевали* (даём ещё лист бумаги).

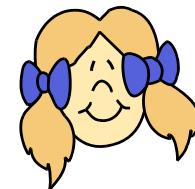
+ Обязательно похвалите малыша за его старания. *Ты мой умница! Вот сколько зёрнышек нарисовал сам и накормил птичек!*

+ Спойте песенку про птичек, полетайте по комнате, примоститесь с ребёнком у окошка и ещё раз понаблюдайте за жизнью птиц.

И тогда изобразительная деятельность Вашего малыша будет **живой, интересной, игровой и неназойливой!**



## **РЕФЛЕКСИВНЫЕ МИНУТКИ**



**НУЖНЫ ЛИ РЕБЁНКУ  
КОЛЫБЕЛЬНЫЕ  
ПЕСНИ?**



**МАМЕ О КОЛЫБЕЛЬНОЙ**

# МАМЫ!

## КОЛЫБЕЛЬНЫЕ ПЕСНИ -

- это первые песни, с которыми встречается ребёнок в своей жизни;
- они приобщают малыша к народным истокам;
- напевы колыбельных песен очень просты;
- они помогают ребёнку уснуть, служат магическим заговором на хороший сон и здоровье, отводят беду;
- их ритмика, мелодика, темп позволяют снять эмоциональное напряжение в ситуации перехода малыша от бодрствования ко сну;

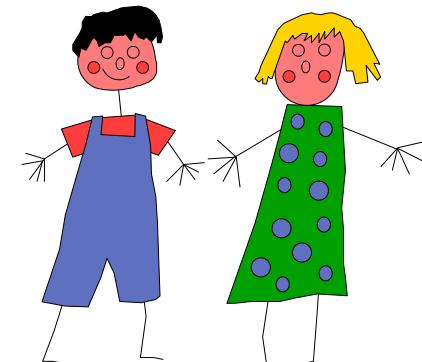
- они важны и для общения с ребёнком, так как создают состояние защищённости, исходящее от Вас, как от родного человека;
- через них малыш усваивает первичный словарный запас, необходимый для развития мышления и познания окружающего мира;
- их тексты излучают свет Вашей материнской любви. Ласка распространяется не только на самого ребёнка, но и на то, с чем он может соприкоснуться.

**ТАК НУЖНЫ ЛИ РЕБЁНКУ  
КОЛЫБЕЛЬНЫЕ ПЕСНИ?**



**В  
СЕМЕЙНЫЙ  
БЛОКНОТ**

**КАК УЧИТЬ МАЛЫША  
УПРАВЛЯТЬСЯ  
С ОДЕЖДОЙ  
САМОСТОЯТЕЛЬНО?**



**АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

## УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

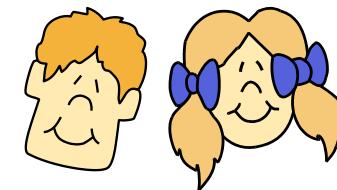
Навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных упражнений. Поэтому:

- не торопите ребёнка, сохраняйте спокойствие;
- позаботьтесь о том, чтобы все его вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застёжек и пуговиц, обувь на липучках или на молниях;
- освоить шнурки ребёнку трудно, учите его закрывать их дома без спешки;
- не забудьте о петельках на одежде, удобных для малыша;
- сделайте маркировку одежды, познакомьте с ней ребёнка, чтобы он легко узнавал свою одежду;

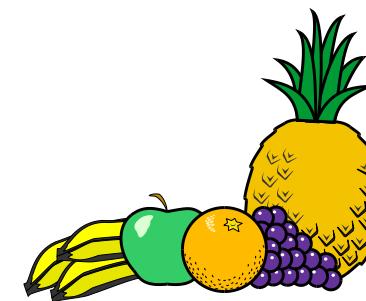
- дома организуйте вешалку для верхней одежды так, чтобы она была доступна малышу и он сам мог самостоятельно после прогулки вешать свои вещи;
- не делайте этого за ребёнка, но наблюдайте за выполнением, помогайте ему, напоминайте, исользуйте игровые приёмы (мишка смотрит, как ты сам раздеваешься, хочет научиться);
- хвалите малыша за то, что он сам, без напоминания убирает свои вещи на место, старается правильно одеваться и раздеваться, знает названия одежды.

*Только Ваше терпение, доброжелательность и участие в жизни ребёнка помогут ему успешно овладеть необходимыми навыками!*

**СЕКРЕТЫ НАТУРОПАТИИ**  
**ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ**



**ЕСЛИ РЕБЁНОК  
ЧАСТО БОЛЕЕТ...**



**АДАПТАЦИОННЫЙ ПЕРИОД**

# МАМЫ И ПАПЫ!

*Натуропатия – это разумное поведение человека в отношении здоровья. Основные её средства – лечебная диета, физические упражнения и водные процедуры.*

## Обратите внимание!

- *При повышенной тревожности, стрессовом состоянии в период адаптации добавляйте в пищу витамины группы В (по согласованию с врачом), давайте молоко и жидкые молочные продукты на ночь, проводите утреннюю гимнастику и влажные обтирания.*
- *При заболеваниях органов дыхания (бронхитах, длительном кашле) исключите молоко и молочные продукты, сладости, в том числе и сдобные булочки, делайте вместе с ребёнком специальные дыхательные упражнения, давайте ему надувать воздушный шарик ежедневно, массируйте спину, ставьте горячий и холодный компрессы на спину и*

*верхнюю часть груди, включайте в рацион чесночные гренки.*

- *При аллергических реакциях на пыльцу растений исключите молочные продукты, давайте больше витамина С (по согласованию с врачом), промывайте ребёнку глаза и нос дистиллированной водой.*
- *При насморке исключите молочные продукты и сладости, давайте есть чеснок, пить тёплые фруктовые соки, увеличьте употребление витамина С (по согласованию с врачом).*
- *При простуде исключите продукты, содержащие крахмал, молоко, сахар. Поите тёплыми фруктовыми соками, травяным чаём. Увеличьте дозы витамина С (по согласованию с врачом). Не забывайте о гимнастике!*

*Использование секретов натуропатии обеспечит успешность реабилитационного и профилактического периода для Вашего ребёнка и позволит оздоровить его дома!*

