

Поради про виховання дітей дошкільного віку

Хіба не дивно, як швидко ваш малюк перетворився на пустотливого дошкільника? Він став таким невгамовним і рухливим. Тепер вам знадобиться багато сил, щоб впоратися з його бурхливою енергією та допитливістю, а також спрямувати її у продуктивне русло. Дослідження стверджують, що до п'ятирічного віку мозок людини розвивається на 90%. Тому це час, коли батькам треба опанувати себе й допомагати своєму дошкільнику гармонійно та всебічно розвиватися. Адже не секрет, що навчання починається вдома, у сім'ї.

Далі пропонуються поради, які допоможуть вам оволодіти азами виховання енергійних дітей дошкільного віку.

1. Розвивайте навички спілкування вашої дитини. Перебуваючи в дитячому садку, дитина повинна вміти словами повідомляти про свої потреби та взаємодіяти з людьми, які її оточують.

Зокрема, позитивні комунікативні навички допоможуть дитині спілкуватися з вихователем, уточнювати будь-які свої питання й розвіювати сумніви та й просто відпрошуватись у туалет.

2. Навчайте дитину уважно слухати. На відміну від домашнього оточення, у дитячому садку діти повинні вміти мовчати та слухати те, що каже вихователь. Дитині необхідно звикнути знаходитися весь день в одному місці й уважно слухати те, що ви їй кажете. Розвивати цю навичку можна, розповідаючи дитині різні цікаві історії.

3. Давайте вказівки. Дитина у віці 4-5-ти років уже готова приймати ваші інструкції або інструкції вихователя. Грайте з нею в різні ігри, в яких від вас вимагається викласти певні поетапні вказівки або кроки, необхідні для виконання завдання гри. Це навчить вашого дошкільника правильно дотримуватись інструкцій.

4. Заохочуйте групові заняття. У дитячому садку деякі завдання діти виконують у групі. Удома також можна влаштовувати дитячі вечірки. Запрошуйте до себе додому сусідських малюків і дошкільнят, щоб ваша дитина могла спілкуватися з ними.

5. Розвивайте навички моторики вашої дитини. У дошкільному віці дитина вже добре вміє тримати олівець, користуватись ножицями, фломастерами або кольоровими олівцями. Ви можете тренувати навички дрібної моторики вашої дитини, пропонуючи їй малювати звивисті лінії й зигзаги і, звісно, розмальовувати.

6. Знайомте дитину з умовами дитячого садка. Відведіть дитину в дитячий садок перед початком навчального року, дайте їй можливість познайомитися з персоналом і провести там деякий час. Так вона зможе познайомитися з місцевою обстановкою, поспостерігати за тим, що там відбувається, і, коли ви незабаром залишите її там саму, вона буде відчувати себе спокійно.

7. Уточнюйте будь-які запитання, розвіюйте будь-які сумніви дитини. Розмовляйте з вашою дитиною про дитячий садок і допоможіть їй відчувати радість і хвилювання із цього приводу. Допоможіть дитині звільнитись від будь-якого роду страхів, розвіюючи всі її сумніви, і переконайтеся, що ви повністю усунули всі її побоювання та хвилювання із приводу відвідин цього дошкільного закладу.

8. Допомагайте дитині набувати самостійності. Діти, які здатні самостійно подбати про себе, володіють більшою впевненістю, особливо в дошкільних установах. Важливо вчити й мотивувати дитину витирати ніс і рот, самостійно користуватися туалетом і т. п.

9. Приготуйте для дитини комплект запасного одягу. У дитячому садку дитина може облитись або забруднитись, наприклад, тоді, коли п'є компот, миє руки або малює фарбами.

Забезпечте її запасним комплектом одягу, який буде зберігатися в її шафці, щоб у випадку необхідності вона могла перевдягнутися.

10. Надайте в дошкільний заклад повні дані про здоров'я дитини. Коли ваша дитина взаємодіє з іншими дітьми в дитячому садку, вона може легко підхопити інфекцію. У разі виникнення надзвичайної ситуації, пов'язаної з вашою дитиною, офіційні особи дошкільного закладу зможуть удатись до негайних дій, якщо заздалегідь будуть проінформовані про її медичну історію (включаючи дані про імунізацію вашого малюка).

11. Дотримуйтесь режиму дня. Часто з маленькими дітьми буває складно дотримуватись режиму. Важливо встановити для дітей такі правила, щоб не було необхідності постійно нагадувати їм про те, що вони повинні робити протягом дня.

12. Використовуйте почуття гумору. Трохи гумору полегшить ваші бесіди. Гумор також допоможе вашим дітям налагодити зв'язок з вами, краще розуміти вас і бути щасливими.

13. Не зловживайте виховним прийомом, який передбачає винагороду. Чим частіше ви будете використовувати винагороду в якості виховного прийому, тим більше діти будуть очікувати від вас подарунків за виконання навіть найнезначніших дрібних завдань і доручень. Будьте розсудливими. Допмагайте їм зрозуміти важливість маленьких завдань.

14. Навчайте дітей розставляти пріоритети. Для дітей гра завжди стоїть на першому місці, а навчання – на другому. Але батькам необхідно навчити дітей важливості своєчасного виконання домашніх завдань. Ключовим питанням є навчання дітей уміти розставляти пріоритети.

15. Дисциплінують дітей. Осуд і вселяння не допомагають у питаннях дисципліни. Якщо дитина забруднила фарбою шпалери, попросіть її прибрати все самотійно. Так вона зрозуміє серйозність виявленої неохайності. Не відкладайте уроки

дисципліни. Якщо ви захочете перенести дисциплінарні заходи на інший день, інцидент може просто вилетіти з голови дитини.

16. Весело проводьте час разом. Намагайтеся частіше веселитися разом з дитиною. Проявляйте творчий підхід, слухайте музику, разом танцюйте.

17. Не будьте занадто жорсткими й суворими. Батьківська суворість породжує впертість дитини. Важливо демонструвати їй свою любов. Кажіть їй добрі й ласкаві слова.

18. Запобігайте істерикам малюка. Давайте дитині право вибору. Якщо вона влаштовує істерики, перенаправляйте її на інше заняття. Визначтеся з ситуаціями, які викликають її істерики, намагайтесь уникати їх. Навіть голод, потреба уві сні або втома можуть викликати подібні емоційні зриви.

19. Намагайтесь не казати «ні». Коли дитина занадто часто чує слово «ні», це змушує її відчувати себе обділеною в ніжності й любові. Це також породжує в дитини бунтарський дух, і вона може відмовитися слухати ваші інструкції та вказівки.

20. Не забувайте про те, що ваша дитина ще занадто мала, щоб розуміти абсолютно все. Не очікуйте, що малюк зрозуміє кожне ваше слово. Його світогляд поки ще не такий широкий, щоб він міг розпізнавати значущі й серйозні речі. Тому приведіть свої очікування у відповідність з віком вашої дитини. Шукайте творчі шляхи, щоб наставляти її.

21. Розповідайте маляті про наслідки поганої поведінки.

Надзвичайно важливо вчити дитину розуміти, який вплив справляє хороша або погана поведінка. Дайте їй зрозуміти, що коли вона веде себе добре, усі навкруги цінують і підтримують її. З іншого боку, погана поведінка призводить до зауважень і негативних наслідків. Це допоможе їй бути уважною.

22. Не реагуйте занадто гостро, не беріть поведінку дитини близько до серця. Дітям властиво намагатися приховувати свої

маленькі помилки. Просто приймайте ситуацію і скажіть, що ви чудово розумієте, хто винен у безладді.

23. Не перевантажуйте дитину. Батьки схильні очікувати, що дитина буде старанно вчитись. Але не перевантажуйте малюка занадто великою кількістю занять. Чим менше занять, тим краще він розуміє їх і засвоює нові знання.

24. Демонструйте позитивний приклад. Те, як ви робите в повсякденному житті, має великий вплив на поведінку вашої дитини. Кожного разу, коли ви складаєте свої речі на місце, закликайте дитину брати з вас приклад і складати свої іграшки. Дошкільний вік – це вік, коли ваша дитина вже не маля і вже досить зріла для того, щоб дотримуватись ваших інструкцій. Це час, коли батьки повинні дозволити дитині всебічно й безперешкодно розвиватися й досліджувати навколишній світ!

Розвиток самостійності

Незважаючи на те, що три- і чотирирічні діти

все ще потребують батьківської допомоги у багатьох справах, вихователі

стверджують, що в цьому віці діти здатні на більше, ніж думають багато батьків.

І ви можете розвивати самостійність своєї дитини.

Очікуйте від дитини

більшого. Всі

люди виправдовують (або не виправдовують) чийсь очікування - у тому числі й

діти дошкільного віку. Коли діти йдуть до дитячого садка, вихователі очікують,

що вони зможуть самі наливати собі воду в стакан, прибирати зі столу тарілку після

їжі і самотійно вішати куртку на вішалку. І вони це роблять.
Багато з цих
дітей відмовляються робити це вдома, тому що батьки не очікують
від них такої
самотійності. Підніміть планку - і, швидше за все, дитина захоче
відповідати
вашим очікуванням.

**Не робіть за дитину те, що
вона може робити самотійно.** Хоча
вам іноді буває простіше і швидше зробити щось за дитину, але це не
допоможе їй
стати більш самотійною. Ви можете зіграти на почутті гордості
дитини.

Наприклад, коли ви намагаєтеся привчити дитину самотійно
одягатися чи їсти, ви
можете запитати її: «Ти хочеш зробити це самотійно чи тобі
допомогти?». Ці
слова мають магічний вплив - діти завжди хочуть робити все самі.
**Не переробляйте те, що
зробила дитина.** Якщо
дитина сама заправляє постіль, не піддавайтеся спокусі розгладити
за нею
ковдру. Якщо дитина сама одягається і при цьому одягає речі, які не
поєднуються
між собою - похваліть її за оригінальний стиль. Не виправляйте те,
що зробила
дитина, якщо в цьому немає крайньої необхідності. Інакше дитина
помітить, що ви
переробляєте її роботу, і це її відлякуватиме.
**Дозвольте дитині
вирішувати прості завдання.** Якщо

ви бачите, що дитина намагається зібрати конструктор або
дістати книгу з
високої полиці, не поспішайте їй на допомогу. Дозвольте дитині самій
знайти
потрібні деталі конструктора або посунути табурет, щоб
дотягнутися до полиці.
Якщо дитина знаходиться в безпеці, не втручайтеся і дайте
можливість дитині
вирішити завдання самостійно. Це формує її характер. Батьки
хочуть зробити все
ідеально, але тим самим вони позбавляють дитину шансу на успіх.
Давайте дитині невеликі
доручення по дому. Якщо
доручати дитині просту роботу, це зміцнить її впевненість у собі і
розвине
необхідні навички. Якщо ви будете доручати їй поливати квіти або
знімати
білизну з сушарки, вона повірить, що може сама одягатися,
прибирати за собою
посуд після їжі тощо. Просто переконайтеся, що завдання, які ви
даєте дитині,
їй під силу. Це повинна бути справжня робота, а не просто марна
справа, щоб
зайняти дитину. Навіть дошкільнята можуть відчувати різницю.
Ваша мета в тому,
щоб дитина відчула себе здібним і корисним членом сім'ї.
Розвиток співпраці
Подивіться на дітей у
дитячому садку. Ви
побачите, як діти граються в групах, шикуються в чергу перед тим,
як йти на

обід, піднімають руку, щоб говорити по черзі під час занять, накривають на стіл у їдальні тощо. Як вихователям вдається привчити дітей до спільної роботи? Як змусити 10 і більше дітей віком до чотирьох років добровільно і охоче співпрацювати? На це питання немає універсальної відповіді, однак вихователі дають кілька порад з цього приводу.

Похвала - це ключ до успіху. Ця порада найкраще працює у випадках, коли дитина не схильна до співпраці.

Звертайте увагу дитини на випадки, коли вона поводить себе добре. Подавайте хороши приклад. Діти повторюють поведінку, яка привертає до них увагу.

Створюйте дитині передбачуваний розпорядок дня. Діти схильні співпрацювати в дитячому саду, тому що знають, чого від них очікують вихователі. У дитячому садку вони кожен день проводять по одному і тому ж розпорядку. Тому вони швидко розуміють, що повинні робити, і через певний час вже не потребують нагадування. Не варто встановлювати такий же розклад і вдома, але чим краще ви структуруєте час дитини, тим більше вона буде схильна до співпраці. Почніть з того, що встановіть дитині кілька правил і стежте за тим, щоб вона їх виконувала. Наприклад, перед сніданком потрібно заправити ліжко й

одягтися. Після того як дитина прийшла додому з вулиці, вона повинна вимити руки. Перш ніж батьки прочитають дитині казку на ніч, вона повинна скупатися.

Згодом дитина звикне до цих правил і буде їх виконувати.

Перетворіть домашні

правила й обов'язки на гру. Якщо

дитина відмовляється щось робити - перетворіть це на гру. Тра і

гумор - чудові

способи розвинути в дитині відповідальність, однак батьки часто забувають про

це. Наприклад, якщо дитина не хоче самотійно взуватися перед тим, як йти в

дитячий садок, грайте з нею в магазин взуття. Говоріть з дитиною, як з

покупцем: «Здрастуйте. У нас є чудова пара взуття для вас. Чи не хочете

приміряти?» Ймовірно, це сподобається дитині, і вона охоче буде взуватися сама.

Попереджайте дитину, коли

щось зміниться в порядку. Якщо

дитина впадає в істерику щоразу, коли ви говорите їй, що пора вимикати

телевізор або закінчувати гру, щоб повечеряти або йти в дитячий садок -

можливо, ви не попередили про це дитину заздалегідь. Вихователі дитячих садків

попереджають дітей, коли час на гру або інше заняття закінчується, щоб вони

закінчили те, чим вони вже займаються. Робіть так само і вдома.

Якщо вам

потрібно вийти з дому о 8.30. ранку, попередьте дитину в 8.15, що у неї є ще 5 хвилин на гру. Потім вона повинна придбати свої іграшки. Встановіть будильник, щоб дитина знала, коли закінчиться її час.

Використовуйте винагороди, але розумно. Якщо дитина за всі свої дії отримує винагороду, вона не дізнається справжніх причин, чому вона їх виконує. Тому варто винагороджувати дитину за нові досягнення (наприклад, за те, що вона привчиться сідати на горщик), але не варто винагороджувати її за повсякденні дії (наприклад, за те, що вона одягнулась або почистила зуби).

Давайте дитині вибір. Наприклад, якщо трирічна дитина відмовляється сідати за обідній стіл, запропонуйте їй вибір: пообідати за столом разом з усіма і отримати десерт або відмовитися і залишитися без десерту.

Спочатку дитина може зробити неправильний вибір. Але в результаті вона сяде за стіл, бо побачить, що неправильний вибір не дає їй бажаного результату. Однак, коли ви даєте дитині вибір, переконайтеся, що один з варіантів менш привабливий для дитини.

Не використовуйте слово «якщо».

Товоріть з дитиною мовою, яка передбачає співпрацю. Наприклад, коли ви говорите дитині: «Якщо ти зараз складеш іграшки, ми підемо в парк», це передбачає, що, можливо, дитина не стане прибирати іграшки. Замість цього скажіть дитині: «Коли ти складеш іграшки, ми підемо в парк».

Поставте гру на перше місце. Багато

вихователів стверджують, що сьогодні діти менш здатні виявляти творчість у грі, ніж кілька років тому. Це відбувається тому, що більшу частину дня діти знаходяться під контролем дорослих.

Дозволяйте дитині гратися самій. Ви не

повинні цілодобово її розважати. Дозвольте їй іноді нудьгувати, але так вона

сама навчиться розважати себе. Переконайтеся, що у неї під рукою є папір,

фломастери, фарби, пластилін та інші речі, необхідні для гри.

Включайте музику, коли

дитина виконує завдання. Це

підніме дитині настрій і зробить заняття, які можуть здатися дитині нудними,

веселішими. Також ви можете використовувати музику для того, щоб мотивувати

дитину. Запитайте її: «Чи зможеш ти одягнутися до того, як закінчиться пісня?»

Заохочуйте командну роботу. Якщо у вас двоє дітей і вони б'ються через

іграшки, встановіть таймер на п'ять хвилин. Скажіть дітям, що вони можуть гратися іграшкою по черзі. Почувши сигнал таймера, одна дитина повинна передати іграшку іншій.

Дозвольте дитині самій залагоджувати дрібні конфлікти. Якщо ви бачите, як діти на майданчику або в дитячому садку сваряться, дозвольте їм

самим залагодити сварку, якщо вона не переростає в бійку. Дитина повинна

навчитися сама залагоджувати дрібні конфлікти. Ви не зможете завжди бути поруч, щоб робити це за неї.

Привчання до дисципліни

Напевно, всі батьки хоча б раз у житті ставили дитину в куток. Вихователі в дитячих садах не роблять цього. Як же їм вдається

привчати дітей до дисципліни?

Постарайтеся відволікти

дитину. Якщо дитина стрибає на дивані або розкидає іграшки по кімнаті, просто відволічіть

її. Запропонуйте їй разом помалювати або почитати книжку.

Запобігайте істерикам

дитини при розлущі. Якщо

дитина впадає в істерику, коли ви залишаєте її в дитячому садку, дайте їй

якийсь предмет, який нагадуватиме їй про вас (наприклад, ваша фотографія або

сердечко, вирізане з паперу). Дотик до чогось матеріального допоможе дитині

впоратися з тривогою й істерикою.

Надайте дитині можливість

виправляти свої помилки. Якщо

ви бачите, що дитина малює фломастером на стінах, дайте їй

ганчірку і миючий

засіб і запропонуйте змити намальоване. Якщо вона перекинула везку

з кубиків,

яку побудувала інша дитина, запропонуйте їй побудувати її заново.

Не відкладайте покарання. Якщо ви караєте дитину за погану

поведінку -

робіть це відразу ж, коли вона зробить поганий вчинок. Іноді батьки

говорять

дитині: «Почекай, ось повернемося додому...». Але до того моменту,

коли вони повернуться

додому, дитина вже забуде про інцидент. Якщо ви відкладаєте

судотний похід в

зоопарк через те, що вона погано поводитись у четвер - це не вирішить

проблему.

Відкладене покарання буде здаватися дитині незаслуженим.