
Консультация для родителей.
Четыре заповеди мудрого родителя



Ребёнка нужно не просто любить, этого мало. Его нужно уважать и видеть в нём личность. Не забывайте также о том, что воспитание – процесс «долгоиграющий», мгновенных результатов ждать не приходится. Если малыш не оправдывает ваших ожиданий, не кипятитесь. Спокойно подумайте, что вы можете сделать, чтобы ситуация со временем изменилась.

1. Не пытайтесь сделать из ребёнка самого-самого.

Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо всё знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Никогда не говорите: «Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?!» или «Я в твои годы на турнике 20 раз отжимался, а ты – тюфяк тюфяком». Зато ваш Вася клеит бумажные кораблики, «сечёт» в компьютере. Наверняка найдётся хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!

2. Не сравнивайте вслух ребёнка с другими детьми.

Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Ведь вас самих сообщение о том, что президент Уганды (ваш ровесник, между прочим) награждён очередным орденом, не переполняет стыдом и обидой? Если разговор о том, что «Мишенька из 2 подъезда непревзойдённо играет на скрипочке», происходит в присутствии вашего ребёнка, а в ответ похвалиться нечем – лучше всё равно что-нибудь скажите.

3. Перестаньте шантажировать.

Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: «Вот я старалась, а ты...», «Я тебя растила, а ты...». Это, уважаемые родители, на языке Уголовного кодекса называется шантаж. Самая несчастная из всех попыток устыдить. И самая неэффективная. На подобные фразы 99% детей отвечают: «А я тебя рожать меня не просил!»

4. Избегайте свидетелей.

Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску (ребёнок нахамил старику, устроил истерику в магазине), нужно твёрдо и решительно увести его с места происшествия. Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните почему так делать нельзя. Вот тут малыша призывать к стыду вполне уместно.

Главное – не забывать, что у всего должна быть мера.

Четыре заповеди мудрого родителя

Ребёнка нужно не просто любить, этого мало. Его нужно уважать и видеть в нём личность. Не забывайте также о том, что воспитание – процесс "долгоиграющий", мгновенных результатов ждать не приходится. Если малыш не оправдывает ваших ожиданий, не кипятитесь. Спокойно подумайте, что вы можете сделать, чтобы ситуация со временем изменилась.

1. Не пытайтесь сделать из ребёнка самого-самого.

Так не бывает, чтобы человек одинаково хорошо всё знал и умел. Даже самые взрослые и мудрые на это не способны. Никогда не говорите: "Вот Маша в 4 года уже читает, а ты?!" или "Я в твои годы на турнике 20 раз отжимался, а ты – тюфяк тюфяком". Зато ваш Вася клеит бумажные кораблики, "сечёт" в компьютере. Наверняка найдётся хоть одно дело, с которым он справляется лучше других. Так похвалите его за то, что он знает и умеет, и никогда не ругайте за то, что умеют другие!

2. Не сравнивайте вслух ребёнка с другими детьми.

Воспринимайте рассказ об успехах чужих детей просто как информацию. Ведь вас самих сообщение о том, что президент Уганды (ваш ровесник, между прочим) награждён очередным орденом, не переполняет стыдом и обидой? Если разговор о том, что "Мишенька из 2 подъезда непревзойдённо играет на скрипочке", происходит в присутствии вашего ребёнка, а в ответ похвалиться нечем – лучше всё равно что-нибудь скажите.

3. Перестаньте шантажировать. Навсегда исключите из своего словаря такие фразы: "Вот я старалась, а ты...", "Я тебя растила, а ты...". Это, уважаемые родители, на языке Уголовного кодекса называется шантаж. Самая несчастная из всех попыток устыдить. И самая неэффективная. На подобные фразы 99% детей отвечают: "А я тебя рожать меня не просил!".

4. Избегайте свидетелей.

Если действительно возникает ситуация, ввергающая вас в краску (ребёнок нахамил старику, устроил истерику в магазине), нужно твёрдо и решительно увести его с места происшествия. Чувство собственного достоинства присуще не только взрослым, поэтому очень важно, чтобы разговор состоялся без свидетелей. После этого спокойно объясните, почему так делать нельзя. Вот тут малыша призывать к стыду вполне уместно.

Главное – не забывать, что у всего должна быть мера.

7 правил наказания

(из книги В. Леви "Нестандартный ребенок")

1. Наказание не должно вредить здоровью: ни физическому, ни психическому.

2. Если есть сомнение: наказывать или нет, то лучше не наказывать. Даже если уже поняли, что слишком мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», никаких «на всякий случай»!

3. За один раз – одно. Даже если проступков совершено необозримое множество, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не по одиночке за каждый. Наказание - не за счет любви. Чтобы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы.

4. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Иные чересчур последовательные воспитатели ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные спустя месяц, а то и год (что – то испортил, стащил, напакостил), забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения. Риск внушить ребенку мысль о возможной безнаказанности не так страшен, как риск задержки душевного развития.

5. Наказан - прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начать жизнь сначала!

6. Без унижения. Что бы ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение.

Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание действует только в обратную сторону!

7. Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен бояться, не гнева нашего, а нашего огорчения. Запомните!

При дефиците любви становится наказанием сама жизнь, и тогда наказание ищется как последний шанс на любовь.

Жестокое обращение с детьми: что это такое?

Жестокое обращение с детьми – это не только побои, нанесение ран, сексуальные домогательства и другие способы, которыми взрослые люди калечат ребёнка. Это унижение, издевательства, различные формы пренебрежения, которые ранят детскую душу.

Пренебрежение может выражаться в том, что родители не обеспечивают ребёнка необходимым количеством пищи, одежды, сна, гигиенического ухода. Кроме того, пренебрежение проявляется в недостатке со стороны родителей уважения, внимания, ласки, тепла.

Жестокое обращение с детьми (несовершеннолетними гражданами, от рождения до 18 лет) включает в себя любую форму плохого обращения, допускаемого родителями (другими членами семьи), опекунами, попечителями, педагогами, воспитателями, представителями органов правопорядка.

Четыре основные формы жестокого обращения с детьми:

- Физическое насилие – преднамеренное нанесение физических повреждений.
- Сексуальное насилие (или развращение) - вовлечение ребёнка с его согласия и без такого в сексуальные действия со взрослыми с целью получения последними удовлетворения или выгоды.
- Психическое (эмоциональное) насилие - периодическое, длительное или постоянное психическое воздействие на ребёнка, тормозящее развитие личности и приводящее к формированию патологических черт характера.

К психической форме насилия относятся:

- открытое неприятие и постоянная критика ребёнка
- угрозы в адрес ребёнка в словесной форме
- замечания, высказанные в оскорбительной форме, унижающие достоинство ребёнка
- преднамеренная физическая или социальная изоляция ребёнка
- ложь и невыполнение взрослыми своих обещаний
- однократное грубое психическое воздействие, вызывающее у ребёнка психическую травму.
- Пренебрежение нуждами ребёнка – это отсутствие элементарной заботы о ребёнке, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние и появляется угроза его здоровью или развитию.

К пренебрежению элементарными нуждами ребёнка относятся: отсутствие адекватных возрасту и потребностям ребёнка питания, одежды, жилья, образования, медицинской помощи, отсутствие должного внимания и заботы, в результате чего ребёнок может стать жертвой несчастного случая.

Как накормить ребенка.

ВОПРОС.

Моей дочке 2 года 6 месяцев. Накормить наше чадо просто невозможно. Во время кормления мы читаем книжки, включаем мультфильмы, рассказываем сказки, бегаем за ней с ложкой супа, ожидая момента, когда она откроет рот.

Посоветуйте, что делать? Как заставить ребенка есть?

Ответ. М.В.Браткова , кандидат педагогических наук.

Необходимо строго придерживаться режима дня: время кормления и дневного сна должно быть всегда одинаковым, в одни и те же часы. Нежелательно сразу же после сна предлагать малышу есть, лучше это сделать спустя 20-30 минут. Аппетит ребенка будет лучше, если перед едой погулять с ним.

Не советуем во время еды читать книжку, показывать мультфильмы и т.д.: это оказывает отрицательное влияние на процесс пищеварения. Лучше, если вы организуете трапезу за общим столом в качестве одного из способов семейного единения. Доверьте малышу помочь вам накрыть на стол, поделитесь со всеми членами семьи о достоинствах того или иного блюда, его полезности и т.д., подчеркните важность того, что ребенок делал (посоветовал, что приготовить, помешал кашу, протер стол, помог накрыть на стол, передал соль, будет помогать убирать посуду и т.д.).

Если ребенок съел очень мало либо совсем отказался от еды, не заставляйте, не ругайте.

Скажите: "Ты наелся? Больше не будешь? Хорошо, выходи из-за стола, иди играй. Ты почти ничего не ел, поэтому ни конфет, ни печенья не получи – ничего вкусного я тебе до обеда не дам." И до обеда действительно ничего не давайте малышу, даже сок, кефир и другие напитки (кроме воды), так как они отбивают аппетит. Помните, надо набраться терпения и выдержать натиск ребенка – на все его просьбы и мольбы отвечайте: "Нет, терпи до обеда!".

Так же советуем при необходимости вести себя и во время обеда, и во время ужина. Будьте последовательны и терпеливы. Все сладкое и вкусное после еды, потом перерыв. Надеемся. Что время для вхождения в режим питания понадобится вашему ребенку немного, но для каждого оно свое.

Как вести себя в магазине игрушек.

Вопрос.

Моему сыну 3 года. Его детская комната – это склад игрушек. Мы не проходим мимо ни одного детского магазина. Если я отказываюсь от покупок, он начинает реветь, орать, может упасть на пол. Посоветуйте, как мне быть.

Ответ. М.В.Браткова , кандидат педагогических наук.

В отсутствие ребенка уберите половину игрушек. Оставьте только самые любимые. Проследите, чтобы у него были следующие игрушки: большой грузовик, маленькие машинки, детский деревянный конструктор, сюжетные игрушки (мишка, зайка, кукла), детская посуда, мебель, набор овощей. Они понадобятся для самостоятельной игры.

Желательно, как можно чаще играть со своим ребенком. Вашему малышу 3 года, а значит, ему уже интересны сюжетные игры. Играйте с ним в игры «Автосервис», «Зоопарк», «Доктор», «В гостях у сказочного персонажа» и др. Помогите малышу организовать игру, подобрать к ней атрибуты, включайте предметы-заместители, усложняйте содержание игры. Все это поможет вам стать для малыша другом и равноправным партнером, построить мостик к взаимопониманию и доверию.

Вам необходимо перестроить свое отношение к поведению ребенка. Желательно не заходить в магазин детских товаров, если вы не намерены что-либо ему покупать. Если же все-таки малыш умоляет вас зайти в магазин, сразу же скажите ему, что вы ничего покупать не будете. Объясните причину: нет денег, такая игрушка уже есть и др. Главное, будьте последовательны, держите свое слово. Если ребенок начнет орать, упадет на пол, возьмите его, выведите из магазина, напомните: вы ведь договаривались, что ничего не купите. Скажите: что вам стыдно за его поведение, он нехорошо вел себя, вы расстроились. Конечно, так поступать вам придется не один раз до тех пор, пока ребенок не уяснит: мама тверда и последовательна в своем решении и его шумное поведение не приведет к желаемой цели. Вместе с осознанием необходимых правил поведения к мальчику придет и понимание ценности той или иной покупки, радости от приобретения новой игрушки, бережное отношение к ним.

Какие игрушки покупать ребенку.

Вопрос.

Какие игрушки покупать ребенку? Дочери 2 года 2 месяца.

Ответ. М.В. Браткова, кандидат педагогических наук.

Вашу дочку в этом возрасте должны интересовать самые разнообразные предметы, игрушки и способы действия с ними. Известно, что в раннем возрасте ведущая деятельность – предметная: именно в ней перестраиваются основные психические процессы и изменяются психологические особенности личности. В процессе овладения способами действия с тем или иным предметом развивается память, восприятие, внимание, речь ребенка.

Какие же предметы должны быть у ребенка?

- Народные дидактические игрушки: матрешки, пирамидки, деревянные ложки, сборно-разборные игрушки;
- Природный материал (фасоль, чечевица, горох, желуди и т.д.), который можно пересыпать в кастрюлю (в банку, бутылку) различными предметами-орудиями: ложкой, половником, ковшиком и т.д.; кормить куклу, мишку, зайку и т.д.;
- Звучащие игрушки;
- Игрушки-персонажи сказок "Репка", "Курочка Ряба", "Теремок" и др.;
- Сюжетные комплекты: детская плита с набором посуды, модель квартиры с набором мебели и игрушками-людьми, модель домика и семьи, атрибуты к играм "Доктор", "Водитель", "Магазин", "Аптека" и др.;
- Большая кукла с набором одежды;
- Игры-лото;
- Предметы для формирования соотносящихся действий: пирамидки, стаканчики-пирамидки, наборы колец, кастрюли, банки, коробки, разные по размеру и фактуре, крышки к ним, катушки с тесемками, конструкторы, деревянные доски-пазлы. Наборы для нанизывания шариков на палку и др.;

Предметы для формирования орудийных действий: предметы-орудия и вспомогательные средства (совок, ложки, тарелки, ленточки, молоточки, удочки, палочки и др.);

Развитие предметной деятельности происходит при активном участии близких людей, в совместной со взрослыми деятельности, поэтому с этими игрушками-предметами советуем играть вместе с ребенком.

Для повседневных игр можно предложить малышам следующие предметы-игрушки: большой и маленький грузовики, сюжетные игрушки (мишка, зайка); набор "Строитель"; наборы посуды, овощей, фруктов, весы, касса.

Эти игрушки помогут ребенку самостоятельно поиграть с куклой (повозить на машине, покормить, уложить спать), построить гараж, поиграть в игру "Гости", "Магазин".

При подборе игрушек помните: одна игрушка должна использоваться в различных играх. Например, дощечка с цветными вставными грибочками поможет не только сформировать у малыша соотносящиеся действия (нанизывание грибочков), но и при рассказывании сказки "Три медведя" воссоздать атмосферу леса, а также будет полезной при кормлении ежика и окажется незаменимой при формировании восприятия цвета и т.д. Все зависит от вашей фантазии.

Играйте с малышом! И пусть игра приносит радость ему и вам!

Как приучить ребенка убирать игрушки.

ВОПРОС.

Моему ребенку 2 года. У него много игрушек., но он не умеет с ними играть. Ломает, разбрасывает, отказывается убирать их в игровом уголке. Что делать?

ОТВЕТ. А.В. Закрепина, кандидат педагогических наук.

Все связанное с уборкой игрушек, послушанием – это проблемы организации деятельности ребенка. Она сама по себе не формируется – только с помощью взрослого.

Попробуйте следующие приемы:

Прежде всего наведите порядок в игровом уголке. Помните, игрушек не должно быть много, они должны соответствовать возрасту ребенка и обладать определенными качественными характеристиками (яркие, легкие, удобные, из натуральных материалов и др.). Можно разделить их на два комплекта: один для игр –занятий с мамой и другими членами семьи; другой для свободной самостоятельной игры ребенка.

Игрушки для занятий используются в специально отведенное для них время, к другому комплекту ребенок должен иметь доступ в любое время. Наборы игрушек следует пополнять, а малыша необходимо учить убирать их на место после занятий и после свободных игр. Можно, играя, одновременно наводить порядок в игровом уголке, например, в ходе игр "Поможем Петрушке убрать игрушки", "Кто спрятался", "Идем в гости" и др.

Организуйте совместные мини-игры (5-10 минут). Их цель – вызвать интерес ребенка к игрушке, а также игровым действиям, которые можно выполнять с ней: например, машинку катить, в барабан стучать, из кубиков строить башню, куклу катать на машинке, зайку кормить.

Используйте сюрпризные моменты: спрячьте игрушку в яркую коробку или корзинку, а затем предложите поиграть с ней (стучать, возить, нажимать кнопки, мешать кашу).

Увлекайте ребенка рассказом об игрушке, используйте кукол в виде помощников. Придумайте сами игры "Помоги Зайке стучать в барабан", "Построим домик для Мишки", "Строим гараж для машины", "Покатаем куклу".

После игры похвалите ребенка; переключите на другой вид деятельности (собираемся на прогулку, готовимся к обеду, рассматриваем картинки в книжке и читаем ее и др.)

Исследуйте осанку своего ребенка.

Вот несколько самых простых приемов визуальной диагностики, помогающих заметить асимметричность осанки.

Попросите ребенка встать прямо, но не напряженно. Желательно, чтоб он был обнажен полностью. Встаньте в нескольких шагах за его спиной.

Попробуйте определить на глаз, симметричны ли:

1. Плечи – по высоте, по форме контура;
2. Лопатки – по высоте и расстоянию от позвоночника;
3. «Треугольники талии» (образованы контурами тела и опущенных рук);
4. Ягодицы – вертикальна ли межъягодичная складка, на одной ли высоте складки под ягодицами.

Асимметрия свидетельствует о нарушении осанки.

Затем попросите ребенка стоять как можно прямее, как солдат по команде «смирно». За счет напряжения мышц позвоночник может выпрямиться, и асимметрия исчезнет. Если же асимметрия не исчезнет при попытке выпрямиться, нужно заподозрить, что причина ее – не нарушение осанки, а сколиоз- искривление позвоночника. При асимметричной осанке форма позвонков и межпозвонковых дисков не изменена, поэтому мышечным усилием ребенок может выпрямить позвоночник, а при сколиозе позвонки в процессе роста в условиях асимметричной нагрузки приобретают асимметричную форму, поэтому усилием мышц полностью выпрямить позвоночник не удастся.

Визуально отличить начальную стадию сколиоза от асимметричной осанки иногда бывает сложно даже врачу. Для точной постановки диагноза необходима компьютерно-оптическая диагностика.

Если Вы заметили, что у ребенка асимметричная осанка, срочно обратитесь к врачу!

Какой должна быть мебель для ребенка?

Важно выработать у детей привычку сидеть с прямой спиной. Такая задача имеет решение лишь при одном условии: ребенку должно быть удобно.

Для этого высота мебели должна соответствовать росту ребенка.

Высота сиденья стула определяется расстоянием от пола до оси вращения коленного сустава, **высота столешницы** – на 1-2 см выше уровня локтевого отростка свободно опущенной руки сидящего ребенка.

Важно соблюдать **отрицательную дистанцию** сиденья, когда сиденье стула частично заходит под поверхность стола. Это позволяет удобно положить предплечья на стол и приблизить объект рассмотрения к глазам. При работе с книгой желателен использовать подставку.

Если в силу внешних или внутренних причин у ребенка уже появились проблемы с осанкой, рекомендуется использовать более комфортную посадку при работе сидя. Для этого на сиденье стула, на столешницу и под стопы устанавливают **специальные подставки** (обязательна консультация врача). Такая посадка позволяет разгрузить поясничный отдел позвоночника, сохранить физиологические изгибы позвоночника в положении сидя, избежать перенапряжения зрения, вследствие сокращения расстояния от глаз до поверхности стола.

Отрицательное влияние на формирование осанки оказывает неправильное **положение во время сна**. С гигиенической точки зрения спать следует на полужесткой постели. Постель должна держать вес ребенка, не проваливаться под ним. Желательно использовать небольшие плоские подушки.

Какой должна быть детская обувь?

1. Она должна соответствовать форме, размеру, стопы и иметь в носочной части припуск 5-7 мм, учитывающий увеличение длины стопы за счет ее естественного прироста и во время ходьбы. Недопустима зауженность в носочной части, поскольку это приводит к деформации большого пальца, его отклонению наружу.

При ношении чрезмерно свободной обуви могут появиться потертости и мозоли.

2. Подошва должна быть гибкой. Гибкость считается достаточной, если угол составляет 25 градусов. Подошва не должна быть высокой и слишком мягкой (как в чеш-ках).

3. Обязательно должен быть каблук, его высота не должна превышать 5-10 мм. Такой каблук увеличивает свод стопы, ее рессорность.

4. В профилактике деформации стопы особое значение имеет наличие фиксированного задника, который позволяет прочно удерживать пяточную кость и предотвращает ее отклонение наружу. Деформация пяточной кости нарушает устойчивость голеностопного сустава, формирует болевой синдром, а впоследствии приводит к плоскостопию.

5. Наряду с фиксированным задником обувь должна обеспечивать прочную фиксацию в носочной части. Открытый носок в летних туфлях, часто используемой в качестве сменной обуви, приводит к неустойчивому положению стопы.

6. Прочная фиксация стопы в обуви обеспечивается также соответствующими креплениями. Их отсутствие может привести к ослаблению мышц и, как следствие, снижению свода стопы и деформации пальцев.

7. Не должно происходить перегрева стопы, обувь должна иметь хорошую вентиляцию (переплетение ремешков, дополнительные "окошки").

Таким образом, профилактическая сменная обувь для детей дошкольного возраста должна соответствовать форме и размеру стопы (недопустимо носить обувь с зауженной носочной частью); иметь достаточно гибкую (но не мягкую), невысокую подошву, каблук высотой 5-10 мм, фиксированный задник для обеспечения прочной фиксации пяточной кости, закрытую носочную часть и крепления для прочной фиксации стопы.