



Бюджетное учреждение
Ханты-Мансийского автономного
округа – Югры
«Мегионский комплексный
центр социального обслуживания
населения»



«Памятка для родителей воспитывающих детей в возрасте от 0 до 3 лет»

Наш адрес:

628680, Ханты-Мансийский автономный округ – Югра,
г. Мегион, Проспект Победы, д. 9/3,
Телефон/факс: 8(34643)2-00-72
E-mail: Megkcson@admhmao.ru

Составитель: психолог Е.А. Шуригина

Тираж: 50 экз.



г. Мегион

2021 г.

Ранний возраст – важнейший период жизни человека для формирования фундаментальных способностей, определяющих дальнейшее его развитие. В этот период складываются такие ключевые качества, как познавательная активность, доверие к миру, уверенность в себе, доброжелательное отношение к людям, творческие возможности, общая жизненная активность. Истоки многих проблем, с которыми сталкиваются родители и педагоги (сниженная познавательная активность, нарушения в общении, замкнутость и повышенная застенчивость, или напротив, агрессивность и гиперактивность детей и пр.), следует искать в раннем детстве. В настоящее время у подавляющего большинства детей раннее детство проходит в семье, что способствует их нормальному психическому развитию и хорошему эмоциональному самочувствию. Однако далеко не все родители понимают возрастные особенности детей до 3 лет и умеют найти адекватные педагогические воздействия. В большинстве семей сохраняются представления о раннем возрасте как о периоде физиологического созревания и физического развития. Считается, что психическое развитие начинается после 3 лет. В результате внимание родителей сосредоточено на физическом здоровье малыша и ограничено гигиеническим уходом и предоставлением ему множества игрушек. В других семьях, напротив, переоцениваются возможности двухлетнего малыша: его начинают учить и воспитывать так же, как ребенка 5-7 лет. В обоих случаях игнорируются возрастные особенности детей, что может привести к весьма печальным последствиям. Нарастание тревожных проблем, связанных с психическим здоровьем и развитием детей, являются прямым следствием такого подхода родителей.

Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
- 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 упрямее девочек.
- Девочки капризничают чаще.
- Если дети по достижении 4-х лет все еще продолжают часто упрямиться и капризничать, то есть опасность фиксации упрямства, истеричности, как удобных способов манипулирования своими родителями. Не поддавайтесь нажиму ради своего спокойствия. - В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых до 19!

Что могут сделать родители

- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.
- Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как данность.
- Не пытайтесь во время приступа что-то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругать не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат!
- Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно- взять его за руку и увести.
- Будьте настойчивы в поведении с ребенком. Если вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
- Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-я-яй!».

Ребенку только это и нужно.

Советы по организации игры с малышом от 0 до 3 месяцев:

- Как можно чаще смотрите на малыша и разговаривайте с ним. Особенно это необходимо во время кормления. Ничто так не стимулирует его, как лица людей и их голоса. Старайтесь находиться на расстоянии приблизительно 25 – 30 см. от лица ребенка, чтобы он мог четко вас видеть. Он любит, чтобы вы пели ему колыбельные, когда он лежит в своей кроватке.
- Чаще держите малыша на руках, ритмично покачивая его. Благодаря этому, он будет чувствовать себя так же комфортно, как в лоне матери.
- После купания делайте малышу массаж всего тела с маслом. Каждый раз при смене подгузников сгибайте его ручки и ножки.
- Предлагайте ему то, что будет стимулировать его жажду познания: смотреть, слушать, обонять и осязать.
- Много улыбайтесь малышу. Со второго месяца начните слегка щекотать его. Сначала ваш ребенок будет улыбаться, только когда ему хорошо, но к концу третьего месяца он начнет улыбаться уже при виде вашей улыбки.

Советы по организации игры с малышом от 3-6 месяцев:

- Говорите с ним много и медленно. Время от времени меняйте тон голоса и выдерживайте паузы, чтобы малыш мог выразить свою реакцию. Это поможет маленькому развить свои речевые навыки.
- Используйте момент переодевания, чтобы сделать гимнастику для рук и ног малыша. Помогите ему перевернуться на живот или на спину.
- Каждый день ненадолго кладите его на игровой коврик или на пол. Здесь малыш сможет играть с различными фигурками, пытаясь

дотронуться до них ножками. Кладите его на живот, чтобы малыш пытался поднимать голову и смотреть на фигурки - это поможет укрепить мышцы шеи.

- Поглаживайте его и слегка щекочите.

- Поощряйте стремление ребенка к познанию предметов путем прикосновения; давайте ему потрогать предметы разной текстуры: твердые, мягкие, грубые, холодные, теплые...

- Продолжайте стимулировать его органы чувств с помощью разных цветов, звуков...

Советы по организации игры от 12 до 24 месяцев:

- Играйте в прятки, поскольку это лучше всего стимулирует развитие ребенка на данном этапе. Он приходит в восторг, когда люди исчезают и вновь появляются.

- Играйте в игры с куклами. Подбирайте ему говорящие и подвижные игрушки. Разыгрывайте небольшие представления, побуждающие ребенка говорить.

- Давайте ребенку барабаны, музыкальные шкатулки и простые музыкальные инструменты. Ему нравится бить в барабан – это дает выход его энергии. Музыка побуждает ребенка танцевать и кружиться.

- Познакомьте вашего ребенка с миром книг и сказок. Ему понравится слушать их и переворачивать страницы. Книжки-раскладушки с клееными окошками и сюрпризами окажут более сильное впечатление. Чтение книг и сказок должно быть регулярным, поскольку для ребенка это магический момент, который укрепит ваши взаимоотношения и поможет ему расслабиться.

- Дайте ребенку кисти и краски для рисования и наклейки для развития его творческих способностей.

Примерный перечень игрушек, развивающих материалов для детей от года до трех лет:

12-18 месяцев

- Условно-образные игрушки: куклы и игрушечные животные, сделанные из мягких материалов;
- игрушки размером от 15 до 30 см.;
- плавающие игрушки (рыбки, утята), куклы голыши для игр с водой;
- фигурки кукол и животных из пластмассы, резины, дерева размером 10-15 см. для игр с песком, водой, строительным материалом;
- одна - две куклы в красочной одежде (они могут быть заводными), а также несколько персонажей кукольного театра (кошка, петушок, собачка) для инсценировок;
- игрушки, изображающие знакомые предметы быта: игрушечная мебель;
- игрушечная посуда и мебель, по размеру близкие к настоящей детской мебели и посуде, должны быть легкими;
- технические игрушки для совершенствования ходьбы, двигательных умений: устойчивые кукольные коляски, машины с кузовом, заводные машины, тележки, строительные наборы;
- пастель, мелки, карандаши, фломастеры;
- наборы кубиков, блоков для конструирования (разных по цвету и величине);
- набор форм, вставляющихся друг в друга; матрешка;
- тамбурин;
- барабан, свисток, дудочка;
- книжки с картинками, книжки с короткими стихотворениями для детей.

- «почтовый ящик», лучше с прозрачными стенками (коробка или ведерко с крышкой, имеющие отверстия различной формы и соответствующие им вкладыши).

- составные игрушки из 2 – 3 частей («Лего»);
- каталка («машина», «лошадка»);
- подвижная игрушка на колесиках («Бабочка») на шесте или на веревочке.

18 – 24 месяца

- Пирамидка из трех видов разных по размеру колец (два больших, два поменьше, два маленьких), а затем из пяти уменьшающихся по величине колец;
- игрушки-вкладыши: нарядные матрешки, яйца, коробки, корзинки;
- кукла подвижная, детализированная – от этого она становится более похожей на человека;
- кукла из мягкой пластмассы, а лучше из ткани в простой неснимающейся одежде, размером от 10 до 35 см.;
- фигурки из разных материалов длиной от 7 до 15 см. из резины, пластмассы, дерева;
- игрушечные животные (мишка, ежик, заяц);
- игрушки, изображающие предметы быта, в том числе мебель;
- постельные принадлежности;
- технические игрушки: автобус, трамвай, заводные машины, машины с сиденьями, лошадки с седлами, санки;
- игрушки, заменяющие хорошо знакомые ребенку предметы: деревянные или пластмассовые кружочки, колечки диаметром 3-5 см., легкие безопасные бруски, дощечки разной формы и разного размера, полоски картона, конфеты, яблоки;
- деревянные кубики с понятными ребенку изображениями, картинками;

- настольно-печатные игры типа разрезных картинок (пазлы) из 2 -3 частей;
- парные картинки, лото;
- набор для нанизывания («Бусы»);
- кисти, краски (нетоксичные);
- пластилин и др. материалы для лепки.
- кегли.
- сказки («Репка», «Теремок»), хрестоматия для детей от 2 – 4 лет;
- игрушечный набор «Семья»;
- наборы для ролевой игры («Инструменты», «Доктор», «Кухня», «Парикмахерская» и др.);
- набор для игры с песком.

24-36 месяцев

- Сюжетно-образные игрушки: куклы, одежда кукол по сезону; предметы для занятий с ними, машинки, игрушечные животные с детенышами («Лото», «Найди маму»);
- игрушки, которые наталкивают детей на отображение впечатлений, полученных в жизни;
- игрушечный домик;
- разрезные картинки (пазлы) из 4 частей;
- игрушечные часы;
- куклы для театра;
- наряды для маскарада;
- лото: «Овощи», «Фрукты», «Посуда», «Мебель», «Одежда», «Транспорт», «Животные»;
- составные игрушки из 3 и более частей;
- губная гармошка;
- детские ножницы с тупыми концами;
- игрушечный клавесин;
- трехколесный велосипед.

С ребенком надо обращаться ровно и спокойно.

Детям легко передается настроение родителей. Громкий, сердитый окрик ребенка отцом или матерью быстро возбуждают его - проявляются слезы, малыш начинает капризничать. Резкие движения, «дергание» ребенка при одевании, умывании или укладывании спать приводят к тому, что он отказывается выполнять поручения взрослых, становится раздражительным. Вот почему родителям в любой ситуации необходимо сохранять ровное и спокойное отношение к ребенку, избегать «эмоциональных срывов», раздражительного тона и т.д. У вас уже накоплен определенный опыт воспитания ребенка. Знаете, как его покормить, как уложить спать, как успокоить, развлечь и т.д. Ребенок легче приспосабливается к окружающей обстановке, если родители применяют привычные для него способы обращения с ним. Любое изменение знакомых воспитательных приемов или применение новых, пока что малопонятных для ребенка правил, нарушает его привычки и вызывает неуравновешенность поведения. Например, ребенок привык ложиться спать в коляске на улице. Попробуйте уложить его в это же время дома, в кровати – вы испытаете определенные трудности. Или ребенок привык есть, сидя за своим столиком, а теперь вы захотели накормить его, посадив к себе на колени, - скорее всего малыш откажется от еды. Изменения в методику воспитания можно вносить лишь в соответствии с возрастом ребенка, когда необходимо предъявлять новые требования. самостоятельно есть, самостоятельно раздеваться и др. В таком случае изменения воспитательных прием не вызовут нежелательных сдвигов в поведении, поскольку они вносятся на базе приобретаемых, новых умений ребенка. Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка!», «А что это там за окном ворона делает?». Подобные маневры заинтересуют и отвлекут.