



Наш адрес:

628680, Ханты-Мансийский автономный округ — Югра,
г. Мегион, улица Дружбы, 6А,

Телефон: 8 (34643) 2-00-72

E-mail: Megkcsn@admhmao.ru

Составитель: Ибирова Ниярханум Аминовна

(психолог отделения социальной реабилитации и абилитации детей с ограниченными возможностями)

Тираж 20 экз., дата выпуска 01.07.2025г.



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



Отделение социальной реабилитации и абилитации детей с
ограниченными возможностями

ПАМЯТКА

*«Для родителей воспитывающих детей
в возрасте от 0 до 3 лет»*



г. Мегион, 2025 год.

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 гиперреактивность 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 вклеенными 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;

- постель, 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 не снимающейся 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, заяка);

- 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 клавишник;
- 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», SSL, 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.

