

Методические рекомендации педагога дополнительного образования

Лукьяновой Елены Александровны

по теме:

«20 ИГР

ДЛЯ РАЗВИТИЯ МЕЛКОЙ МОТОРИКИ У ДЕТЕЙ»

В этой статье я опишу игры для развития мелкой моторики у маленьких деток. Эти 20 игр простые для взрослого, но деткам до 2-3 лет они часто даются с трудом. А для малышей до года и подавно являются настоящей головоломкой.

Развитие мелкой моторики очень важно для полноценного развития мозга. Благодаря действиям и играм на развитие мелкой моторики ребёнок развивает координацию движений, учится управлять своим телом, концентрировать внимание на предметах. Никто не даст 100% гарантии, что только благодаря постоянной стимуляции пальчиков ребёнок рано заговорит или вырастет вундеркиндом. Но развитие моторики рук – это одно из простых и эффективных развивающих занятий. Особенно это важно для детей с задержкой речевого развития.

20 игр для развития мелкой моторики рук

1. Пожалуй, первое, что могут сделать родители для развития мелкой моторики – это массаж ладоней (и стоп). Новорожденный ещё осознанно не действует ручками, но ладошки всё чувствуют.

Советую приобрести в аптеке массажные шарики в комплекте с двумя металлическими кольцами. Они могут называться: массажер су-джок, массажный каштан. Это пластиковый шарик с не очень острыми шипами. Внутри него специальное пружинное кольцо для массажа пальцев. Стоит такой массажёр около 20-30 рублей. Его катают по ладоням и стопам, кольцо надевают по очереди на каждый палец и тоже прокатывают.



Покажем его и обратно положим».

Можно проиграть с ребёнком историю. «Прибежал ёжик из леса, побегал по ладошке, по ножке и снова в лес убежал». Или «Упал каштан с дерева. Мы его поднимем. Ой, колючий-колючий.

2. Мешочки с крупами. Эта игра тоже доступна совсем маленьким деткам. Надо сделать несколько небольших мешочков из плотной ткани. В них насыпаем разные крупы: гречку, горох, фасоль, пшено. Главное, чтобы мешочек не порвался. Под присмотром взрослого даётся такой мешочек малышу. Он ощупывает его, мнёт. Разные крупы дают разные ощущения.

С детками постарше можно уже пытаться угадать, что за зёрна внутри.

3. Любимые многими пальчиковые игры-забавы. Эти игры помогают снять тонус с ладоней и тоже сопровождаются лёгким массажем. Пожалуй, самая известная игра про сороку:

Сорока-сорока кашу варила,
(варим- мешаем кашу на ладошке)
Деток кормила.
Этому дала, Этому дала,
(массируются пальчики по отдельности)
Этому дала, этому дала,
А этому не дала.
Ты дров не колол? Не колол.
Воду не носил? Не носил.
Мы тебе кашки не дадим.

4. Игры с сыпучими материалами: крупы, зёрна, бобовые, макароны, песок. Тут большой простор для фантазии. Крупу можно просто насыпать в глубокую миску и дать ребёнку порыться в ней, покупать ручки. Можно смешать разные крупы.



Дайте ребёнку 2 миски. В одну насыпьте крупу, а другую оставьте пустой. Ребёнку дайте ложку и предложите с помощью ложки пересыпать крупу из одной миски в другую.

5. Игра с манкой или песком в песочнице. Спрятать в манку фасоль, пуговицы, мелкие игрушки. А затем попросить ребёнка найти. В песочнице тоже можно сначала закопать предмет, а потом его искать. Только песок должен быть сухим и чистым. Также в речном песке бывает много камушков и ракушек. Попробуйте пособирать камушки

в ведёрко на детской площадке, а потом выложить из них рисунок на песке.

6. Вариант игры с манкой – рисуем пальчиком. На поднос насыпать слой манки и попробовать пальцем нарисовать что-нибудь. Для начала мама водит рукой малыша и рисует простые рисунки: фигуры, волнистые и прямые линии. Потом ребёнок сам пробует свои силы.

7. А Вы давали своему малышу играть с шишками? Мы набрали целый пакет сосновых шишек в лесу. Я их высушила и дала дочке поиграть. Эффект наподобие массажёра су-джок из первого пункта. Особенно интересно играть на тему стишка про мишку:

Мишка косолапый
По лесу идёт.
Шишки собирает,
Песенки поёт.
Шишка отскочила
Прямо мишке в лоб.
Мишка рассердился
И ногою – топ!

Дайте ребёнку корзинку или ведёрко и пусть собирает рассыпанные по полу шишки.

8. Полезным занятием, укрепляющим пальчики, является нажимание разных кнопок. Тут помогут различные музыкальные игрушки и книжки с кнопками.

9. Даже кормление птичек на улице развивает детские пальчики. Дети любят крошить хлеб, рассыпать крошки, семечки или зёрна. Пользуйтесь этим. Берите на прогулку семечки или пшено. После не забудьте протереть руки, т.к. на них остаётся мука или грязь.



Если из-за непогоды или болезни не ходите гулять, то выход есть. Нарисуйте на бумаге птиц (курочек,

цпылят, голубей) или найдите картинки. Положите изображение птички на стол или на пол и предложите ребёнку её покормить. Пусть малыш также сыпет зернышки и семечки. А потом птичка скажет спасибо и улетит.



10. Полезными игрушками являются различные шнуровки. Это может быть яблочко, груша, ягодка с червячком на нитке, большая деревянная пуговица и т.д. Умение попадать в маленькое отверстие тоже надо развивать.



11. Нанизывание бусин близко к занятию со шнуровками. Для детей продаются готовые развивающие игры. А можно просто взять макароны с большими дырочками. Вместо нитки использовать толстую проволоку.

12. Игры с прищепками нравятся моей дочке. Правда, пальчики у неё ещё слабые. Но для некоторых прищепок сил хватает. Ей интересно, как вещи крепятся на верёвку. Можно поставить низкую сушилку для белья на пол или привязать между стульев толстую верёвку, а затем вешали с помощью прищепок носовые платочки и одежду кукол. Особенно нравится дочке всё это снимать.

13. Как Вы думаете, дети любят рвать и мять бумагу? Это первое, что они с ней сделают. У моего ребёнка невероятное стремление разорвать бумажную салфетку или бумажный носовой платок на мельчайшие кусочки. А потом она их собирает и выкидывает в мусорное ведро. И несколько каталогов с косметикой пострадало от её исследовательского интереса. Будьте осторожны. Краска с гляцевых журналов и газет легко стирается, она не должна попадать в рот ребёнка. Поэтому пусть рвёт, но только не тянет в ротик. После такого занятия ручки надо помыть. А лучше дать чистый лист, к примеру, из тетради. Или дайте небольшой блокнотик на растерзание.

14. Рисование карандашами, мелом, кисточкой, пальчиковыми красками тоже хорошо развивает мелкую моторику рук. Только старайтесь сразу учить держать правильно карандаш. Дочке понравилось рисовать маркерами на водной основе на магнитной доске. Рисунок потом легко стирается губкой, а этот навык тоже будет не лишним. Ещё нам нравится рисовать восковыми и масляными карандашами (их ещё называют восковыми мелками, масляной пастелью). На них не нужно так сильно нажимать, как на деревянные карандаши и цвета получаются яркие. А уж как ребёнку может понравиться процесс складывания карандашей, мелков в коробку и вынимание их из неё. Проверьте сами.

Вот пальчиковые краски дочке не понравились. Не любит она ручки пачкать, сразу вытереть хочет.

15. Лепка. О ней уже не раз упоминалось в моих статьях. С детьми можно лепить из пластилина, солёного теста. Солёное тесто больше подходит для первого знакомства с лепкой. Оно мягче и безопаснее пластилина. Можно приготовить его в домашних условиях (ссылка на мастер-класс), а можно купить готовое. Первое, что показываем ребёнку – это то, как тесто мнётся, меняет форму, как отщипывать кусочек, скатывать колбаску, втыкать разные мелочи в него.

В качестве первых поделок могут быть простые аппликации. Пример такой аппликации посмотрите тут.

С ребёнком старше 1,5 лет опробуйте сделать ёжика. Сформируйте из пластилина тело ежа. Возьмите спички и покажите ребёнку, как сделать иголки. Пусть малыш тоже попробует.

16. Игра с матрёшкой тоже является развивающей. Кроме того, она наглядно познакомит с понятиями большой-маленький, больше-меньше. И придётся малышу приложить усилия, чтобы добраться до тех куколок, которые внутри. А это очень охота сделать.

17. Когда ребёнок подрастёт, его начинают учить одеваться, застёгиваться самостоятельно. Это тоже полезное занятие для развития мелкой моторики. Сколько возможностей: пуговицы, молнии, липучки, кнопки, шнурки, ремни. У моей дочки сильный интерес ко всякого рода застёжкам появился в возрасте 1 год

9 месяцев. Стоит мне одеть халат, так она непременно попробует его расстегнуть- застегнуть. Даже начала первым делом расстёгивать куртку папе, когда он приходит домой. Отняла у меня ремень, и не позволяла застёгивать ей ботинки. В общем, старый халат с крупными пуговицами был отдан на растерзание. В итоге за 3 дня дочка освоила пуговицы.

18. Интересной игрой на развитие мелкой моторики станет доставание различных предметов из мешка. Сначала ребёнок ощупывает предмет и пытается понять, что это. А потом уже он его видит. Так можно знакомить с новыми вещами или угадывать уже известные.

19. Ловля предметов из воды. Попробуйте такую игру. Налейте в тазик или глубокую миску немного воды и киньте туда ядра каштанов, фундук, пробки от вина или шарики для настольного тенниса. Ребёнку дайте ситечко или ложку в зависимости от размеров предметов и владения навыком. Задача малыша – выловить все предметы и положить их в другую тарелку. Помогайте ребёнку сначала. Потом пусть пробует сам.

20. Ну и под конец такое занятие, как сбор урожая на даче или огороде, также прекрасно способствует развитию мелкой моторики. Покажите малышу, как собирать помидоры, как можно раздеть початок кукурузы, как достать фасоль из стручка. Попросите переложить лук, огурцы из одного ведёрка в другое (дома мы без дочки лук не перебираем, она очень любит это занятие). Рассыпьте вместе с малышом зёрна укропа на грядке. Пусть ребёнок попробует выдернуть морковку, свёклу или лук с грядки. Пробовать собирать ягоды можно, но есть риск того, что они будут измяты.

Вот такой список игр для развития мелкой моторики получился. Но это ещё не всё. Масса обыденных занятий воспринимаются ребёнком как игра и прекрасно развивают его. Поэтому не стоит ограничиваться специальными играми и игрушками. Привлекайте малыша к тому, что Вы делаете. Это позволит и дела сделать, и ребёнка развлечь, и научить тому, что сами умеете.



КРАСИВЫЙ ПОЧЕРК У РЕБЁНКА – ЭТО ТАК ПРОСТО

Выпускники Монтессори-групп славятся своим хорошим почерком и развитыми пальчиками. Давайте и мы прибегнем к этой методике! А начинать будем, когда малышу исполнится 1 годик, используя для игр подручные средства. Ну кто бы мог подумать, что некоторые повседневные предметы могут сослужить хорошую службу в развитии будущего почерка ребёнка!

ДЛЯ МАЛЫШЕЙ 1-3 ЛЕТ

- Упражнения с газетными шариками



Прекрасный игровой материал для годовалого крохи! Оторвите пару полосок от ненужной газеты и на глазах малыша нарвите много маленьких кусочков. Если малышу уже 1,5 года, он с удовольствием будет рвать газету вместе с вами. Но! Рвем полосочки правильно. Обычно малыши тянут бумагу в разные стороны, но так она не всегда рвется. Покажем малышу, как нужно взяться пальчиками левой руки за верхнюю часть бумажки, а пальчиками правой также сверху будем тянуть к себе. Легко и просто! Ну а теперь учимся катать маленькие шарики из оторванных кусочков. Годовичок не

накатает вам много, ну и пусть. Зато малыши от 2 до 3 лет делают прекрасные тугие газетные шарики, из которых потом можно сделать оригинальную поделку. Нарисуйте на листе бумаги овечку, а на туловище наклейте вместе с малышом готовые шарики. Вот и шерсть у овечки готова!

- Упражнения с пипеткой

Любимейшее занятие большинства малышей! Налейте в маленькую емкость воды, можно подкрашенной, для особого интереса. Покажите крохе, как надо держать пипетку: двумя пальчиками, а при опускании в воду, пальчики надо медленно разжать, но не отпускать резиновый наконечник. Малыш своими глазами видит, как вода затягивается в пипетку. Затем переносим пипетку с водой в пустую емкость, нажимаем на резиновый кончик – перелили! Хорошо, если пипеток будет много: с более тугими наконечниками, большие и маленькие, разноцветные, например, от лекарств.

- Упражнения с пластилином и кнопками

Очень напрасно многие мамы избегают давать малышам пластилин. Аргумент «А он все перепачкает!» не проходит в доме, где есть маленький ребенок. Ведь это его обязанность – все пачкать вокруг! Как иначе познать мир, как обрести навык, если запрещается упражняться в нем? А при упражнении ошибки неизбежны. Вот вам и пролитая вода, и рассыпанная гречка и измазанные пластилином ручки. Пластилин тем не менее – очень полезный материал для малышей от 1 года. Если у вас несколько деток, и убирать квартиру действительно сложно, воспользуйтесь пластилином, от которого не остается следов. Обычно он более ярких цветов и легко мнется. Вместе с малышом расположитесь за столом, подстелите подкладочку. Накатайте из пластилина несколько ярких маленьких шариков. «Смотри, будем блинчики делать». Положите шарик на листок бумаги и указательным пальцем надавите на него. Потом следующий шарик. Конечно, крохе тоже захочется попробовать – вот и отлично! Прекрасное упражнение для мелкой мускулатуры указательных пальчиков. Деткам постарше можно предложить украсить шариками новогоднюю елку. Вырежьте из зеленой бумаги елочку и наклейте на лист бумаги. Наши пластилиновые шарики (которые, кстати, может уже катать и сам малыш) прилепляем на «ветках» елочки и надавливаем пальчиком. Вот и украсили елку! Пластилин также можно размазывать по листу бумаги не только указательным пальчиком, но и остальными: получаются «дорожки», «заборчики», «медузы», «звезды» и просто красивые узоры, в которых смешались несколько цветов. Еще вариант: размазываем пластилин по небольшому кусочку бумаги (лучше вместе с малышом, а то он один быстро устанет и потеряет интерес к

работе). Затем берем ручку с использованным стержнем или стек (пластмассовый ножичек для работы с пластилином) и рисуем на пластилиновом фоне все, что захотим. А если малыш уже знает буквы – то пишем известные букочки. Очень оригинальная работа получается – и исправлять ошибки легко. А для разнообразия можно дать малышу втыкать канцелярские кнопки с цветными наконечниками в кусок пенопласта. Для годовалых – просто втыкать, а для 2-3 леток уже втыкать по заданному контуру, например, домика, машинки, солнышка. Малыши обожают работать с кнопками, что прекрасно, потому что таким образом мы обезопасим их от травм. Ведь когда ребенок знает назначение предмета, то есть, что с ним нужно делать, он почти никогда не использует его неадекватно. Конечно, с кнопками кроха должен работать под присмотром взрослых.

• Упражнения с карандашом

Бесценная вещь для развития руки – обыкновенный карандаш с гранями. Уже с года вы можете учить своего маленького карапуза катать карандаш, зажав его между ладоней. Просто? А вы попробуйте, когда ручки еще не слушаются вас, и все сыпется на пол! Грани карандаша хорошо активизируют нервные окончания ладоней и пальцев рук, разогревают руки, подготавливая их к последующей работе, более тонкой. Карандаш можно катать ладонью по полу или столу – это тоже не так-то просто. А если малыш уже запросто это делает, то пусть возьмется пальчиками обеих рук за кончики карандаша (горизонтально) и покрутит их пальцами. Знаете, как развивает координацию рук и глаз! А можно просто подержать карандаш за концы указательными пальцами. Посоревнуйтесь – кто сумеет это сделать быстро и удержать долго, например, на ходу?



• Упражнения с мячиками, мягкими и колючими

Такие мячики желательно иметь в «развивающем арсенале» любой мамы. Купить их не составит труда, например, в магазинах «Корма и игрушки для животных». Пускай у вас будет целый набор таких массажных мячиков: мячики – ежики (с резиновыми выступающими «колючками») разных размеров, мягкие резиновые мячики разной упругости и размеров. Во-первых, их можно просто мять в руках, катать между ладоней. Мягкий упругий мячик можно сжимать не только в ладонь, но и пальчиками одной руки, что сложно для малыша, требует физических усилий. Пусть сожмет такой мячик большим и указательным пальцем. Получилось? Молодец! А теперь – большим и средним, большим и безымянным. Конечно, последние упражнения подходят для «тренированных» деток 3 лет и старше. С колючими мячиками можно играть и с годовалым крохой. Найдите банку с отверстием в крышке. Отверстие должно быть чуть-чуть меньше диаметра колючего мячика, чтобы он с трудом проталкивался. Предложите малышу затолкать «ежиков» в баночку, покажите ему. Увидите – это настолько увлекательное занятие для крохи (и, кстати, абсолютно безопасное!), что вы успеете переделать все домашние дела и отдохнуть в тишине. А малыш тем временем активизирует нервные окончания пальчиков рук. Только «ежиков» купите побольше и сделайте так, чтобы крышка и банки легко снимались – тогда малыш сможет повторять всю операцию снова и снова без вашей помощи.



vk.com/zaykinaskazka ▼

ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 6 ЛЕТ

• Упражнения с канцелярской резинкой

Очень интересно наблюдать, как дети 5-6-ти лет с удовольствием делают все вышеперечисленные упражнения для 2-леток. Мало кто из дошкольников имеет возможность поиграть в такие игры, а ведь они очень полезны, при всей своей простоте. Что же говорить об играх, придуманных специально для их возраста! Загораются глаза, руки тянутся попробовать поиграть с... обыкновенной канцелярской резинкой, той самой, которой мы привыкли скреплять рулон бумаги или запечатывать пакет, или хранить вместе

счетные палочки. Возьмите такую резинку и наденьте ее на большой и указательный пальцы малыша. Пусть растягивает ее в стороны при помощи пальцев. Если длинновато – намотайте на пальцы 2 раза, чтобы укоротить. Если получилось на одной руке, пробуем на другой, а потом – на обеих сразу. С резинкой можно играть и по-другому. Помните наши кнопки на пенопласте? Втыкаем кнопки по контуру, например, машинки. А теперь натягиваем резинку на выступающие части кнопок. Получился силуэт машинки! Таким же образом можно выучить названия и изображения разных геометрических фигур: пускай малыш натянет резинку на кнопки, воткнутые в вершины треугольника или трапеции. Какая фигура получилась? Не запомнит с первого раза – ничего страшного. Потихоньку непривычные названия фигур станут знакомыми и узнаваемыми.

- Упражнения за столом (пальцы прижаты к столу)

Если вы находитесь не дома, а например, в очереди в поликлинику или в долгой поездке, вам несложно будет занять своего малыша. Есть рядом ровная поверхность? Отлично! Положите ладонь на стол или другую поверхность. По очереди поднимайте пальцы, не отрывая ладонь от стола. Сначала одной рукой, а потом одновременно обеими. Очень полезно при этом ритмично, одновременно с поднятым пальчиком, проговаривать слоги с разными «трудными» звуками: СА-СА-СА-СА-СА. РЫ-РЫ-РЫ-РЫ-РЫ. Если ваш малыш занимается с логопедом, это поможет ему быстрее закрепить в речи поставленный звук. Именно сочетая движения пальчиков и движения артикуляционного аппарата, вы можете существенно ускорить процесс исправления речи малыша. Также сидя за столом, можно поупражняться в разведении пальцев врозь и сведение вместе (ладошки на столе!). Все нейропсихологии рекомендуют регулярно проводить упражнение "кулак-ладонь-ребро". Рука малыша поочередно меняет положение: сначала сжимается в кулачок, потом ложится ладонью на стол, а потом- встает на ребро. Именно в такой строгой последовательности и выполняется сначала правой, затем левой рукой до тех пор, пока ребенок не перестанет ошибаться в последовательности движений. Это упражнение бесценно для формирования межполушарных связей, при помощи которых мы, собственно, и обучаемся.

- Упражнения в стакане с пшеном

Устали занимать своего непоседу? Не прогоняйте его с кухни – усадите за стол и дайте стаканчик с пшеном. Пусть малыш «варит кашку», то есть указательным пальчиком руки мешает пшено в стаканчике. Условие: кисть руки не должна двигаться, только пальчик! Затем можно покрутить средним пальчиком, а вот безмянным пусть попробует – получится ли?

- Упражнения с гречкой или чечевицей

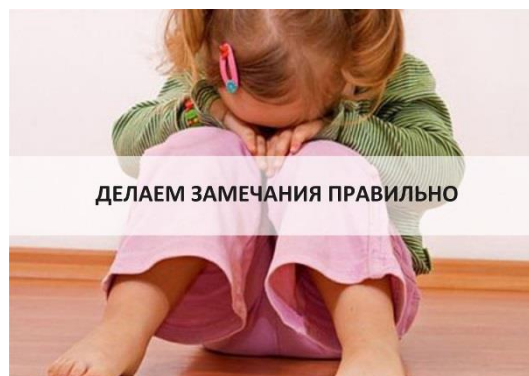
Именно эти крупы имеют острые грани, которые необходимы нам для активизации нервных окончаний пальчиков. Для начала пускай малыш вволю навозится с этими крупами: ребятам так нравится набирать их в горсть, пропускать сквозь пальцы, перебирать в руках. Вероятно, эти ощущения очень приятны, они успокаивают и способствуют концентрации внимания у малыша. Ну а теперь попросите разобрать крупу на 2 кучки: гречку в одну кучку, чечевицу – в другую. Это долгая кропотливая работа, но очень полезная не только для развития руки, но и для развития сосредоточенности, усидчивости, логического мышления (ведь за умение сортировать и классифицировать предметы отвечает именно оно). Если подустал ваш малыш – насыпьте побольше этих круп в большую миску и закопайте в них много мелких игрушечек и предметиков. Пусть покопается, да поищет! Главное – руки должны быть в крупе по запястье, ведь таким образом снимается мышечный спазм ручек, напряженность и усталость.

- Оригинальные штриховки

Мы привыкли, к сожалению, к шаблонам в рисовании. А ведь это по определению творческий вид деятельности! Покажите своему крохе разные оригинальные штриховки. В раскрасках необязательно закрасивать изображение целиком, можно штриховать, что, конечно же, сложнее и необычнее.

КАК ПРАВИЛЬНО ДЕЛАТЬ ЗАМЕЧАНИЯ РЕБЕНКУ, ЧТОБЫ ОН ВАС СЛЫШАЛ

Замечание – это краткое суждение, высказанное по поводу чего-то увиденного или услышанного. Это суждение может быть как со знаком «плюс» («Вижу, что ты убрал за собой тарелку», «Мне нравится, как у тебя получается строить домики»), так и со знаком «минус» («Опять ты всё раскидал», «Тебе бесполезно что-либо объяснять»). Чаще всего, когда ребёнок ведёт себя нежелательным образом, родители делают ему замечание со знаком «минус», начиная своё предложение с частицы «Не». К сожалению, такие замечания малоэффективны.



ДЕЛАЕМ ЗАМЕЧАНИЯ ПРАВИЛЬНО

Наверняка вы сталкиваетесь с тем, что ваш ребёнок как будто не слышит ваших замечаний, не обращает на них внимания или даже делает всё наоборот. В этой статье мы будем говорить с вами о том, как менять замечания со знаком «минус» на замечания со знаком «плюс». Это нужно для того, чтобы вашему ребёнку было более понятно, какого поведения вы от него ожидаете и чтобы он мог легче выполнять ваши просьбы.

СРЕДНЕСТАТИСТИЧЕСКИЙ РЕБЕНОК СЛЫШИТ В ТЕЧЕНИЕ ДНЯ 432 ЗАМЕЧАНИЯ

Знаете ли вы, что в течение дня среднестатистический ребенок слышит в свой адрес примерно 432 негативных суждения и всего лишь 32 позитивных? (Исследования Ричарда Кволса «Как изменить поведение ребёнка»).



Представьте, что в вашем доме были бы установлены скрытые камеры и вам нужно было бы постоянно контролировать, что вы говорите. Как вы думаете, сколько раз в день вы бы ловили себя на словах: «Нет», «Не делай этого», «Прекрати», «Перестань», «Не лезь», «Не трогай» и т.д.? Слова-команды «Прекрати» и «Не делай этого» и тому подобные создают целый ряд проблем для маленьких детей. Давайте посмотрим, почему так получается.

ЗАМЕЧАНИЙ?

ПОЧЕМУ ДЕТИ НЕ ПОНИМАЮТ НАШИХ

Замечания, которые начинаются с частицы «Не» требуют от ребёнка двойного осмысления. Вначале он должен понять: «Что мама хочет, чтобы я НЕ ДЕЛАЛ и только затем ребёнок должен додумать сам «Что она хочет, чтобы я ДЕЛАЛ» Это может быть довольно сложно и запутанно, особенно для маленьких детей. Гораздо проще для ребёнка, если он слышит от взрослого сразу же прямое указание или просьбу о том, что ему следует делать (вместо того, что НЕ следует делать).

Большое количество фраз, которые начинаются с «Не» психологически дестабилизирует ребёнка. Как и любые замечания и суждения, которые несут негативную окраску. Если вы сами в течение дня будете постоянно слышать в свой адрес слова и фразы, которые имеют негативную окраску, вас это тоже быстро дестабилизирует. Именно так часто чувствуют себя наши дети.

Я не призываю вас совершенно отказаться от фраз, которые начинаются с частицы «Не» во время вашего общения с ребёнком. Просто постарайтесь сделать так, чтобы фраз со смыслом «Делай вот так и так» было значительно больше, чем фраз «Не делай вот так».

ПРИМЕРЫ НЕУДАЧНЫХ ЗАМЕЧАНИЙ, КОТОРЫЕ РЕБЕНОК ПРОПУСКАЕТ "МИМО УШЕЙ"

- ✓ Не кричи
- ✓ Не бегай
- ✓ Не трогай
- ✓ Не ври
- ✓ Не ходи грязный

- ✓ Не разбрасывай игрушки
- ✓ Не валяй дурака

КАК ПРАВИЛЬНО ФОРМУЛИРОВАТЬ ЗАМЕЧАНИЯ?

На что нужно обратить внимание, когда делаешь замечание ребёнку?

Формулируйте свои фразы, обращённые к ребёнку, без частички «не», без отрицания. Используйте в самом начале вашей фразы глагол в повелительном наклонении, который объясняет ребёнку, что сейчас нужно сделать. Просто перефразируйте ваше обращение к ребёнку и из отрицания нежелательного действия сделайте призыв к желательному действию. На самом деле, это совсем не сложно.



ПРИМЕРЫ ПРАВИЛЬНО СФОРМУЛИРОВАННЫХ ЗАМЕЧАНИЙ

- ✓ Говори тихо» (вместо «Не кричи»)
- ✓ Сложи свои игрушки в коробку» (вместо «Не разбрасывай игрушки»)
- ✓ Помой ручки с мылом (вместо «Не ходи с грязными руками»)
- ✓ Давай подумаем, что тут можно сделать (вместо «Не ной!»)
- ✓ Расскажи мне, как было на самом деле (вместо «Не ври»)
- ✓ Пожалуйста, ходи по дому медленно и спокойно (вместо «Не бегай по дому»)
- ✓ Держи рот закрытым, когда жуёшь (вместо «Не жуй с открытым ртом»)
- ✓ Положи ножик на стол, возьми вот этот, маленький.

В этих примерах ребёнок чётко и ясно слышит, что ему нужно делать, что вы от него хотите. Ему проще следовать именно таким фразам, чем фразам, описывающим, что ему делать не нужно.

УПРАЖНЕНИЕ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ УДАЧНЫХ И НЕУДАЧНЫХ ЗАМЕЧАНИЙ

Есть хорошее упражнение, которое наглядно иллюстрирует, как тяжело ребёнку осознавать и выполнять команды, которые начинаются с частицы «не». Я часто провожу это упражнение

среди родителей во время моих семинаров и тренингов. Я прошу родителей следовать моим просьбам и выполнять их как можно быстрее: «Не вставай», «Не садись», «Не смотри направо», «Не смотри налево», «Не держи руки внизу», «Не смотри вперёд» и т.д. Участники упражнения всегда соглашались в том, что выполнять такие команды довольно сложно и они часто теряются. Каждый раз нужно напрягаться и соображать: «Что мне сейчас нужно делать?»

А теперь послушайте другие просьбы и почувствуйте разницу: «Садись», «Вставай», «Посмотри направо», «Посмотри налево», «Подними руки вверх», «Посмотри в сторону». Согласитесь, что следовать таким простым и понятным просьбам намного легче. Согласны?

КОГДА ВЫ ПРАВИЛЬНО ДЕЛАЕТЕ ЗАМЕЧАНИЯ, РЕБЕНОК ВАС ЛУЧШЕ ПОНИМАЕТ

Конечно, на первых порах вам потребуется следить за тем, что вы говорите. Но зато результаты не заставят себя ждать. Вы увидите, насколько вашему ребёнку легче будет понимать и выполнять ваши просьбы. Вы заметите, насколько меньше времени потребуется на то, чтобы он начал действовать в правильном направлении. Совсем немного практики и вам станет уже привычнее говорить именно так, а не иначе. Старайтесь уменьшать количество замечаний с частицей «не» и чаще использовать глаголы, которые описывают желаемое поведение ребёнка. И вы очень скоро убедитесь в том, что это очень эффективно!