

*Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
детский сад №69 общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением  
деятельности по физическому развитию детей  
Красносельского района Санкт-Петербурга*

*Консультация для родителей*  
**«13 необычных подсказок  
для родителей»**



*Консультацию подготовили воспитатели группы №6:  
Фокина Елена Вячеславовна  
Астахова Ирина Дмитриевна*

*Санкт-Петербург  
2020 г.*

*Хотим поделиться простыми решениями, которые облегчают жизнь в семье и уменьшают стресс не только у взрослых, но и у детей.*

1. Если ваш ребёнок упал, первым делом спросите его: «Тебе больно или ты испугался (ась)?». Обычно дети бывают напуганы или смущены. Если это так, расскажите историю о том, как однажды мама или папа (или «даже тётя, ты не поверишь!») так же упали, когда были маленькие. Малышей такие истории быстро успокаивают.

2. Если вы хотите привлечь внимание детей за обеденным столом или где-то ещё, начните предложение со слов: «Я когда-нибудь рассказывал (а) вам историю про ...»

3. Научитесь рисовать несколько простых животных, например лягушку, птичку, или предмет (самолёт, куклу). Дети будут просить нарисовать их снова и снова.

4. Секундомер – отличный мотиватор, когда нужно, чтобы ваш ребёнок доел то, что лежит в тарелке, убрал игрушки, завязал шнурки в общем, сделал всё что угодно побыстрее.

5. Во избежание изматывающих битв за «надень куртку, на улице холодно, пожалуйста, сейчас же, я сказал (а)», вместо первых слов («надень куртку») скажите: «Вытяни руки», - а затем просто оденьте ребёнка.

6. Придумайте еженедельный «день пончика» или «день конфет». Вместо того чтобы всё время отказывать ребёнку – «нет тебе нельзя сладкое», напомните: «Мы едим сладкое по пятницам». Ритуал делает день особенным, дети будут предвкушать его и заодно развивать такое полезное качество, как терпение.

7. Можно попросить выбрать и упаковать с собой в долгую дорогу любимую книжку – это приучает их самих себя развлекать. По размеру и содержанию больше всего подходят книжки с рисунками, где нужно отыскать героя или предмет в гуще событий.

8. Важно не только находиться рядом с ребёнком, но и полностью сосредотачиваться на нём. Когда вы приходите домой с работы, по возможности оставьте телефон в сумке и просто побудьте с ребёнком (10 минут или час, зависит от ваших обстоятельств). Даже если вы устали, у вас плохое настроение, был тяжёлый день на работе, забудьте обо всём на время и пообщайтесь с ребёнком, перед тем, как готовить ужин или делать другие домашние дела. По иронии судьбы, иногда дети сами слишком заняты, чтобы проводить с вами время – увлечённо играют или рисуют, - и для полного счастья им достаточно знать, что вы рядом и готовы к общению.

9. Чистить зубы – одно из самых непривлекательных занятий для детей. Предложите ребёнку выбрать песню и спеть её, пока он чистит зубы. С одной стороны, пение не даст ему скучать, а с другой – сработает как таймер, благодаря которому он будет знать, сколько ещё осталось.

10. Легко впадающий в беспокойство ребёнок будет легче справляться с тревогой, если вы возьмёте за правило по утрам кратко рассказывать, какие дела и события планируете в этот день. Например, если предстоит трудная для четырёхлетки ситуация, можно дать ему время заранее подготовиться, настроиться: «Ты идёшь в детский сад, а мы с папой на работу. У нас очень много дел на работе, которых кроме нас никто не может сделать, поэтому нам нужно поторопиться. А в детском саду нужна твоя помощь воспитателям, няне...».

11. Дети не особо любят убирать у себя в комнате, но зато обожают другие домашние дела: разгружать посудомоечную машину, пылесосить, помогать маме разгружать сумки после магазина. Остаётся выяснить, что нравится вашему ребёнку. Начните с маленьких заданий, например, поручите ему вытащить бельё из стиральной машины, разобрать носки по парам. Если у вас нет для ребёнка работы, но позарез нужно двадцать свободных минут для себя, придумайте задание (но оно должно прозвучать серьёзно!): «Мне очень нужно переложить все эти орешки из пакета в миску».

12. Если малыш начинает капризничать во время ходьбы, предложите ему попробовать идти по-новому: маршировать, прыгать, как лягушка, ходить вразвалку, как пингвин.

13. Отправляясь на детскую площадку, берите с собой, по крайней мере, две маленькие игрушки – для новых друзей. Как правило, малыши сначала играют рядом друг с другом и только потом начинают играть вместе.