РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ ИГР-ЗАНЯТИЙ С ДЕТЬМИ ДО ТРЁХ ЛЕТ

РАЗВИТИЕ У РЕБЁНКА САМООЦЕНКИ И УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ

Дети становятся успешными, когда они оценивают себя положительно. Чтобы повысить самооценку ребёнка, есть много способов. Вот несколько из них:

1. Предоставьте детям возможность делать то, чем они могут гордиться.

2. Поощряйте их.

3. Делайте всё вместе.

4. Будьте уверены в себе и своих успехах.

РАЗНООБРАЗНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ДЕТЕЙ

**Возможность оценить себя положительно детям дают**:

* игра;
* разнообразные действия с предметами;
* исследование и экспериментирование;
* слушание музыки и сказок;
* беседы о рассказанном, услышанном и прочитанном;
* возможность задавать вопросы и делать выбор.

Причём родители должны предоставлять подобные возможности ребёнку каждый день. Именно это позволит детям гордиться собой и даст им чувство успеха и уверенности в себе.

Дети младшего возраста очень любят играть. В игре они наблюдают, исследуют, открывают, оценивают и сравнивают то, что знают и могут делать самостоятельно.

Если взрослые поддерживают и поощряют детей в игре, те становятся более уверенными, у них повышается самооценка, т.е. они учатся любить себя. Иногда малыши предпочитают играть одни, иногда — в компании других детей и взрослых. И то и другое важно. Обычно им нравится самим выбирать игру, но идея игры может быть подсказана взрослыми или другим ребёнком, книгой, журналом или телепрограммой.

Ребёнок часто учится играть и перенимает что-то у человека, которому доверяет, который понимает, что он пытается сделать. Это понимание приходит в процессе наблюдения за игрой и осмысления интересов ребёнка. Часто у малышей возникает потребность делать одно и то же снова и снова. Взрослым иногда бывает трудно понять эти повторяющиеся действия, но наблюдения за ними помогут родителям подобрать ключ к разгадке интересов ребёнка и обеспечить его в процессе игры тем, что ему больше нравится.

Вы можете быть идеальным партнёром по игре и показать, как может развиваться совместная игра. Пусть ваш ребёнок будет лидером, а вы зеркально отражайте его действия. Если вы станете играть заинтересованно, он будет чувствовать себя комфортно (М.Д. Маханёва, С.В. Рещикова).

ПРИМЕРНЫЕ СИТУАЦИИ ДЛЯ ИГРЫ

Ребёнок укладывает медвежонка спать в кукольную коляску. Вы тоже укладываете игрушку спать в картонную коробку. Или он выбирает игру с машинами: «Я возьму жёлтую». Вы говорите: «Замечательно! Тогда я возьму синюю».

Покажите, что вы вполне довольны своей ролью и поддерживаете замысел ребёнка.

**Зеркальное отражение игры вашего ребёнка поможет ему**:

* *наслаждаться игрой вместе с вами;*
* *почувствовать, что он может быть главным в игре;*
* *увидеть, что вам нравится играть с ним.*

Большое значение для развития уверенности в себе и самооценки ребёнка имеют музыкальные игры.

Выберите спокойное время для игры. Сядьте поближе к ребёнку и попросите помолчать, закрыть глаза и внимательно прислушаться. Что вы слышите? Возможно, пройдёт минута, чтобы «настроиться» на звуки вокруг вас, и вскоре вы сможете различить тиканье часов, шум проехавшей мимо машины, пение птички, чей-то свист. Научите ребёнка слушать внимательно и называть звуки, которые он узнал. Как вариант, можно слушать звуки в парке, на улице.

**Игры, включающие слушание, помогают детям:**

* *сконцентрироваться на одном чувстве — слухе;*
* *расширить представление об окружающем мире;*
* *научиться отличать один звук от другого;*
* *находить слова для описания того, что они слышат;*
* *наслаждаться вашим обществом.*

А теперь включите любую музыку, какая вам нравится. Потанцуйте под неё с ребёнком. Через некоторое время выключите музыку и сразу же присядьте. Как вариант, после остановки музыки можно замереть и стоять, как «статуи». Вы можете пробовать разную музыку — быструю и медленную, весёлую и грустную. Когда ребёнок привыкнет к игре, позвольте ему самому включать и выключать музыку.

**Музыкальные игры помогают детям:**

* *слушать музыку и двигаться под неё;*
* *слышать ритм и останавливаться по сигналу «Стоп»;*
* *реагировать движениями тела на изменение темпа и на строение музыки;*
* *контролировать свои движения;*
* *концентрировать внимание;*
* *наслаждаться совместной игрой.*

Повысить самооценку ребёнка и развить уверенность в себе помогают игры, связанные с умением различать эмоции и настроение людей. Например, игра «Зеркало».

Встаньте рядом с ребёнком перед зеркалом и попытайтесь придать своему лицу разное выражение: грустное, счастливое, сердитое, удивлённое. Ребёнок с удовольствием будет передавать мимикой то или иное настроение. Включите музыку и потанцуйте. Старайтесь уловить настроение и темп музыки: музыка грустная или весёлая, быстрая или медленная, танцевальная или маршеобразная. Что хочется под неё делать? Пусть ребёнок придумает свои движения, а вы покажете свои.

**Игра «Зеркало» поможет детям:**

* *в игровой форме соприкоснуться с различными настроениями и чувствами;*
* *попробовать изобразить разные выражения лица и способы движения;*
* *внимательно присмотреться к себе;*
* *использовать жесты и мимику для передачи настроения;*
* *получить удовольствие от перевоплощения.*

Большое значение для повышения самооценки ребёнка и развития его уверенности в себе имеет предоставление ему возможности сделать выбор (игры или какой-либо другой деятельности).

Создайте ситуацию, в которой ребёнок может принять решение. Например, утром положите на кровать всё, что нужно малышу для одевания, но обратите его внимание на то, что футболок две. Спросите у него: «Какую ты выберешь?» — и согласитесь с его выбором.

Во время еды тоже предложите выбор. Например, скажите, что сегодня будут бутерброды и спросите: «С чем ты хочешь бутерброд — с сыром или с вареньем?»

**Выбор помогает детям**:

* *почувствовать себя принимаемыми и понимаемыми;*
* *развивать положительное отношение к себе;*
* *учиться выражать свой выбор;*
* *понять важность умения слушать и говорить.*

Поддержать интерес к игре и повысить самооценку ребёнка помогает совместное изготовление игровых пособий. Например, можно сделать коврик для игры.

Вам понадобятся: рулон обоев или большой лист бумаги (картона), несколько фломастеров, мелкие игрушки, животные или куклы.

Найдите длинный лист бумаги, который покроет весь пол или стол (например, можно взять обои). Договоритесь с ребёнком, для чего будет предназначен ваш коврик — для игрушечных машин или игры с куклами. Нарисуйте на бумаге улицу, поле или дом. Пусть ваш малыш тоже рисует на коврике. Это могут быть дома или деревья, или мебель. Постелите коврик туда, где ребёнок любит играть, и помогите расставить на нём игрушки. Вы можете добавить кусочки картона, обозначающие гараж, больницу, магазин. Затем побеседуйте о том, что у вас получилось.

Если вы наклеите бумагу на картон, то это продлит жизнь коврику.

**Изготовление коврика для игры помогает детям**:

* *обсуждать и планировать то, что они собираются делать;*
* *учиться пользоваться бумагой, фломастерами и самим сочинять игру;*
* *развивать идеи для игры;*
* *наслаждаться созданием воображаемого мира.*

ПООЩРЕНИЕ И СТИМУЛИРОВАНИЕ ДЕТЕЙ

Взрослые могут помочь детям положительно оценивать себя, если:

* *они наблюдают за их усилиями и вдохновляют их;*
* *дают понять детям, что довольны ими.*

Дети часто используют жесты, мимику, интонации, чтобы дать нам понять свои чувства. И точно так же они узнают о наших чувствах. Заинтересованный разговор с ребёнком на доступные ему темы, улыбка и обаяние, мимика и жесты, поощрение — всё это повышает его самооценку, развивает уверенность в себе.

СОВМЕСТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ С РЕБЁНКОМ

С помощью совместной деятельности родители могут помочь детям чувствовать себя комфортно.

Вот некоторые виды деятельности, которыми часто любят заниматься дети с помощью взрослых: разговаривать, слушать и петь; рисовать; играть; собирать и сортировать вещи и др.

Вместе с ребёнком можно изготовить, например, коробку для «сокровищ». Для этого вам понадобятся: несколько коробок среднего размера (идеальный размер — обувная коробка), скотч для соединения коробок «бок о бок», фломастер или ручка, чтобы написать название коллекционируемых вещей, например, «камешки», «шишки» или «красивые предметы». Предложите ребёнку в этой коробке коллекционировать «сокровища», которые он выбрал или нашёл. Расспросите, где он их нашёл: в саду, за сараем, на прогулке в парке и т.д.

**Коллекционирование с помощью собственных коробок для «сокровищ» поможет ребёнку:**

* *оценить «имущество», принадлежащее только ему, а не совместное с братьями и сёстрами;*
* *понять, что такое «сувенир на память»;*
* *найти слова, чтобы рассказать о своей находке или каком-либо предмете.*

САМООЦЕНКА ВЗРОСЛЫХ

Детям помогает стать уверенными и то, что взрослые, с которыми они живут, замечают свои собственные успехи и радуются им.

Иногда люди недооценивают свои достижения, хотя каждому есть, чем гордиться. Даже когда взрослые гордятся своими успехами, им часто бывает трудно это показать. Выражение лица, тон голоса, походка обычно сообщают окружающим о внутреннем состоянии человека. Поэтому гордость за свои успехи и достижения можно продемонстрировать малышу, выразительно рассказывая об этом, сопровождая свои слова мимикой и движениями.

ВОСПИТАНИЕ У РЕБЁНКА ТЕРПЕНИЯ

Маленькие дети от природы нетерпеливы. Для развития у них усидчивости, выдержки взрослым следует подавать пример собственного терпеливого поведения. Например, если вы вынуждены стоять в очереди, побеседуйте об этом с ребёнком, согласитесь, что это скучно, но необходимо, чтобы каждый приобрёл то, что ему нужно.

Многие двухлетние дети хотят всё делать самостоятельно: «Я сам!» Ребёнку понадобится в два раза больше времени, чтобы одеться самому, и результаты могут быть совсем не такими, как бы вам хотелось. Но зато он научится быть терпеливым, почувствует себя очень значимым и самостоятельным.

В плане воспитания терпения большое значение имеет совместное экспериментирование (с тестом, клеем и др.), которое приучает ребёнка доводить начатое дело до конца, ожидая получения конечного результата.

Вам понадобятся скалка и формы для вырезания теста, например, кофейные чашки.

Замесите тесто. Пусть ребёнок наблюдает за процессом приготовления пирога или булочки. Дайте ему потрогать готовую выпечку, пока она ещё тёплая — это замечательно развивает восприятие. Ребёнок получит большое удовольствие, трансформируя тесто: похлопывая его, сжимая и раскатывая в колбаски. После множества опытов, проведённых вместе, попробуйте раскатать тесто скалкой и вырезать вместе с малышом различные формы. Дети часто дают название тем вещам, которые они сделали, и используют их в игре.

**Работа с тестом поможет детям:**

* *получить представления о смешивании ингредиентов и приготовлении теста;*
* *насладиться своими ощущениями при его замешивании;*
* *поэкспериментировать в лепке своими руками;*
* *использовать в игре изготовленные фигурки.*

Можно также предложить ребёнку создать невиданную картину с помощью клея и крупы.

Расстелите газету на столе. Дайте ребёнку лист цветной бумаги, тюбик клея и кисточку. Обмакните кисточку в клей и намажьте им поверхность листа. Пусть он сам водит кисточкой по бумаге. Затем дайте ему баночку изпод йогурта с рисом и чечевицей. Сначала покажите, как рассыпать крупу по бумаге, а затем позвольте действовать самому. Встряхните бумагу, чтобы лишний рис осыпался, и вы увидите прекрасную картину. Дайте ей высохнуть.

Если вы также примете участие в изготовлении своей собственной картины, ребёнок получит ещё большее удовольствие. Затем займитесь уборкой вместе.

**Работа с клеем помогает детям**:

* *исследовать клей как вещество;*
* *координировать движения;*
* *наслаждаться результатом своей работы.*