**ПООЩРЕНИЕ И НАКАЗАНИЕ РЕБЁНКА В СЕМЬЕ**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Правила поощрения** Человеку в день нужно не менее 8 «поглаживаний» (похвала, одобрение, выражение доверия, ласковое и ободряющее прикосновение и т.п.), желательно, разных по способу и степени проявления. Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения. Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребёнка), они должны быть чётко увязаны с действиями ребёнка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятёрку теряет свою роль «быть поощрением». Поощрения должны исполняться. Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребёнка, им лучше выбрать реальное выполнимое поощрение. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний. Надо обязательно хвалить утром и на ночь. Не забудьте похвалить ребенка с утра, чтобы создать для него «ситуацию успеха» на весь долгий и трудный для него день! Не допускайте, чтобы ваш ребенок засыпал обиженным и в слезах – похвала на ночь позволит ему хорошо выспаться и восстановить силы. По своему действию похвала похожа на наркотик, т.е. привыкший к похвале будет всегда в ней нуждаться. Передозировка похвалы вредна. Поэтому выделяют ограничители: не хвалить ребенка за то, что достигнуто ребенком не своим трудом (красота, ум, сила, здоровье и т.д.) за исключением случаев наличия у ребёнка физического недостатка или «комплекса неполноценности»; не хвалить больше двух раз за одно и то же; не хвалить из жалости; не хвалить из желания понравиться. Но обязательно хвалить за малейшую попытку совершенствования себя. **Способы похвалить ребёнка**

|  |  |
| --- | --- |
| 1.У тебя все получилось. 2.Очень хорошо. 3.Отличная работа! 4.Ты на верном пути. 5.Великолепно! 6.Правильно! 7.Это именно то, что надо! 8.Ты сделал это легко. 9.Ты делаешь это очень хорошо. 10.Ты сделал это так быстро! 11.Это невероятно! 12.Вот это да! 13.Я не смог бы сделать лучше. 14.Наконец-то! Я верил в тебя! 15.Супер! 16.Это намного лучше. 17.Именно так! 18.Это неплохой результат. 19.Так держать! 20.Необыкновенно! 21.Прекрасно! 22.Неплохо, очень даже неплохо. 23.Ты быстро учишься. 24.Тебя просто не узнать сегодня. 25.Прекрасная идея! 26.Отлично! 27.Это была первоклассная работа. 28.Замечательно! 29.Лучше не бывает! 30.Это уже успех! 31.Это твоя победа! 32.Ты понял это так быстро! 33.Чудно! 34.Фантастика! 35.Ты сделал сегодня много работы. 36.Вот таким ты мне нравишься! 37.Ты сделал это очень хорошо. 38.Превосходно! 39.Поздравляю! 40.Грандиозно! 41.Мне нравится ход твоих мыслей!  | 42.Ты превзошел сам себя сегодня. 43.Я верю в тебя! 44.Я очень рада за тебя. 45.Как ты хорошо все запомнил! 46.Большое тебе спасибо. 47.Ты делаешь это очень красиво! 48.Просто здорово! 49.Как ты много сделал сегодня! 50.Я очень горжусь тобой. 51.Совершенно новый подход к делу! 52.Я никогда не видел(а) ничего лучшего. 53.Я знал(а), что ты можешь сделать это. 54.Ты, наверное, долго тренировался? 55.Я горжусь тем, как ты сегодня работал. 56.Это лучшее, что я когда-либо видел! 57.Еще немного, и у тебя это получится. 58.Я счастлив (а) видеть такую твою работу. 59.Ты делаешь это сегодня значительно лучше. 60.Это лучшее из того, что у тебя получалось. 61.Ты хорошо справляешься с этим заданием. 62.Продолжая так работать, ты добьешься еще лучших результатов. 63.Ты выбрал правильный способ, чтобы выполнить эту работу. 64.С каждым днем у тебя получается все лучше. 65.Ты действительно сделал сложную работу играючи. 66.Какой оригинальный способ решения! 67.Теперь ты чувствуешь свои возможности? 68.Ты точно добьешься успеха, если будешь продолжать работать в этом направлении. 69.Твоя ежедневная работа дала прекрасные результаты! 70.Твоя работа доставила мне много радости.  |

**Когда и как следует хвалить?** По мнению опытных психологов, следует хвалить и совсем маленьких детей, и взрослых людей: при наличии физического недостатка; при признаках душевных недостатков – склонности к воровству, лживости или жестокости (хвалить, когда человеку удается от этого удержаться); при повышенной нервозности, тревожности, раздражительности; в положении гонимого, «козла отпущения»; после какой-либо потери, неудачи, непредвиденной неприятности; после провала на ответственном испытании, на экзамене; при болезни; при несчастной любви; просто так, профилактически – бывают моменты, когда похвала уже только за то, что человек живет, может спасти ему жизнь. Главный принцип – похвала не должна быть ожидаемой. Пусть комплимент прозвучит внезапно, как бы невзначай, и, естественно, будет искренним. Желательно, хваля ребенка, назвать его по имени. Всегда хвалите серьезно, убедительно и по существу. **Памятка «Как поощрять ребёнка в семье»** Как можно чаще одобрительно улыбайтесь своему ребенку: и когда он моет посуду, и когда делает уроки, и когда играет. Поощряйте своего ребенка жестами: ему будет всегда тепло и уютно, если мама коснется его головы во время приготовления уроков, а папа одобрительно обнимет и пожмет руку. Словесно выражайте одобрение пусть самым маленьким успехом своего ребенка, его поведением. Используйте чаще выражения: «ты прав», «мы согласны с твоим мнением» – это формирует в ребенке самоуважение, развивает самоанализ и критичность мышления. Дарите своему ребенку подарки, но при этом учите его их принимать. Формируйте в своей семье традиции и ритуалы поощрения ребенка: день рождения, Новый год, конец учебного года, 1 сентября, удачное выступление, сюрпризы, поздравления и т. д. Учите своего ребенка быть благодарным за любые знаки внимания, проявленные к нему, независимо от суммы денег, затраченных на подарок. Дарите подарки своему ребенку не только с учетом его желаний, но и с учетом возможностей своей семьи. Для поощрения своего ребенка используйте не только подарки материального плана, но и моральные поощрения, придуманные вами, которые впоследствии станут реликвией в архиве семьи вашего ребенка: грамоты собственного изготовления, стихи, газеты и дружественные шаржи и т. д. Если вы хотите использовать в качестве поощрения деньги, используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился ими распоряжаться разумно. Если ребенок поощряется деньгами, вы должны знать, каким образом он ими распорядился и обсудить это с ним. Используйте эту возможность для того, чтобы ребенок учился распоряжаться деньгами разумно. Позволяйте своему ребенку иметь карманные деньги, но не оставляйте их расходование без анализа самим ребенком и вами. Если вашему ребенку дарят подарки, никогда не анализируйте с ним их стоимость и ценность. Это может привести к серьезным нравственным проблемам. Раны унижения и издевательства не заживают годами, шрамы безразличия и игнорирования остаются на всю жизнь! Помните! Ваше внимание, любовь и ласка, дружеское участие и расположение могут сделать для вашего ребенка больше, чем самый дорогой подарок! Учите своего ребенка понимать и ценить поощрения своих родителей. **Правила наказания** Наказывая, подумай: Зачем? Для чего? Наказание никогда не должно вредить здоровью. Если есть сомнения, наказывать или нет – не наказывать! Никаких наказаний не должно быть «на всякий случай», даже если кажется, что вы слишком добрая (ый) и мягкая (ий). За один раз можно наказать только за один проступок. «Салат» из наказаний не для детей. Запоздало не наказывать – за давностью все списывается. Наказан – значит, прощен, страницу жизни перевернул – никаких напоминаний. Любое наказание не должно сопровождаться унижением, не должно рассматриваться как торжество силы взрослого над слабостью ребенка. Ребенок не может не огорчать – это нормально, поэтому относиться к этому нужно соответственно. Не стремиться переделывать ребенка, а также не допускать, чтобы он жил в страхе перед наказанием. Наказание обладает внушающим воздействием, если оно соответствует проступку и применяется редко. Никогда нельзя использовать как наказание физическую или умственную работу. Нельзя наказывать лишением любви! **Педагогические требования к применению наказаний следующие:** Уважение к детям. Не ровный голос требуется от родителя, когда он наказывает ребёнка за серьёзный проступок, а уважение к ребёнку и такт. Последовательность. Сила и эффективность наказаний значительно снижаются, если они применяются часто, поэтому не следует быть расточительным на наказания. Учёт возрастных и индивидуальных особенностей, уровня воспитанности. За одинаковый поступок, например, за грубость к старшим, нельзя одинаково наказывать младшего школьника и юношу, того, кто допустил грубую выходку по недопониманию и кто сделал это преднамеренно. Справедливость. Нельзя наказывать «сгоряча». Прежде чем наложить взыскание, надо выяснить причины и мотивы поступка. Несправедливые наказания озлобляют, дезориентируют детей, резко ухудшают их отношение к родителям. Соответствие между отрицательным поступком и наказанием. Значимость. Наказание должно быть значимым для ребёнка, иначе оно теряет свой смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Твёрдость. Если наказание объявлено, то не следует его отменять, за исключением случаев, когда выясняется его несправедливость. Коллективный характер наказания. Это означает, что в воспитании каждого из детей принимают участие все члены семьи. **Простые советы родителям** 1.Помните, что ребенок не состоит сплошь из недостатков, слабостей, неуспехов. Достоинства есть у ребенка сейчас, надо уметь их увидеть. 2.Не скупитесь на похвалу. Хвалить надо исполнителя, а критиковать только исполнение. Хвалить персонально, а критиковать как можно более безразлично. 3.Всякое повышение требований к ребёнку надо начинать с похвалы, даже авансом. 4.Ставьте перед ребенком достижимые цели. 5.Вместо приказаний ребёнку следует просить у него совета или помощи, как у равного или старшего. 6.Позволения учат детей гораздо лучше, чем запреты. 7.При необходимости наказания, помните, что не стоит дважды наказывать за одни и те же ошибки. Ребенок должен понимать, за что и почему его наказывают. 8.Надо убедить себя, что в большинстве случаев замечания, одергивания, требования просто не нужны. 9.Любой ребенок заслуживает любви и уважения: ценность в нем самом!**Капризы, упрямство и способы их преодоления***консультация для родителей*каприз упрямство детский воспитание семьяПонятия "капризы и упрямство" очень родственные и чёткой границы провести между ними нельзя. И способы преодоления капризов и упрямства одинаковы, но об этом позже.**Упрямство** - это психологическое состояние, очень близкое к негативизму. Это отрицательная особенность поведения человека, выражающаяся в необоснованном и нерациональном противодействии просьбам, советам, требованиям других людей. Вид упорного непослушания, для которого нет видимых мотивов.**Проявления упрямства:**Ш в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.Ш выступает как психологическая защита и имеет избирательный характер, т.е. ребёнок понял, что совершил ошибку, но не хочет в это признаваться, и поэтому " стоит на своём".Упрямство может стать чертой характера, если не принять меры к его преодолению. С течением времени оно порождает детскую лживость, может привести к расстройству нервной системы, неврозам, раздражительности. Если такие проявления, ещё в дошкольном возрасте, из реактивных состояний переходят в хронические, то возникает начальная стадия педагогической запущенности.О капризах мы не будем много говорить, т.к. вся информация во многом пересекается с вышесказанным.**Капризы** - это действия, которые лишены разумного основания, т.е. " Я так хочу и всё!!!". Они вызываются слабостью ребёнка и в определённой степени тоже выступают как форма самозащиты.**Проявления капризов:**Ш в желании продолжить начатое действие даже в тех случаях, когда ясно, что оно бессмысленно, не приносит пользы.Ш в недовольстве, раздражительности, плаче.Ш в двигательном перевозбуждении.Развитию капризов способствует неокрепшая нервная система.**Что необходимо знать родителям о детском упрямстве и капризности:**1. Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.2. Как правило, эта фаза заканчивается к 3,5- 4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная.3. Пик упрямства приходится на 2,5- 3 года жизни.4. Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.5. Девочки капризничают чаще, чем мальчики.6. В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых детей - до 19 раз!7. Если дети по достижению 4 лет всё ещё продолжают часто упрямиться и капризничать, то, вероятнее всего речь идёт о " фиксированном упрямстве", истеричности, как удобных способах манипулирования ребёнком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребёнка, нередко ради своего спокойствия.**Что могут сделать родители для преодоления упрямства и капризности у детей:**1. Не предавайте большого значения упрямству и капризности. Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребёнка.2. Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.3. Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребёнку - это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки ещё сильнее его возбуждают.4. Будьте в поведении с ребёнком настойчивы, если сказали "нет", оставайтесь и дальше при этом мнении.5. Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ ребёнка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.6. Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: "Посмотрите, какая плохая девочка, ай-яй-яй!". Ребёнку только этого и нужно.7. Постарайтесь схитрить: "Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка)!". Подобные отвлекающие манёвры заинтересуют капризулю и он успокоится.8. Исключите из арсенала грубый тон, резкость, стремление " сломить силой авторитета".9. Спокойный тон общения, без раздражительности.10. Уступки имеют место быть, если они педагогически целесообразны, оправданы логикой воспитательного процесса.Следующие моменты очень важны в предупреждении и в борьбе с упрямством и капризами. Речь пойдёт о гуманизации отношений между родителями и детьми, а именно о том, в каких случаях ребёнка нельзя наказывать и ругать, когда можно и нужно хвалить:**Нельзя хвалить за то, что:**Ш достигнуто не своим трудом.Ш не подлежит похвале (красота, сила, ловкость, ум).Ш из жалости или желания понравиться.**Надо хвалить:**Ш за поступок, за свершившееся действие.Ш начинать сотрудничать с ребёнком всегда с похвалы, одобрения.Ш очень важно похвалить ребёнка с утра, как можно раньше и на ночь тоже.Ш уметь хвалить не хваля (пример: попросить о помощи, совет, как у взрослого). О наказаниях необходимо остановиться более подробно.**Нельзя наказывать и ругать когда:**1. ребёнок болен, испытывает недомогание или оправился после болезни т.к. в это время психика ребёнка уязвима и реакция непредсказуема.2. когда ребёнок ест, сразу после сна и перед сном.3. во всех случаях, когда что-то не получается (пример: когда вы торопитесь, а ребёнок не может завязать шнурки).4. после физической или душевной травмы (пример: ребёнок упал, вы ругаете за это, считая, что он виноват).5. когда ребёнок не справился со страхом, невнимательностью, подвижностью и т.д., но очень старался.6. когда внутренние мотивы его поступка вам не понятны.7. когда вы сами не в себе.Семь правил наказания:1. наказание не должно вредить здоровью.2. если есть сомнения, то лучше не наказывать (пример: вы не уверены, что проступок совершил именно ваш ребёнок, или вы сомневаетесь в том что совершённое действие вообще достойно наказания, т.е. наказывать "на всякий случай" нельзя.3. за 1 проступок - одно наказание (нельзя припоминать старые грехи).4. лучше не наказывать, чем наказывать с опозданием.5. надо наказывать и вскоре прощать.6. если ребёнок считает, что вы несправедливы, то не будет эффекта, поэтому важно объяснить ребенку, за что и почему он наказан.7. ребёнок не должен бояться наказания.Конечно, использовать все правила и необходимые условия в своём семейном воспитании очень сложно, но вероятно каждый родитель выберет из всего выше перечисленного недостающую часть, тем самым, дополнив уже выработанную стратегию воспитания в вашей семье.**Развитие памяти у детей, игры и упражнения, еда для памяти**Для того чтобы развить память у ребенка необходимо совсем немного: несколько свободных минут родителя в день, распечатанный материал, а также описание игр и упражнений из статьи [zhurnal-razvitie.ru](http://zhurnal-razvitie.ru/). При соблюдении этих условий уровень памяти ребенка дошкольника может практически достичь уровня подростка. В статье кратко описаны виды памяти человека, особенности развития памяти у детей, а также игры и упражнения для развития памяти. Именно на игры и упражнения сделан основной упор в статье. Очень полезно будет узнать и о еде, которая необходима как ребенку так и взрослому для улучшения памяти.**Виды памяти у человека**Если говорить просто, то память это процесс записи, хранения и извлечения информации. Она влияет на многие психические процессы [личности](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-lichnosti/teoriya-lichnosti-frejda-ee-struktura-ono-ya-sverx-ya-libido-i-martido.html), такие как мышление, например. Память бывает:1. *Произвольная* – человек  заставляет себя запомнить что-то при помощи воли (складывается в возрасте 4-5 лет)
2. *Непроизвольная* – не заставляет.

Если молодой парень, который хочет [заинтересовать девушку](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-otnoshenij/kak-zainteresovat-devushku.html) заучивает любовное стихотворение, читая его вслух, скорее всего у него преобладает*слуховая память*. Если рассказывая вопрос на экзамене, студент вспоминает страницу из конспекта или учебника, то *зрительная память* — его конек. А если на танцевальном кружке человек легко запоминаете движения танца, и помимо этого он ловко и хорошо работаете иглой, то у такого развита *двигательная память*.Ученик пишет диктант. Учитель диктует несколько слов. Ученик их запоминает, тут же записывает и тут же забывает. Это есть механизм *кратковременной памяти*. Все что помниться дольше этого – *долговременная***.** [Развитие памяти у взрослых](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-lichnosti/razvitie-pamyati-u-vzroslyx.html) имеет свои особенности, а теперь вернемся к развитию памяти детей и отметим некоторые особенности этого развития.**Особенности развития памяти у детей**[Новорожденный](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-vospitaniya/razvitie-novorozhdennogo-rebenka-osobennosti-psixicheskogo-razvitiya-novorozhdennogo.html) не обладает памятью. Позже она появляется в виде узнавания. У дошкольников развито автоматическое запоминание. Поэтому желательно начать учить английский, немецкий или другой язык до того, как малыш пойдет в школу. Так как основа любого иностранного языка это слова, которых много и которые дошкольник заучит достаточно быстро.Вообще развитие памяти детей необходимо начинать как можно раньше и продолжать постоянно. Это необходимо делать как родителям, так и учителям. Обычно лишь подросток может использовать мыслительные действия для запоминания чего либо (например, поставить крестик на руке, чтобы не забыть о встрече). Однако доказано, что уже дошкольники могут эффективно использовать некоторые из этих мыслительных действий для запоминания. [Развитие речи дошкольника](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-vospitaniya/razvitie-rechi-detej-doshkolnogo-vozrasta.html) во многом завит от развития его памяти.**Игры для развития памяти у детей****«Картинки»**Детям на короткое время показывается картинка. Потом картинка убирается и  малышам необходимо описать то, что было изображено на картинке, как можно более подробно.**«10 отличий»**Хороший вариант игр картинок это «найди 10 отличий». Этот вариант можно усложнить. Сначала показать для запоминания одну картинку (примерно полминуты), затем показать вторую. Детям необходимо сказать что изменилось.**«Запомни зоопарк***»*Ребенку выкладывают на обозрение несколько мягких игрушек (для дошкольника не больше 7). В течение 30 секунд ему необходимо запомнить их расположение. После этого он отворачивается, а взрослый меняет местами игрушки. Малыш поворачивается обратно и рассказывает что изменилось.Кстати все игры описанные в этой статье развивают еще и внимание.Игры развивающие память и внимание**«Портрет»**Из группы выбирается ведущий. Его облик необходимо запомнить. После чего, ведущий выходит за дверь и там что-нибудь меняет в своем обличии. Он возвращается, и дети угадывают, что изменилось в его внешности.**«Описание»**После того как вы прогулялись со своим чадом в парке и пришли домой, попробуйте вспомнить вместе, какой-нибудь интересны объект который увидели  или необычного человека который проходил мимо вас. Начинайте называть то, что вам запомнилось в этом человеке или предмете по очереди. Кто больше признаков назовет тот и победил.**«Танцевальный кружок»**Эта игра развивает двигательную память. Под веселую музыку взрослый показывает детям какое-нибудь движение. Например, приседает, встает и разводит руки в стороны. Малышам необходимо его повторить. Движения можно усложнять и даже придумать интересный танец.**«Попробуй, повтори!»**Берем счетные палочки. Взрослый выкладывает из них определенную композицию и дает время ребенку ее запомнить. Затем малыш повторяет эту композицию со своими счетными палочками. Можно поменяться ролями. В этой игре можно использовать не только счетные палочки, но и монетки, бусинки, спички и т. д.**Упражнения для развития памяти ребенка***Развитие способности создавать мыслительные образы. Упр. «Воображение»*Задача малыша запомнить сказанные взрослым слова зарисовав их на бумаге, а затем, глядя на свои рисунки повторить эти слова. Здесь несколько этапов. На первом предъявляются простые слова, к примеру: стол, стул, человек, звезда. На втором этапе слова усложняются (к существительным прибавляются прилагательные) например: старый дом, летающий жук. На третьем слова становятся не такими прямыми как на первых двух этапах, например: радость, грусть, старость, [сказка](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-vospitaniya/skazkoterapiya-dlya-rebenka.html) и так далее. Количество слов предъявляемых на каждом этапе необходимо увеличивать постепенно. Так же постепенно желательно отказаться от рисования на бумаге, а запоминать образ в голове. Это упражнение можно сделать еще сложнее, если вместо листочка и карандаша дать детям счетные палочки. Теперь им будет не так просто «нарисовать» слово, для дальнейшего воспроизведения. Но именно такие трудности позволяет ребенку развить свою память.**Развиваем концентрацию внимания. Упр. «Рисунок по памяти»**Выдайте ребенку лист бумаги и карандаш. Взрослый показывает какую-либо картинку в течение примерно 30 секунд. Малыш ее запоминает и перерисовывает  на листок. Желательно чтобы картинки были нарисованы только простым карандашом (это для начала), а изображение на них было простым (например, квадрат). Безусловно, необходимо усложнять задание. Для этого можно 1. Предъявлять для воспроизведения несколько рисунков сразу 2. Усложнять сами рисунки 3. Дать краски или цветные карандаши и показывать цветные рисунки. 4. Предъявлять не конкретные (рисунок стула) а абстрактные (линия зигзаг) изображения.**Развитие зрительной и слуховой памяти. Упр. «Оживление»**Предложите чаду представить какое-нибудь животное. А затем попросите оживить его у себя в сознании. Пусть малыш расскажет то, что он представил. Пусть опишет само животное, чем оно занимается. Если это упражнение доставляет сложности у малыша, то можно начать с карточек с изображением животного. То есть взрослый показывает карточку с животным и предлагает ему описать это животное и представить чем оно может заниматься (или чем оно уже занимается на картинке). Помимо животных можно представлять любые предметы.**Развитие анализа и синтеза. Упр. «Найди похожее»**Перед ребенком лежит карточка с изображением. Ему необходимо ее запомнить. Затем эту карточку убирают и предоставляют 9 других карточек, которые схожи с предыдущей и 1 которую он запоминал. Задача малыша найти ту карточку, которую он запоминал в начале. Усложнить игру просто, увеличивая количество карточек в каждом предъявлении.  Кстати, в интернет-журнале «Развитие» есть хорошая статья, в которой[описываются развивающие игры для детей 1 года](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-vospitaniya/razvivayushhie-igry-dlya-detej-1-goda.html), а также статья об [играх для развития детей от 2-х лет](http://zhurnal-razvitie.ru/psihologiya-vospitaniya/igry-dlya-razvitiya-detej-ot-2-x-do-3-x-let.html).**Еда для памяти**Для начала стоит сказать о режиме дня. Не дня без спорта. Зарядка, пробежка, или любая другая физическая нагрузка необходима малышу для нормального развития мозга и памяти. Сосуды расширяются – кровоток улучшается. Полноценный сон также очень важен (для дошкольника не менее 9 часов).Пусть ребенок ест чаще (5 раз в день) но небольшие порции. Это поддержит мозг в тонусе. Есть лучше всего различные каши, орехи, жирную рыбу, бобы, фрукты и овощи. Принимайте рыбий жир в капсулах и ешьте салаты с растительным маслом (витамин Е).**Готовность к школьному обучению – это достижение ребенком такого оптимального уровня развития, при котором он способен обучаться в школе, без чрезмерной нагрузки на нервную систему и организм.**Если ребенок готов к школьному обучению, то можно с уверенностью говорить о том, что учеба для него будет увлекательна, а полученными достижениями он будет гордиться и стремиться еще к лучшему результату.[Психологи](https://puzkarapuz.ru/consultation/psychiatry/) и педагоги, описывая понятие «готовность к школьному обучению», говорят о том, что ребенок «созрел» для данной деятельности только в том случае, если он имеет не только отдельные знания и умения, необходимые для поступления в  школу. А когда его мотивационная, личностная сфера,  готовы к ней. Когда он имеет четкую «внутреннюю позицию школьника». А также, он владеет волевой, интеллектуальной готовностью. Ребенок к поступлению в школу должен иметь высокий уровень зрительно-моторной координации, то есть для него не должно доставлять труда осуществление какой- либо двигательной деятельности под контролем зрительного анализатора.**Понятие «готовность ребенка к школьному обучению» не такое простое, как кажется на первый взгляд****Готовность к школе является очень сложным понятием, в котором можно выделить следующие компоненты**:* *мотивационная или личностная* готовность ребенка к школьному обучению заключается в том, что ребенок может принять внутреннюю позицию ученика. Для этого необходим высокий уровень развития мотивационной сферы малыша. Он должен иметь способность к произвольному управлению своей деятельностью. А развитие познавательных интересов ребенка должно представлять собой четкие мотивы с высокоорганизованной учебной мотивацией. Здесь следует также учитывать уровень развития эмоциональной сферы ребенка и его эмоциональную устойчивость.
* *интеллектуальная* готовность ребенка к школьному обучению предполагает у него определенный набор представлений об окружающем мире и знаний. Он должен иметь конкретные предпосылки к формированию учебной деятельности.
* *социально-психологическая* готовность ребенка к школьному обучению включает в себя развитие таких качеств, благодаря которым он мог бы взаимодействовать с учителем и детьми.

**«Кризис семи лет» и его значение для готовности к школьному обучению**Возраст семи лет был выбран для начала обучения в школе совершенно не случайно. Еще Л. С. Выготский указывал, на то, что в это время начинается «утрата детской непосредственности - начало дифференциации внутренней и внешней стороны личности ребенка».В [поведении](https://puzkarapuz.ru/content/1864) ребенка начинает проявляться ярко выраженная негативная симптоматика кризиса.  Ваш замечательный малыш вдруг становится негативно настроенным почти на все, его упрямство и  строптивость доходят до «предела вашего терпения». Ему становится свойственна нелепость, нарочитость, искусственность поведения, а вертлявость и паясничанье становятся ежедневными спутниками.Ребенок к семи годам перестает быть наивным и непосредственным, он становятся менее понятным для собственных родителей. Причиной тому становится приобретение такого психологического новообразования, как разделение в сознании малыша внутренней и внешней жизни.До семи лет малыш поступает в соответствии со своими переживаниями. Поведение ребенка в этот период имеет схему: «**захотел-сделал**».В возрасте семи лет поведение малыша становится осознанным и его можно описать следующей схемой: «**захотел – осмыслил - сделал**». Осознание и осмысление всего происходящего включается во все сферы жизни ребенка старшего дошкольного возраста: он четко начинает понимать отношение к себе окружающих людей и свое отношение к ним, к самому себе, результаты своей деятельности и т.д.Но следует учитывать, что осознание и осмысление у ребенка старшего дошкольного возраста еще очень малы.В старшем дошкольном возрасте появляется довольно четкое осознание своего социального «**Я**», у ребенка происходит формирование внутренней социальной позиции.  Ребенок начинает понимать какое место он занимает в жизни, появляется осознанное стремление к изменению себя как личности.Ребенок начинает терять интерес к дошкольным видам деятельности. В условиях школьного обучения это, проявляется в стремлении детей к социальному положению школьника. Ребенок радуется начавшемуся обучению, он ответственно относится к поручениям взрослых. Ребенок может взять на себя посильные обязанности и стать помощником в классе, семье.Негативная симптоматика кризиса семи лет отчетливо наблюдается, если  переход к новому социальному положению и новой деятельности своевременно не наступает (ребенка передерживают дома, в детском саду, устанавливают над ним гиперопеку).Какое поведение присуще детям в старшем дошкольном возрасте?Согласно подходам психологов к основным симптомам кризиса семи лет, поведение старшего дошкольника, характеризуется следующими особенностями:* Потеря спонтанности и непосредственности поведения. Ребенок уже способен понимать, чем может обернуться лично для него реализация того или иного желания, против которого возражают старшие члены семьи или воспитатель в детском саду. Раньше ребенок действовал в значительной степени от своих желаний и потребностей, то на границе старшего дошкольного и младшего школьного возрастов впервые в жизни человека появляется возможность торможения импульсивных поведенческих реакций и оценки социальных последствий их спонтанности и непосредственности. Торможение и оценка зависят от степени развития сознания и самосознания ребенка, что определяется зрелостью лобной коры и ее связей со структурами лимбической системы, ответственной за субъективные эмоциональные реакции. Только понимание и положительное участие взрослых способствуют безущербному для развития ребенка прохождению кризисных периодов становления личности.
* Сложности и противоречия внутреннего мира. Эти проблемы проявляются в такой особенности поведения ребенка как манерничание и своеобразное кокетство. В ситуациях социальных конфликтов или сложного для себя выбора он часто начинает играть ту или иную роль, кого-то из себя изображая и при этом скрывая истинные свои мотивы чувства. Эта особенность поведения дошкольника еще раз служит знаком формирующегося самосознания и когнитивного компонента «Я-концепции».
* С первыми двумя особенностями поведения ребенка связан третий симптом кризиса семи лет – симптом «горькой конфеты». Старший дошкольник в конфликтах, когда ситуация складывается не в его пользу и ему угрожает социальное порицание, старается свое негативное эмоциональное состояние не проявлять открыто в виде слез, а скрыть его от окружающих.

**Для чего нужен кризис 7 лет?**Все отмеченные проявления кризиса семи лет в своем развитии приводят к психологическим новообразованиям ребенка среди которых общими, по представлениям классических работ отечественных и зарубежных психологов, являются  следующие изменения его личности:* децентрация личности в форме осознания своей отделенности от других;
* начало произвольности поведения;
* начало произвольности познавательных процессов.

**Какие изменения в личности ребенка происходят к седьмому году жизни?**Конкретные проявления этих существенных личностных новообразований определяются содержанием социальной ситуацией развития и особенностями истории формирования личности ребенка. К основным изменениям личности старшего дошкольника, так или иначе связанных с подготовкой к школе, относятся следующее:* Изменения в мотивационно-потребностной системе. Важнейшая и новая черта в старшем дошкольном возрасте – это ее индивидуализация и оформление иерархической структуры. У каждого ребенка можно обнаружить ведущую потребность и сопряженные с ними мотивы, которые определяют его поведение и своеобразие личности.
* Изменение эмоциональной системы. Трансформация эмоциональных переживаний происходит за счет включения новых чувств: огорчение по поводу непонимания другими людьми, удовлетворение от хорошего и социально поощряемого поступка, эстетические удовольствия, эмпатия и сочувствие слабым и обиженным. Все названные чувства имеют социальное происхождение и формируются при накопление личного опыта общения с другими людьми, демонстрирующими образцы социального поведения и действия.
* Обогащение и развитие системы психологических защит. Возрастная динамика системы психологических защит связана с появлением и использованием высших эго-защитных механизмов, таких как: интроекция и проекция, компенсация, регулирующих адекватность социальных отношений не только с родителями, но и со сверстниками, а также позволяющих сохранять целостность формирующейся личности ребенка.
* Завершение первичного этапа формирования самосознания. Самосознание старшего дошкольника включает аффективный компонент «Я-образа» за счет формирования адекватных самооценок ребенка. В старшем дошкольном возрасте происходит «закладка» когнитивного компонента «Я-концепции» как результата накопленного социального опыта конфликтных отношений и решения своих жизненных задач.
* Развитие произвольности поведения.

В свою очередь, степень готовности к школьному обучению дошкольника – это в значительной мере вопрос социальной зрелости ребенка, приступая к систематическим занятиям, он должен быть готов не только к усвоению знаний, но и к существенной перестройке всего образа жизни, которая неизбежно связана с изменением его места в системе общественных отношений – принятием положения школьника.   Исследователи отмечают, что реализация ребенком социальной позиции школьника возможна только на основе формирования у него конкретных психических особенностей, обеспечивающих возможность приступить к изучению науки в логике науки, а также организовать свою деятельность и поведение, подчиняя их определенным образцам, правилам, моральным законам. О субъективной готовности к новой социальной позиции или наличии внутренней позиции школьника можно говорить, если общее стремление ребенка в школу сопряжено с его ориентацией на сущностные моменты школьно-учебной действительности, то есть собственно школьное, учебное содержание занятий и специфичную именно для школы форму их осуществления,  а также на авторитет  учителя как носителя общественно выработанных способов деятельности и отношений.**Как понять что ребенок готов к поступлению в школу?**По мнению отечественных психологов, наличие готовности к школьному обучению присутствует, если ваш ребенок:* Хочет в школу и не мыслит себя вне нее. Ребенок понимает важность обучения и стремится к занятиям.
* Проявляет большой интерес к собственно школьному содержанию занятий:а) предпочитая грамоту и счет занятиям дошкольником (рисование, лепка, аппликация, пение, конструирование, физкультура;б) ребенок четко представляет себе процесс подготовки к школе и занятиям.
* Ребенок самостоятельно и добровольно отказывается от характерных ориентаций дошкольников:а) он предпочитает классные занятия обучению дома;б) не отрицает и старается тщательно соблюдать наличие принятых норм поведения в школе, обществе, дома;в) предпочитает традиционный способ оценки учебных достижений (отметка) всем другим видам поощрения. Сладости, подарки в замен на хорошее обучение его перестают интересовать.
* Признает авторитет и уважает учителя.

Итак, готовность к школе детей старшего дошкольного возраста проявляется в том, что у детей формируется принятие нового социального статуса – статуса школьника, в связи с чем, появляются личностные новообразования, меняются представления ребенка о себе и отношения к окружающему миру. |