

@larangsovet

лариса суркова

главное время для развития

от 3 до 7 лет

обучение и игра
каждый день



Звезда инстаграма: практика

Лариса Суркова

**Главное время для развития:
от 3 до 7 лет. Обучение
и игра каждый день**

«Издательство АСТ»

2017

УДК 159.9
ББК 88.5

Суркова Л. М.

Главное время для развития: от 3 до 7 лет. Обучение и игра каждый день / Л. М. Суркова — «Издательство АСТ», 2017 — (Звезда инстаграма: практика)

ISBN 978-5-17-100712-6

Ваш малыш уже разговаривает, заводит друзей, ходит в детский сад и даже начинает готовиться к школе? Родители, будьте внимательны – именно сейчас ребенку очень нужна ваша опора и поддержка! В этой книге вас ждет совершенно иная подача материала – по всем дням и неделям календарного года, где каждая посвящена какой-либо проблеме или вопросу. Например, вы хотите развить логическое мышление малыша или заинтересовать его чтением книг? Лариса Суркова предлагает всего 7 простых шагов – и с понедельника по воскресенье вы поэтапно учите своего ребенка. Разнообразные игры для всех времен года, борьба с хамством и бранными словами в речи, подготовка к школе, развитие ребенка, его досуг и даже ТРИЗ для самых маленьких – книга охватывает все проблемы и вопросы, которые возникают у родителей детишек от 3 до 7 лет.

УДК 159.9

ББК 88.5

ISBN 978-5-17-100712-6

© Суркова Л. М., 2017

© Издательство АСТ, 2017

Содержание

Январь	9
1-я неделя	9
Понедельник	10
Вторник	10
Среда	10
Четверг	10
Пятница	10
Суббота	10
Воскресенье	10
2-я неделя	12
Понедельник	13
Вторник	13
Среда	13
Четверг	13
Пятница	13
Суббота	13
Воскресенье	13
3-я неделя	14
Понедельник	16
Вторник	16
Среда	16
Четверг	16
Пятница	16
Суббота	16
Воскресенье	16
4-я неделя	18
Понедельник	18
Вторник	19
Среда	19
Четверг	19
Пятница	19
Суббота	19
Воскресенье	19
Февраль	20
5-я неделя	20
Понедельник	21
Вторник	21
Среда	21
Четверг	21
Пятница	21
Суббота	21
Воскресенье	21
Пример сказки:	21
6-я неделя	23
Понедельник	25
Вторник	25

Среда	25
Четверг	25
Пятница	25
Суббота	25
Конец ознакомительного фрагмента.	26

Лариса Суркова
Главное время для развития от 3 до
7 лет: обучение и игра каждый день

Не начинайте считать своих детей взрослыми, все знающими и умеющими. Именно сейчас им очень нужна ваша поддержка!

Лариса Суркова



© Суркова Л.
© ООО «Издательство АСТ»

* * *



Суркова Лариса – мама 5 детей, кандидат психологических наук и практикующий психолог, ведущая в Instagram свой профиль ©larangsovet. Занимается вопросами детской и семейной психологии.

Январь

1-я неделя

Ура! Новогодние каникулы!



Вот и наступил Новый год. Многие из вас под бой курантов подумали о своих близких, пожелали им здоровья и счастья, надеясь в новом году проводить с ними больше времени. Новогодние и рождественские каникулы дают шанс претворить все ваши мечты в жизнь: больше общайтесь друг с другом, ходите в гости, приглашайте друзей, знакомьтесь с соседями, больше гуляйте на свежем воздухе. Другими словами, пусть ваш новый год начнется насыщенно, ярко и весело!

Чтобы не провести все каникулы перед телевизором, стоит заранее продумать программу досуга на эти дни. Совсем не обязательно составлять четкое расписание семейных развлечений, распечатывать его и вешать на стену. Просто выясните заранее, что любят ваши дети, а от

каких мероприятий не откажется папа. Узнайте расписание елок и спектаклей в ближайшем театре и действуйте по настроению! Замечательно, если вы будете сочетать активные виды отдыха на свежем воздухе (катание на коньках, лыжах, санках) со спокойным домашним времяпрепровождением. Ведь лучший отдых – это смена деятельности.

Понедельник

Сделайте то, о чем давно мечтали, но до чего никак не доходили руки, например, поставьте домашний спектакль или навестите родственников и друзей, которые далеко живут. Главное – сделайте это всей семьей.

Вторник

Проведите как можно больше времени на свежем воздухе. Если есть возможность, съездите за город, на дачу. Гуляйте в парке, лесу, катайтесь на лыжах, коньках, санках, «ватрушках», – постарайтесь весь световой день пробыть на улице. Ведь когда закончатся выходные, погулять всем вместе уже не получится. Детям необходимы прогулки, а прогулки в компании родителей – это еще и весело!

Среда

Если вам интересен культурный отдых, сходите в театр, на елку, в музей. Сейчас появилось много «контактных» зоопарков, где можно погладить козочку или подержать на руках кролика – совсем маленькие детишки будут в восторге.

Четверг

Устройте день самодельных рождественских подарков! За пару дней до праздника организуйте дома «волшебную мастерскую». Купите книжку с поделками и мастерите вместе с детьми: делайте витражи, рисуйте картины на дереве, на холсте, вырезайте фигурки и клейте аппликации.

Пятница

Организируйте праздник прямо во дворе! Так вы и поиграете, и погуляете, и поближе узнаете своих соседей. Нарядите елку, поиграйте в ручеек и другие активные игры, чтобы не замерзнуть. Поверьте, такая веселая прогулка понравится и детям, и взрослым.

Суббота

Хорошая идея – устроить «День вкуснятины». Например, все вместе испеките печенье: позвольте детям измазаться в муке, в тесте, налепить неровных фигурок. Или можно освободить в этот день маму от кухни, а папе с детьми наготовить простых и вкусных блюд. Главное, чтобы они делали это самостоятельно!

Воскресенье

Домашний детский праздник или маскарад – будет весело и детям, и взрослым! Соберите друзей, соседей, отрепетируйте представление, приготовьте угощение. Наденьте карнавальные костюмы, поиграйте в сказку и соберитесь в конце вечера за одним большим столом.



2-я неделя Семейные ценности



Семья играет огромную роль для каждого человека. То, что нас кто-то ждет дома, придает нам сил и в работе, и в повседневных заботах. То, насколько ребенок будет привязан к своей семье в будущем, во многом определяют семейные традиции и ритуалы. Новогодние праздники – самое время задуматься об этом, вдохнуть жизнь в старые семейные традиции или придумать новые. Это подходящий повод поздравить дальних родственников открытками, позвонить бабушкам и дедушкам, собраться всем вместе за праздничным столом и провести новогодние каникулы незабываемо, дружно и весело! Как же еще можно сплотить семью и привить детям семейные ценности?

Понедельник

Начните с воспоминаний о своем детстве. Самый простой и при этом лучший вариант – возродить те ритуалы, которые были у вас в семье, и для своих детей.

Вторник

Стремитесь хотя раз в день собираться вместе за обеденным столом, обмениваясь новостями, делая друг с другом планы и надежды.

Среда

Пусть у ребенка будут свои секретные слова для общения с мамой и папой, обозначающие, например, «я тебя люблю».

Четверг

Приучайте детей к тому, что каждая встреча должна начинаться с приветствия. По утрам не забывайте говорить: «С добрым утром!» После школы первым делом поздоровайтесь и только потом спрашивайте про оценки. Ребенок должен чувствовать, что дома все очень рады видеть его.

Пятница

Укрепляют семью общие дела, которыми одновременно могут заниматься все домочадцы, например, утренняя гимнастика, вечернее чаепитие или визит к бабушке по выходным. Главное, чтобы у ребенка выработалась привычка делать что-то вместе с родителями, братьями и сестрами. Вместе отмечайте праздники и проводите выходные дни.

Суббота

Чтобы ребенок чувствовал принадлежность к большой семье, всегда берите его в гости к бабушкам, дедушкам, тетям и дядям. Вместе пишите письма родственникам из других городов.

Воскресенье

Хорошо, если в доме есть альбом с семейными фотографиями. Время от времени просматривайте его вместе с ребенком, рассказывайте о людях на фото и, например, о том, как сложилась их судьба. Такие семейные истории протягивают невидимую ниточку через поколения и дают ощущение «я не один, за мной семья», которое помогает человеку всю его жизнь.

3-я неделя

Речевые игры



Чтобы научить ребенка чему-то новому, не обязательно устраивать специальные «сеансы общения». Разговаривать о чем-то важном, интересном или веселом можно и за обедом, и по дороге из детского сада, и прогуливаясь по парку. Разнообразьте ваш привычный маршрут, например, забавными речевыми играми. Увлеченные игрой, дети учатся правильно произно-

сильные звуки, пополняют словарный запас, развивают воображение и фантазию. К тому же общение и совместная игра с любимой мамой – лучшее времяпрепровождение для ребенка!

Понедельник

Выберите букву и по очереди называйте слова, начинающиеся на нее. Выигрывает тот, чье слово будет последним.

Вторник

Находите уменьшительно-ласкательные варианты всевозможных слов: «снег – снежок», «дерево – деревце», «санки – саночки», «дядя – дядечка» и т. д. Можно придумывать такие парочки по очереди или вместе с ребенком.

Среда

Предложите ребенку отгадать предмет по названию его частей «ствол, ветки, сучья, листья, кора, корни – дерево»; «дно, крышка, стенки, ручки – кастрюля»; «пол, стены, потолок – комната»; «подоконник, рама, стекло – окно» и т. д.

Четверг

Называйте ребенку предмет, под которое он должен подобрать соответствующие действия. Например, «снег (что делает?) идет, метет, кружится, летит»; «мороз (что делает?) щиплет, кусает, румянит щеки» и т. д.

Пятница

Теперь надо подбирать эпитеты: «снег – белый, пушистый, сыпучий, холодный, мокрый, скрипучий»; «дождь – холодный, летний, морозящий, сильный»; «человек – вежливый, замечательный, открытый, сердечный» и т. д.

Суббота

Ребенку наверняка понравится игра «Сравни разных зверят».

«Мишка большой, а мышка... (маленькая). А еще какой мишка? (толстый, косолапый). А мышка какая? (маленькая, серенькая, быстрая, ловкая). Что любит мишка? (мед, малину). А мышка любит... (сыр, сухарики). Лапы у мишки толстые, а у мышки... (тоненькие). Мишка кричит громким, грубым голосом, а мышка... (тоненьким). А у кого хвост длиннее?» и т. д. Таким образом вы можете сравнивать людей разных профессий, автомобили, цветы, времена года.

Воскресенье

Попробуйте прочитать детский стишок сначала обычным голосом, потом очень быстро и очень медленно, басом и тоненьким голоском, делая ударение не на тех словах, на которых нужно. Изменив интонацию, стихотворение можно прочитать как страшную историю или как телевизионный репортаж. Если получится, попробуйте имитировать иностранный акцент. Такая игра с интонацией развеселит вас и научит ребенка лучше владеть своей речью.



4-я неделя Боремся с гаджетами



Давая ребенку гаджет, родители преследуют собственные цели: хотят немного посидеть в тишине, спокойно поесть или пообщаться в соцсетях. В действительности ребенок может прекрасно обходиться без интерактивной азбуки для малышей в год, компьютерных игр – в три, а без компьютера, по крайней мере, до первого класса. Для его развития гораздо полезнее играть, гулять, быть с родителями и читать книги. А если сами родители не расстанутся с гаджетами, то чего ждать от ребенка? Как же исправить эту ситуацию и не довести ее до компьютерной зависимости?

Понедельник

Если вы даете гаджеты ребенку, ограничивайте время их использования! Купите будильник, объясните ребенку, сколько времени можно играть, чтобы не заболели глазки, когда следует выключить гаджет и заняться другими игрушками.

Вторник

Полноценно используйте свободное время: посвящайте его спорту, занятиям искусством, поездкам. Вы должны обеспечить ребенка новыми впечатлениями, чтобы у него не появилось желания сесть за планшет.

Среда

Не берите гаджет, выезжая в кафе или парк. Ребенок должен уметь отдыхать иначе. Помните: у него образное мышление, ему очень важны новые картинки. Именно картинки развивают детское воображение!

Четверг

Не делайте компьютер или планшет наградой. Положительная обратная связь должна идти от человека, а не от машины!

Пятница

Чтобы зависимость от техники изжить, ее надо сломать. Не играет никто! Это экстремальный метод, но он действует на ребенка в любом возрасте.

Суббота

Начните писать книгу. Дети любят сочинять – записывайте за ними. Потом рукопись можно будет оформить детскими рисунками, переплести и подарить родственникам на какой-нибудь праздник.

Воскресенье

Проводите больше времени на природе. Мозгу очень нужен кислород, особенно во время исцеления от зависимости.



Февраль

5-я неделя Сказкотерапия



Сказкотерапия – волшебный метод! Он эффективен для людей в возрасте от двух до девяноста лет (только тогда он называется иначе).

Можно сочинять сказки и рассказы самим или использовать существующие. Например, сказка «Волк и семеро козлят» поможет вам поговорить о правилах безопасности, придумать специальное секретное слово. Замечательный рассказ Драгунского «Тайное становится явным» обычно заставляет детей испробовать на себе сотню вариантов, чтобы в конце концов убедиться, что ложь наказуема.

Сказкотерапия отличается от простого чтения тем, что сказки и истории, как лекарство, применяют в нужный момент, когда случилась «авария» в отношениях с ребенком. Терапев-

тическую сказку можно и нужно сочинять самим, а ребенок трех-четырёх лет уже может придумывать ее вместе с вами: в таком диалоге решается много проблем. Попробуем сочинить сказку?

Понедельник

В сказке должен быть главный герой. Нужно, чтобы его образ был понятен и приятен слушателю. Сериальные сказки отлично работают, если герой нравится ребенку. Тогда проекция на этот персонаж помогает ему уже вне сказки, в реальной жизни.

Вторник

Пусть главными героями ваших первых сказок будут зайчик, медвежонок или великан. Не вводите фантастических персонажей, с которыми раньше ребенок не сталкивался (Дюдюка, Бабайка и другие).

Среда

Если ребенок уже сталкивался с этими пугающими или странными персонажами, то в сказке можно их реабилитировать. Например, Бабайка может оказаться милой старушкой, живущей в домике на волшебной поляне.

Четверг

Одна сказка должна решать одну проблему!

Пятница

Ваша сказка обязательно должна заканчиваться хорошо и иметь мораль.

Суббота

Истории нужно усложнять по мере взросления ребенка! Фантазируйте и придумывайте новые ходы.

Воскресенье

Основной принцип сказкотерапии в том, что для ребенка принять проблему применительно к сказочному герою проще, чем к себе.

Пример сказки:

Как зайчик захотел прыгать по деревьям (О. Толкачева)

Жил-был в лесу заяц. Был он любопытным и всюду совал свой нос – то залезет в берлогу к медведю, разбудит того и рассердит, то забежит во двор к мужику, всех кур распугает, да и у самого душа в пятки уйдет.

Однажды он гулял по лесу и увидел белку, которая резво перепрыгивала с дерева на дерево, с ветки на ветку. «Ух ты! Постой, белка! Научи меня так же по деревьям прыгать!» – закричал заяц. Рассмеялась белка: «Эх ты, косой! Вот глупости какие! Некогда мне с тобой рассуждать – надо запасать орехи на зиму», – и скрылась в лесу, только хвост рыжий мелькнул. «Ну и не надо! Ишь какая занятая! Сам научусь с дерева на дерево прыгать – не велика наука. Буду ловчее тебя скакать, все орехи в лесу соберу – ничего тебе не достанется!» – пригрозил заяц.

Стал он на дерево карабкаться. Но сколько он ни старался – ничего у него не получалось! Весь живот расцарапал об кору, все лапы в занозах, а ни на сантиметр вверх не поднялся. Погрозил заяц кулаком дереву, рассердился и как с разбегу прыгнул на ветку, которая ниже всего была! Задние лапы у зайца сильные – получилось у него на дерево забраться! А вокруг дерева, на котором заяц еле-еле держался, все лесное зверье собралось: и ежи, и барсуки, и птички-синички-невелички разные – все смотрят, удивляются: «Зайцы по деревьям лазают!» Заяц отдышался и попытался перепрыгнуть на соседнее дерево – но не тут-то было. Сорвался косой и полетел вниз головой. Шлепнулся на муравейник – обрадовался мягкому приземлению, да рано! Муравьям это ух как не понравилось, стали они его кусать, жечь и мучить. Завизжал заяц и как дал деру оттуда, только пятки засверкали. А звери потешаются: «Ай да заяц! Ай да косой! Самый быстрый бегун у нас в лесу!»

После того случая лесные звери стали просить зайца доставлять по лесу письма, и стал заяц самым быстрым почтальоном. И уже не пробует скакать по деревьям – понял он, что у каждого свой талант.

6-я неделя
Домашние обязанности ребенка



Мы часто говорим о взаимоуважении и демократии в отношениях с детьми. Распределение домашних обязанностей очень логично вписывается в эти представления. Даже у совсем маленьких детей могут быть те или иные обязанности, возможно, в игровой форме. Малыши могут убрать игрушки, положить свои вещи в шкаф, помочь маме донести пакет молока до

корзинки с продуктами. Сначала все дети делают это с удовольствием, но время идет, и вот уже помощи по дому от ребенка не дождешься. Где же происходит сбой?

Понедельник

Обязанности нужно подбирать в соответствии с возрастом ребенка. При этом первые обязанности должны быть ему приятны. Большая ошибка – поручить малышу выкидывать грязный подгузник младшего брата или сестры.

Вторник

Помните, что ваш пример – залог успеха. Если вы готовите ужин или моете посуду, вашему чаду захочется повторить за вами! Обязательно дайте попробовать и не ругайте за результат. А уж если начать переделывать что-то на глазах у ребенка, то можно убить любую мотивацию! Критика должна быть объективной и даже мягкой, а главное – следовать только после похвалы.

Среда

Не все сразу! Не подгоняйте ребенка, дайте ему работать в комфортном для него ритме. Сначала надо научиться!

Четверг

Хвалите ребенка. Сделал хорошо, получает удовольствие от работы и радует вас? Похвалите! Но помните о важном правиле – хвалить за результат, а не просто так твердить «молодец». Важно достижение.

Пятница

Учите ребенка пользоваться техникой. Например, если вы загружаете посуду в посудомоечную машину, то нет смысла заставлять ребенка мыть тарелки руками.

Суббота

Устраивайте дежурства. Дайте ребенку поруководить уборкой и, например, отследить, как что-то сделали мама или папа, оценить их труд! Так он учится быть объективным и разумно принимать критику в свой адрес.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.