

СЕМЕЙНЫЙ ДОСУГ

с детьми раннего возраста



подсказка для родителей



ЧЕЛОВЕК



Издательский Дом «КАРАПУЗ»

Светлана Теплюк

**Семейный досуг с
детьми раннего возраста**

«Карапуз»

2011

УДК 373
ББК 74.105

Теплюк С. Н.

Семейный досуг с детьми раннего возраста / С. Н. Теплюк —
«Карпуз», 2011

ISBN 978-5-904673-55-8

Ранний возраст – совершенно особое, специфическое время, во многом определяющее индивидуальность, будущую социальную успешность ребенка. Понимая, насколько велика их ответственность, молодые родители, с одной стороны, спешат развивать ребенка, а, с другой, – еще не очень ясно представляют возрастные особенности своего малыша. Родители задумываются, нужно ли отмечать первый и второй день рождения; как организовать новогодний праздник; как занимать ребенка на семейных праздниках и в гостях; как правильно спланировать поход в цирк и т. д., чтобы для малыша 1–3 лет это был не стресс, а интересное событие. Методические советы и рекомендации специалистов, занимающихся детьми раннего возраста, дадут семьям необходимую информацию по этим вопросам. Эта книга станет хорошим подспорьем для педагогов младших групп детского сада в работе семьями воспитанников, а также для родителей и студентов педвузов.

УДК 373
ББК 74.105

ISBN 978-5-904673-55-8

© Теплюк С. Н., 2011
© Карпуз, 2011

Содержание

К читателям	6
М.Б. Зацепина, доктор пед. наук, Н.А. Урядницкая, канд. психол. наук	7
Первый год жизни	8
Младенец на семейных праздниках	8
Второй год жизни	12
Праздники в кругу друзей	12
День рождения	12
Малыш идет в гости	13
Организация домашнего театра	15
С.Н. Теплюк, кандидат пед. наук	17
В какие игры мы играем в этом возрасте?	18
Как подготовиться к игре	19
Следите за настроением малыша	20
С мамой и папой играем по-разному?	21
Прятки	22
Шажок, еще шажок	23
«Большие – маленькие»	23
«Паровоз»	23
«Воробушки и автомобиль»	23
Конец ознакомительного фрагмента.	24

Семейный досуг с детьми раннего возраста

Сост. С.Н. Теплюк

© ООО Издательский дом «Карпуз», 2011

© С.Н. Теплюк – составитель, 2011

Книга издана при финансовой поддержке Федерального агентства по печати и массовым коммуникациям в рамках Федеральной целевой программы «Культура России»

К читателям

Семейный досуг с маленьким ребенком – дело проблематичное. С одной стороны, досуг на то и досуг, что это твое время, свободное, приятное чем хочешь, тем и занимайся. Но с малышом не расслабишься – родительские обязанности при нас и днем, и ночью. Конечно, у некоторых родителей получается «встроить» малыша и в походную жизнь, и в катание на горных лыжах, и в путешествие по музею. Но большинство молодых пап и мам предпочитают передать ребенка дедушкам-бабушкам и провести свободное время без него. Семейным досугом это уже вроде бы и не назовешь – семья-то не вся в сборе. А связь малыша с мамой настолько тесна, что отвлечься все равно не получается, беспокойство нет-нет да и нахлынет.

В самом деле, появившись на свет, ребенок весомо заявляет о своем праве на заботу и внимание, и мы полностью его в этом поддерживаем – ведь мы его любим, мы его ждали.

Родители – люди ответственные, они хотят развивать малыша, боятся что-то упустить, и как только ребенок встает на ножки, им хочется и праздник ему устроить, и на детский спектакль или в гости сводить, и показать на выставке что-то очень-очень интересное. Но зачастую такие мероприятия не оправдывают ожиданий: малыш капризничает или пугается, мамы и папы утомляются. И никакой радости.

Ребенок раннего возраста очень быстро устает, внимание его рассеянно, нервная система неустойчива. Поэтому при любых условиях его интересы – прежде всего. Так что же получается – пока малыш не вырастет, совместные мероприятия отставить? Совсем не обязательно, просто нужно знать, что малышу интересно и полезно, а чего нужно пока избегать. О том, как построить семейный досуг с ребенком раннего возраста для обоюдного удовольствия, и расскажут вам в нашей книге опытейшие авторы-педагоги.

**М.Б. Зацепина, доктор пед. наук,
Н.А. Урядницкая, канд. психол. наук**
Праздники в семье

Наверняка вы не раз задумывались о том, стоит ли организовывать для своего малыша какое-нибудь запоминающееся празднество (например, день рождения) и как это сделать, приглашать ли гостей, когда в доме маленький ребенок, или, наоборот, брать ли его с собой в гости к друзьям. В нашей статье мы попытались ответить на эти самые распространенные вопросы. Здесь вы найдете общие рекомендации и непреложные правила, касающиеся организации праздников для ребенка первого и второго годов жизни, советы, которые помогут включить малыша в семейные праздники, провести интересные и полезные детские утренники с приглашениями друзей.

Праздники – не только особые дни в жизни любого человека, которые радуют и волнуют, обещают приятные каждому сердцу подарки и открытое общение с друзьями. Для ребенка праздники и торжественные дни особенно значимы, поскольку дарят ему новые впечатления, сближают с родными и друзьями, приобщают к традициям, оставляют на всю жизнь самые светлые воспоминания.

В каждой семье складываются свои традиции, которые связаны с организацией праздников. Кто-то любит, когда приходит много гостей, и праздник отмечается шумно и весело; кто-то предпочитает уютное общение в узком кругу родных. Как правило, семейные мероприятия проводятся по случаю дня рождения члена семьи, в связи с религиозными и народными праздниками – Рождеством, Пасхой, Новым годом, 8 Марта. Во многих из них, согласно общенациональной традиции, дети могут принимать самое активное участие. Например, на Масленицу было принято привлекать самых маленьких детей к лепке и выпеканию фигурок птиц – символов наступающей весны, а также вместе встречать прилет перелетных птиц; ребята постарше вместе со взрослыми наряжали чучело Масленицы и украшали Весеннее дерево. Все эти совместные занятия обеспечивали маленькому ребенку разнообразие впечатлений и видов деятельности: от наблюдения, через подражание и пробу своих сил к самостоятельному творчеству и экспрессии.

На Руси всегда было принято отмечать день Ангела, или именины. Дни рождения отмечались скромно или совсем не отмечались. Только детям до семи лет день рождения праздновали торжественно. В семь лет малыш начинал исповедоваться у священника в храме, как все взрослые люди. Считалось, что после семи лет ребенок вырос, уже может отвечать за свои поступки, и дню его духовного рождения придавалось большее значение, чем дню рождения физического. Поэтому отмечались именины настолько широко, насколько каждому позволял достаток. В этот день съезжались гости, родственники, устраивался пышный бал, именинный обед. Во время приема гостей молодежь была в задних комнатах, где веселилась, играла в разные игры.

Прошло время, многие традиции забылись, появились новые. Но неизменна традиция семейных праздников. Об организации семейных праздников для самых маленьких детей – до года и на втором году жизни – мы и поговорим. Ведь их подготовка и проведение требуют всесторонних знаний об особенностях психического развития ребенка, понимания своего малыша, чуткого отношения к состоянию его физического здоровья для того, чтобы доставить ему радость, наполнить ощущениями тепла и уюта семьи, искренней дружбы.

Первый год жизни

Младенец на семейных праздниках

Даже самый маленький ребенок – в возрасте до года – нередко становится участником семейных торжеств: молодые родители гордятся своим малышом и берут с собой в гости к родственникам, которые тоже очень рады видеть карапуза, не так давно вошедшего в семью. Присутствие крохи на днях рождения, семейных обедах и вечерах можно организовать таким образом, чтобы, не навредив, доставить удовольствие ребенку и порадовать близких.

Малыш первого года, естественно, является «гостем» на праздниках и только наблюдает, что происходит вокруг, как себя ведут другие. «Пришедший» на праздник младенец должен быть красиво и удобно одет – это, с одной стороны, создаст соответствующее случаю торжественное настроение, а с другой – обеспечит ребенку привычный комфорт.

Планируя участие младенца в семейных торжествах, следует исходить из интересов ребенка. Это значит, что в первую очередь нужно соблюдать режим дня и длительность общения с близкими взрослыми. Если вы не уверены, что во время семейного торжества сможете уделить детке достаточно внимания, лучше оставить его в привычной для него обстановке, под присмотром кого-либо из взрослых.

Решив взять малыша на взрослый праздник, рассчитывайте свои возможности и особенности собравшихся людей: чтобы ребенок не капризничал и не скучал, чтобы его впечатления от семейного застолья были приятными. Взрослые должны быть готовы уделить ему достаточно внимания, поиграть с ним, используя для этого прибаутки, потешки, песенки и попевки. Например, такую:

Как я Людочку мою
Да на ручки подниму,
Подниму высоко,
Покачаю легко
Да на землю опушу
И за ручки поведу —
Люда ножками пойдет
Да и к бабушке придет.

Теперь бабушка поет песенку и играет с ребенком.

Любой из присутствующих взрослых может весело поиграть с карапузом, что доставит ему радость и позволит поближе узнать кого-то из старшего поколения или гостей, установить с ними доверительные отношения. Этому также очень способствует использование в игре разного рода стихов и попевок, создающих комфортную атмосферу ритмичного игрового взаимодействия. Это могут быть традиционные, широко известные потешки:

Люли-люли-люли,

Мальши сидит на коленях у взрослого лицом к нему.

Прилетели гули.

Возьмите ручки малыша за запястья,

Прилетели-прилетели,

Помахивайте кистями рук.

На головку сели.

Ручки опускаются на головку малыша или взрослого.

Или потешки не столь известные, но также красивые и игровые:

Хлоп-хлоп, ручки – хлоп

Похлопайте в ладоши или ладошками малыша.

И ногами – топ,

Топните ногой.

Петя ножкой – топ

Опустите малыша на пол и вместе потопайте,

И в ладошки – хлоп.

Удерживая малыша, похлопайте его ручками.

Я иду, иду, иду,
Скоро дом весь обойду,
А потом пойду гулять,
Смогу всюду побывать.
Лебедь, лебедь плывет,

Ручками малыша совершают медленные плавные движения.

Воробьи летят,

Держа ручки ребенка за запястья, помахивают ими, как крыльями.

Чик-чирик – поют
И весну зовут.
Ах, как рада мама (тетя)
с Машенькой играть,
Высоко на ручках Машу
поднимать,
Ручки, ножки, носик, глазки
и животик
Очень рада мама (тетя)
гладить, целовать!

При этом необходимо помнить, что ребенок еще очень мал, слаб физически, не способен выдерживать большие эмоциональные нагрузки. Кроха быстро устает, легко пугается, что в итоге приводит к перевозбуждению и капризам. Не злоупотребляйте обществом грудничка, старайтесь часто не передавать его с рук на руки. Ограничьте активность гостей, которые подбрасывают младенца под потолок. Особенно негативно на детей воздействует громкая музыка и громкие голоса. Поэтому на взрослом празднике должна быть возможность в какой-то момент уйти с малышом в тихую комнату, поиграть с ним наедине, предоставить маленькому гостю место и время для отдыха и покоя.

Если вы устраиваете праздник для самого малыша и он будет в центре событий, продумайте продолжительность этого мероприятия. Участие годовалого ребенка должно ограничиваться 20–30 минутами. А вот подготовка к торжеству может быть для него более интересным занятием. В этом возрасте ребенок уже обращает внимание на красивые и яркие предметы, поэтому подготовку к празднику логично начать с украшения комнаты. С этой целью можно использовать гирлянды лампочек, собственноручно изготовить разноцветные фонарики, птиц, рыбок, флажки, которые довольно легко делаются из цветной бумаги. Все эти украшения, чередуя, подвешивают на веревочку так, чтобы их можно было передвигать по ней. А если украсить комнату яркими бумажными цветами, то для малыша она превратится в прекрасный сказочный мир. После завершения работы по дизайну комнаты наступает самое интересное: обязательно вместе с малышом рассмотрите праздничное убранство. Нужно дать ребенку возможность потрогать бумажные украшения, обязательно показать, как подуть на них так, чтобы они начали двигаться, позволить имениннику сделать это с вашей помощью и самостоятельно. Общее правило здесь таково: ребенок хочет потрогать все, что видит, и необходимо предоставить ему такую возможность, познакомить с новыми интересными предметами и их свойствами. Не пренебрегайте возможностью поиграть в игры «Где птичка (рыбка)?», «Кто на веточке сидит?»

На дне рождения используйте пестушки и попевки для создания малышу радостного настроения и запоминающихся впечатлений.

Топ-топ, топ-топ,
Вот Андрюшеньке годок!
Вот мальчику годочек,
Спечем Андрюше пирожочек,
Андрюшеньке расти
Здоровым и путевым!
Столько в высоту (*показывают*)!
Столько в ширину (*показывают*)!
Ума да разума!
Прожить век
С отцом-матерью!

Используйте на дне рождения малыша детскую музыку, а также отдельные музыкальные инструменты: колокольчик, погремушку, бубен.

Динь-дон, динь-дон —

Предварительно позвоните колокольчиком.

Вот какой веселый звон!
Колокольчик звенит,

Дайте колокольчик малышу и вместе позвоните.

Звонко-звонко звенит!

Торжественно вручайте ему подарки и дружно, аплодисментами приветствуйте юбиляра, когда он с помощью своих родителей задует первую в своей жизни свечу на праздничном торте.

Стал Андрюшенька большой,
Сильный и красивый,
Он легко с большой свечой
Справился, наш милый!
Наша Катенька растет,
Хорошеет и цветет,
Как цветок красивая,
Будет счастливая!

Второй год жизни

Праздники в кругу друзей

И вот малышу пошел уже второй год. Он подросток и способен более осмысленно участвовать в праздниках. Естественно желание родителей пригласить друзей, у которых дети такого же возраста или чуть постарше. При этом следует соблюдать несколько правил, которые в принципе касаются всех возрастов, но для детей 1–3 лет особенно значимы:

- приглашать на детский праздник не больше 3–4 детей (ведь они обязательно будут с родителями);

- чем младше ребенок, тем меньше гостей;

- все приглашенные – как дети, так и взрослые – должны быть знакомы между собой: незнакомые дяди и тети насторожат одних малышей, а других присутствие чужих людей просто испугает. Все это может скомкать праздник или вовсе сделать его проведение невозможным;

- длительность праздника – не более часа, активная фаза – до получаса; при этом малышу важно действовать, участвовать в событиях, а не быть зрителем. Ребенок в этом возрасте уже может вместе со взрослыми поплясать под веселую задорную детскую мелодию, подражая простым движениям пап и мам, подпеть песенку;

- сценарий праздника – все, что происходит, – должен быть понятен присутствующим детям. Следует чередовать активные игры со спокойной деятельностью;

- угощение должно быть легким и непродолжительным – это не главная часть детского праздника;

- не используйте телевизор в качестве развлечения на детском празднике. Короткий мультфильм (продолжительностью 5–6 минут) может стать частью сценария праздника, но не его основой;

- малыши любят сюрпризы, поэтому хорошо, если каждый ребенок уйдет с праздника с подарком, пусть даже символическим. Здесь стоит предусмотреть, что ваша кроха будет видеть и подарки своих товарищей, захочет проверить, не лучше ли подарки у других, – поэтому, по крайней мере, внешний вид этих символических подарков должен быть одинаковым у всех детей.

День рождения

Согласимся, что первую годовщину своего любимца отмечают практически сами взрослые и празднование его дня рождения устраивают по большей части для себя. А ничего не понимающий малыш сидит на маминых коленях и смотрит по сторонам. Не то второй день рождения. Двухлетие – уже вполне осознаваемый рубеж, к которому ребенка можно и нужно подготовить, наглядно и доступно объяснив, что же, собственно, произошло в этот день, почему этот день так важен для взрослых, окружающих и любящих ребенка, почему другие дети вместе со своими родителями придут поздравлять его и его родителей. Обсудите, какое было время года («Мела метель, все вокруг было бело от снега, как и сегодня», «Было жарко, кругом цвели цветы, на улицах люди ели мороженое»). Выходите встречать гостей вместе с малышом, показывайте ему пример того, как нужно ухаживать за пришедшим гостем, комментируйте свои действия, хвалите ребенка за вежливость и красивое поведение – это его день, и малыш «уже совсем большой».

Малыш идет в гости

Так же, как и виновника торжества, маленьких гостей тоже нужно подготовить к предстоящему походу на юбилей. Обсудите со своим ребенком, на какое мероприятие вы идете, какое событие там отмечают, чей это день рождения – кто будет главным на этом празднике, кого вы будете поздравлять.

Если карапуз идет на день рождения к своему другу и предполагается вручение подарка, имейте в виду следующее: малыши с трудом расстаются с новой игрушкой. Поэтому лучше, если ваш ребенок даже не увидит, что вы приготовили в качестве подарка. И вручайте игрушку маме виновника торжества. Поручая ребенку преподнести подарок имениннику, вы рискуете услышать плач и препирания своего чада, не желающего отдать другому сокровище, только что впервые представшее перед его собственным восхищенным взором. Это естественная реакция, а вовсе не жадность. На некоторых малышей может подействовать обещание, что «ему тоже такое подарят». Но на действенность этого аргумента вряд ли стоит надеяться. Ведь ваш ребенок сейчас на том счастливом этапе своей жизни, который считается возрастом собственника и характеризуется твердой позицией под названием «мое!».

На дне рождения устройте для детей танцы, чтобы они вместе могли порезвиться под какую-нибудь ритмичную мелодию. Для этого лучше подойдет народная плясовая музыка, мелодический строй которой легко улавливается малышами, а ритмический строй очень подходит для освоения танцевальных умений. При этом непременно показывайте деткам танцевальные движения (лучше, если в детском танце участвует не один взрослый), поощряйте доступные детям этого возраста прихлопывания, притопывания, кружение и т. д. Предложите детям попрыгать, как зайчик, покажите, как птички взмахивают крыльями, как собачка виляет хвостиком, как переваливается с ноги на ногу косолапый мишка и пр.

Для проведения таких двигательных-танцевальных игр также используйте народные куплеты, стихи, в которых перечисляются и многократно повторяются простые действия, интересные и доступные малышам:

Мы топаем ногами,

Вместе с карапузами потопайте.

Мы хлопаем руками,

Звонко хлопните в ладоши и побуждайте к этому малышей.

Качаем головой,

Качайте головой из стороны в сторону и вперед-назад.

Качаем головой.

Мы ручки поднимаем,

Поднимайте руки и помогайте ребятам.

Мы ручки опускаем,

Опускайте руки.

Мы ручки подаем

Берите детей за руки.

И бегаем кругом.

Все бегут по кругу.

Чередуйте подвижные игры и танцы с эпизодами отдыха, когда дети, например, слушают сказку или стихи и загадки в исполнении взрослого. В ходе этих игр они переходят от активной деятельности к внимательному слушанию, актуализации памяти.

Очень смелый и красивый,
Он поет «кукареку»,
Носит красный гребешок.
Кто же это?

Дети отвечают: «Петушок». Если малыши еще не говорят, взрослые сами проговаривают ответ на загадку, а у детей спрашивают, как кричит петушок, как он клюет зернышки, как машет крыльями и т. д.

Мягонькие лапки,
Остры коготки,
Тепленький животик...
Кто же это?

Аналогичным образом побуждайте детей отгадывать загадку, покажите, как котик выпускает коготки из лапок, помогайте малышам найти нужное слово, спрашивайте, какую песенку котик поет, кого он ловит, как умывается лапкой.

Продолжением загадок может стать веселая, забавная игра, в которой дети учатся изображать разных животных.

Дети-«птички» «летают», взмахивая ручками и передвигаясь по комнате.

Прилетели птички,
Птички-невелички.
Летали-летали,
Крыльями махали.
Так они летали,
Крыльями махали.
На дорожку прилетали,
Зернышки клевали.

Дети приседают на корточки и стучат пальчиком по полу – клюют зернышки.

В ходе всех подобных игр демонстрируйте малышам соответствующие тексту движения, повторяйте их и побуждайте детей подражать вам. Эти, на первый взгляд, примитивные игры развивают у карапузов координацию движений, воображение и произвольность.

Если у вас есть какая-либо звучащая игрушка, поиграйте с детьми в игру «Где звенит?». Заведите игрушку и спрячьте ее от малышей, например, под диванную подушку или за штору. Пусть они по звуку игрушки ищут, где она спрятана.

Такой сценарий детского праздника вполне подойдет для двухлетних малышей, позволит им и порезвиться, и пообщаться друг с другом.

Организация домашнего театра

Можно показать малышам спектакль. Детям второго года жизни понятен сюжет, в котором действуют не более 2–3 персонажей, узнаваемых и знакомых малышам. На эту роль подходит медвежонок, кошечка, девочка, солнышко. Не пренебрегайте постановками уже известных ребенку сценариев, которые вы читали ему из книжек. Такие сказки, как «Три медведя», «Машенька и медведь», «Курочка Ряба» (а для детей старше полутора лет – «Репка», «Колобок»), понятны малышу, поэтому персонажей в них несколько больше. Кроме того, в инсценировке этих знакомых сказок может иметь место импровизация, юмор, что оживит привычный сюжет, обогатит характеры героев, но не собьет маленьких зрителей с толку и не нарушит сюжетную линию. Избегайте длинных монологов, придайте героям динамизм и яркие характерные черты. Придумывайте свои простые, но наглядные и зрелищные сюжеты, состоящие из 2–4 эпизодов.

Хорошо, если взрослые зрители, непременно находящиеся среди детей, будут живо реагировать на происходящее на сцене: смеяться, хлопать в ладоши, отзываться на обращенные к залу реплики героев спектакля. Такой пример покажет детям, как вести себя при просмотре спектакля и получать от этого удовольствие.

Организация домашнего театра – очень увлекательное и интересное занятие и проведение досуга не только для детей. Родители тоже получают в процессе постановки большое удовольствие и повод удивиться богатству своей фантазии, найдут новые возможности для последующих игр со своим малышом. Подготовка реквизита и декораций, создание образов персонажей – это интересное и творческое занятие, хотя довольно сложное и хлопотное. Однако результаты оправдывают затраченное время и энергию.

При организации спектакля можно использовать имеющиеся в доме резиновые или мягкие игрушки. Кроме того, несложно сделать фигуры героев спектакля из картона. Главное – игрушки должны быть подобраны по размеру. Управлять ими можно просто держа в руках, не прибегая к разного рода конструкциям типа «марионетка». Если есть возможность использовать куклы-перчатки, это тоже будет интересно малышам. Тогда они не будут видеть управляющих куклами артистов, но по окончании спектакля взрослые должны выйти к зрителям вместе со своими персонажами.

В качестве сцены может быть использован стол или большая коробка. Для ширмы подойдет конструкция из двух стульев, накрытых тканью, или открытый чемодан, крышка которого украшена в соответствии с содержанием спектакля. Декорацию лучше сделать из имеющихся кубиков, ведерок, пирамидок, из бумаги вырезать деревья, цветы и другие элементы. В ходе спектакля персонажи выходят из глубины сцены и двигаются по направлению к зрителю. Имитация движения достигается покачиваниями из стороны в сторону или подскоками. Когда необходимо изобразить героя спектакля спящим, его поворачивают спиной к детям. Если персонаж сказки говорит, то он слегка двигается, а если слушает, то стоит неподвижно.

По окончании представления обязательно проводите ритуал поклонов артистов и их приветствие зрителями. Может быть, кто-то «из зала» преподнесет исполнителям «цветы», которые нужно подготовить заранее, объяснив малышам смысл этого действия.

Есть еще несколько рекомендаций, которые связаны с возрастными особенностями детей. Одна из них состоит в необходимости подготовки ребенка к спектаклю, его ознакомления с главными действующими лицами. Это можно сделать, показав и назвав главных героев и предметы декорации, при этом нужно дать детям возможность потрогать все эти диковины. Такое предварительное знакомство необходимо, чтобы по ходу действия у ребенка не было

желания взять какой-нибудь атрибут оформления спектакля в руки. Представив детям главных героев или ведущих персонажей будущего действия, можно расставлять на столе (коробке) весь необходимый для начала представления реквизит.

К участию в спектакле полезно привлечь старших детей, но в этом случае ребенок только действует с игрушкой, а текст персонажа сказки или слова песни произносит взрослый. Привлечение старших ребят к домашней театральной постановке делает представление действительно семейным творчеством. Когда праздник отмечается в семье, он имеет свою особенность, которая заключается в присутствии импровизации и в стремлении организовать его так, чтобы он был по-домашнему уютный, веселый, без формальных действий – все должно идти от души.

С.Н. Теплюк, кандидат пед. наук

Вместе с мамой, вместе с папой

Семейный досуг с ребенком раннего возраста – это, прежде всего, общение обоих родителей с малышом и дома, и вне его. И здесь важно качество общения, а не количество времени, проведенного с крохой, важна обращенность к малышу, совместная игра. О веселых играх с папой и мамой и поговорим.

Одна из главных особенностей малышей раннего возраста – потребность в активных и разнообразных движениях. Совсем недавно карапуз еще передвигался на четвереньках, а вот теперь с упоением ходит, натываясь на предметы и набивая шишки. Теряя равновесие, часто шлепается, пасует при виде лежащей на пути веточки, не догадываясь обойти ее или перешагнуть. Сложное чувство равновесия и координации появляется у детей в разные сроки приблизительно до полутора лет. Это зависит от силы мышц малыша и достаточной скоординированности его движений, от уверенности в себе и имеющихся у него стимулов. Сформировать уверенность в себе и создать стимулы, точно направленные на главную цель, – задача взрослых. Ребенок примет помощь со стороны с благодарностью, так как активно и самостоятельно двигаться без чьей-то помощи побуждает его непреодолимое стремление выйти за собственные пределы.

Если взрослым в семье действительно дорого здоровье малыша, то им следует взять за правило систематически проводить, помимо гимнастики по утрам, подвижные игры в течение дня.

С раннего детства у крохи уже сформируются стереотипы поведения. Поэтому для стимуляции его к подвижным играм важно, чтобы эти совместные игры-занятия входили в семейные традиции. Играя с мамой в течение дня, а вечером с папой, малыш не представляет полноценной жизни без активных движений – резерва работоспособности организма, гарантии от срывов и заболеваний.

Ребенок на втором году жизни начинает познавать свою «самость». У него появляется особое ощущение своей телесности. Ваша помощь в познании отдельных движений (и в качественном, и количественном их накоплении) импонирует малышу, вызывая радость и удовольствие. Удовольствие, по определению психологов, является важным фактором развития психической жизни и деятельности ребенка, мощнейшим стимулом дальнейшего развития его двигательных реакций.

В свою очередь, заинтересованность взрослых в совместной деятельности, их неподдельный интерес к подвижным играм вызывают у ребенка положительные эмоции. Одобрение его ловкости, храбрости, умений малыш воспринимает как высокую оценку себя, как очередное подтверждение любви к нему.

Навык свободных движений закрепляется не так уж скоро. Этому надо учить малыша, учить увлекательно, не торопя, чему способствуют подвижные игры.

В какие игры мы играем в этом возрасте?

Подвижные игры могут быть бессюжетные («Самолетик», «Слоник» и др.) и сюжетные («Паровозик-паровоз», «Зайка»). Их можно проводить без предметов, игрушек («По узенькой дорожке», «Прятки» и др.) или с игрушкой («Воробушки и автомобиль», «Догонялки»). Цели подвижных игр разнообразные: совершенствование ходьбы, лазания, ползания; локомоторные движения в пространстве; ориентировка в окружающем; развитие понимания речи и активизация речевой деятельности детей; развитие умения действовать по показу и слову, а также по сигналу и слову взрослого; развитие слухового и зрительного восприятия, внимания, мышления, воображения.

Для детей данного возрастного периода эффективны следующие методы и приемы проведения подвижных игр:

- сюрпризные моменты («Кто в коробке стучит?», «Где звонят часы?»);
- внезапное исчезновение и появление игрушки;
- прятки взрослого или игрушки на глазах у ребенка («Найди мишку», «Отыщи меня»);
- частичное прятанье предмета («Кто в корзинке сидит с хвостиком наружу?»);
- стимуляция двигательной активности, включающей не более 2–3 видов движений (бег и ползание, ходьба и подлезание, подъем на ступеньку и спуск вниз и т. д.);
- контрастные действия (зайка прыгает – сидит, птички летают – клюют);
- имитация движений (птички летают, медведь топает) и голосовых реакций (собачка лает, кошка мяукает и т. д.).

Связки малыша еще очень слабы, поэтому кисти рук и стопы ног необходимы оберегать. Нужно держать ребенка под мышки, придерживать в области локтевого сгиба. Ребенку второго года жизни противопоказаны прыжки с высоты. Детку учат входить на устойчиво лежащий предмет высотой 7–10 см и сходить с него, можно стимулировать свободное подпрыгивание на месте. Позвоночник малыша достаточно хрупок. Кратковременные нагрузки на него необходимо чередовать с упражнениями на расслабление (собачка побегала – полежала). Умение расслабляться пригодятся ему в дальнейшей жизни при усталости, переутомлении.

Ребенка быстро утомляет и монотонная ходьба в одном направлении, особенно когда взрослый постоянно держит его за руку, сковывая свободу движений. В процессе ходьбы обращайте внимание на координацию движений малыша. Следует менять ритм, направление движения, учить быть внимательным, останавливаться по сигналу.

Как подготовиться к игре

Ничто так не утомляет и даже раздражает малыша, как длительное ожидание начала игры. Готовясь к ее проведению, заранее подумайте, что вам понадобится.

Отберите или сделайте сами необходимые атрибуты (бабочки, мотыльки из гофрированной бумаги, на ниточке, игрушки на веревочке, заводные игрушки, музыкальные инструменты и т. д.). Определитесь, где будет проходить игра, позаботьтесь, чтобы было достаточно свободного пространства. Проверьте устойчивость необходимых в игре предметов: лежащих на ковре 2-х чемоданов (не менее 50 × 50 × 10 см), приподнятой одним концом от пола на 10 см гладильной доски (шириной до 25 см). Разложите по ковру 2–3 диванные подушки (расстояние между ними 50–70 см). Заранее натяните веревку яркой расцветки или узкую ленту на высоте 50 см от пола. В некоторых играх вам понадобится мяч средних размеров или обруч (диаметр до 50 см).

Следите за настроением малыша

Совершенство двигательную активность ребенка, не стремитесь к быстрому результату. Если ребенок сделал что-то не так, не акцентируйте на этом его внимание. Важно, чтобы каждое новое движение приносило ему радость. Радуйтесь вместе, щедро и искренне хвалите его за каждое усилие, за каждую попытку, за каждый результат, даже крошечный. Похвала – путь к успеху. Ребенку важна ситуация успеха. Любящему взрослому создать ее совсем несложно. «Поймай мотылька!» – приглашает взрослый, слегка подергивая конец резинки, на которой висит ярко-голубой мотылек из гофрированной бумаги. Ребенок подбегает, а мотылек «порхает» над ним, садится то на головку малыша, то на диван и т. д. Малыш тянется вверх (работа для позвоночника), пытается встать на цыпочки (работает стопа), перебегает с места на место, радостно взвизгивает и, конечно же, ловит мотылька (испытывая психологический комфорт, радость, удовлетворение).

Подвижные игры, как правило, сопровождаются всплеском устойчивых положительных эмоций. Этому способствуют яркие атрибуты (бабочки и мотыльки пестрых расцветок, разноцветные пластмассовые шарики и маленькие резиновые мячики, заводные игрушки), солнечные блики и мыльные пузыри, понятные по содержанию короткие стихотворения («Бычок», «Мишка» А. Барто и др.), веселые незатейливые песенки («Зайка, выйди в сад», «Полетели птички» и др.). А главное – участие папы и мамы, общая радость, общее переживание успеха, атмосфера любви и обожания всех всеми.

Заканчивается любая подвижная игра всегда одинаково – успокаивающими воздействиями кого-нибудь из родителей.

Время проведения игры – не более 3–4 минут, больше ребенок не выдержит эмоционального накала, перевозбудится. По желанию малыша игру можно повторить.

Одежда младшего члена семейного коллектива не должна мешать его свободным движениям. Девочке лучше заранее снять платьице. Если позволяют условия, пусть шалунишка играет босиком. Это ему понравится. Приятны ощущения контрастных поверхностей ковра и диванных подушек, тела папы, его ласковых и сильных рук. Это к тому же общеукрепляющие и закалывающие процедуры одновременно.

Следует предлагать ребенку подвижную игру сообразно его настроению. Если малыш спокоен, активен, ему понравятся шумные игры с перебежками, с «возней». Ребенок в этом случае с удовольствием демонстрирует, чему он научился, с удовлетворением ощущает собственное тело, открывает для себя умение управлять им. Если же карапуз устал или чувствует легкое недомогание, шумные игры могут довести до слез. Чтобы повысить его эмоциональный настрой, проводите подвижные игры с использованием игрушки, стихотворных текстов, предлагайте игры с мячом, с отработкой навыков ходьбы, с имитациями движений, голосовых реакций симпатичных зверушек.

Вы, как никто, хорошо знаете свое дитя. Предлагая подвижные игры, учитывайте характер крохи, его склонности. У каждого маленького человека своя интенсивность впечатлений от игр. Следите, чтобы он не был ошеломлен происходящим. Одному нравятся громкие звуки низкого голоса папы, другому – нет. Один визжит от восторга, когда его поднимают высоко и резко опускают вниз, другой пугается, ощутив незначительный наклон собственного тела, сидя сверху на лежащем папе. Ему также неуютно сидеть на его подпрыгивающих коленях. Но даже такой робкий ребенок предпочитает не прерывать мужских игр, не отказывается от «возни» с папой, зная, что в одиночку он не способен совершать то, что выполняет, доверяясь крепким объятиям ласковых и сильных папиных рук.

С мамой и папой играем по-разному?

Кайл Прюэтт, профессор из Центра изучения ребенка при Йельском университете, отмечает: малыш по-разному реагирует на родителей. В присутствии матери он расслабляется, ждет мягкости обращения, нежных объятий, ласки. Встреча с отцом его возбуждает, стимулирует. Он ждет от отца необычных игр, и тот, в свою очередь, вынужден удерживать высокую планку детских притязаний. Впрочем, когда карапузу удается заполучить папу в безраздельное пользование, счастливы бывают оба. К. Прюэтт утверждает: «Даже в тех случаях, когда основной нянькой в силу каких-то обстоятельств является отец, он не становится матерью».

Отцы склонны давать больший простор личности ребенка, чаще выпускают его из поля зрения, предоставляя свободу. Матери же, наоборот, следуют за карапузом по пятам. Когда ребенок только приближается к чему-то опасному (с ее точки зрения), она инстинктивно окликается поблизости, как бы утверждая, что малыш под ее защитой. Только тот задумал вскарабкаться на диван, она уже рядом, уже готова помочь. Зачастую, увидев напряжение в маминской позе, движениях, страх в ее глазах, ребенок отказывается от самостоятельных попыток испытать собственные возможности.

Излишняя осторожность, чрезмерная готовность во всем помогать, опасение, что карапуз непременно навредит себе без ее опеки, нехватка терпения, а порой и времени – вот небольшой перечень распространенных ошибок любящих мам. А малышу необходимо, чтобы его поддерживали, доверяли, вселяли веру в собственные силы. Он жаждет продемонстрировать домочадцам свою умелость, ловкость, смелость. Этому в большей степени способствуют игры с папой. Отец предпочитает не вмешиваться, видя своего малыша, застрявшего в ящике среди игрушек, предоставляя ему возможность самому справиться с ситуацией, приобрести собственный опыт, пусть и не всегда удачный. Он стойчески относится к шишкам и синякам любимца, одобрительными высказываниями и дружескими похлопываниями позволяет шалунишке чувствовать себя с ним «на равных».

В подвижных играх мама склонна использовать игрушки, сопровождать игру стихами, пением. Папа предпочитает использовать свои руки, собственное тело как идеальный гимнастический снаряд. Мужчинам нравится в любую игру вносить каждый раз что-то новое, необычное.

Малыш не знает, что произойдет в игре в следующее мгновение, как поведет себя папа. Именно это он начинает обожать в мужских играх. Они держат озорника в состоянии психологического напряжения. Он взвизгивает от восторга, то взлетая вверх в сильных папиных руках, то опускаясь вниз, чтобы прикоснуться своим носиком к носу обожаемого папы. А тот не унимается, поворачивает малыша из стороны в сторону, опускает на ковер то справа от себя, то слева, то рычит, то умиротворенно урчит. Папе самому безумно нравится, когда это неуемное существо пыхтит, перелезая через него, подпрыгивает, оседлав верхом, или растягивается вдоль туловища, заглядывая восторженными глазенками в глаза любимого родителя, всем видом приглашая продлить игру.

И вот малыш уже со страхом и восторгом или с хохотом старается удержаться на его раскачивающейся стопе, не пытаясь даже предугадать: взлетит ли вверх, на папину грудь, или окажется сидящим на ковре. И так каждый раз сюрприз за сюрпризом. Всего каких-то 10–15 минут, полностью отданных совместному веселью, а сколько глубоких, ярких воспоминаний на долгие годы. Малышу жизненно необходимы и нежные, ласковые прикосновения мамы, и мужские игры с папой. В этом кроется один из секретов сердечной близости малыша к каждому из них.

Подвижные игры позволяют ребенку раскрыть собственные возможности самостоятельности, ловкости, смелости. Малыш к двум годам начинает проявлять себя как активно разви-

вающаяся личность, у него формируется стойкая положительная позиция в отношении к миру людей, к миру предметов и к самому себе.

Карапуз с готовностью всегда составит вам отличную компанию в разнообразных подвижных играх.

Прятки

В этом виде игр формируются умения свободно ориентироваться в ближайшем окружении. Игры способствуют развитию зрительного и слухового восприятия.

1. На глазах малыша мама присаживается за кресло или прячет игрушку.
2. Прячет игрушку за прозрачный барьер.
3. Медленно бежит. Звенит в колокольчик, спрятавшись за столом, продолжает звенеть им.
4. Вместе отыскивают звенящий будильник под салфеткой на диване.

Шажок, еще шажок

Игры, развивающие координацию движений, совершенствующие ходьбу, развивающие умение действовать по слову и показу взрослого, по его сигналу.

«Большие – маленькие»

Эта игра может стать любимой и дома, и на прогулке. Ее суть – в смене ритма ходьбы: читая первые три строчки, вы с малышом стараетесь шагать большими шагами, на следующих трех строчках переходите на семенящий шаг.

Большие ноги
Шагали по дороге:
Топ! Топ! Топ!
Маленькие ножки
Бежали по дорожке:
Топ-топ-топ-топ-топ!

«Паровоз»

Тренируем умение менять направление, прекращать действие по слову и сигналу взрослого.

Малыш – паровоз. Мама и любимая мягкая игрушка – вагончики. Мама удерживает в руках игрушку, сзади поддерживая малыша за предплечья и энергично двигая его руками:

Чух-чух,
Чух-чух,
Мчится поезд во весь дух.

Э. Машковская

Малыш-паровоз, ведомый мамой, поворачивает то в одну, то в другую сторону. Как гудит паровоз? «Ту-ту-ту!» «Стоп!» – командует мама, и поезд останавливается. Привезли игрушку, посадили на коврик, и поехал поезд опять.

«Воробушки и автомобиль»

В этой игре учимся действовать согласно развитию сюжета, двигаться самостоятельно в разных направлениях.

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.