

КАК И ЧЕМ ЗАНИМАТЬСЯ С ДЕТЬМИ ДОМА

Родители сегодня понимают, что время в развитии ребенка упускать нельзя. Многие родители с удовольствием проводят занятия с детьми дома. Сегодняшний мир изменился, стал намного сложнее. Современные дети развиваются быстрыми темпами, образовательные учреждения предъявляют другие требования, нежели 20-30 лет назад. Это не значит, что надо гнаться за всеми, это значит, что родителям стоит обращать внимание на развитие своих детей. Многие родители сегодня задумываются о том, как организовать занятия с ребенком дома.

Правильно сформированная развивающая среда и развивающее общение помогают ребенку гармонично постигать знания о мире, обретать навыки, умения. Создают крепкий фундамент для дальнейшего развития.

Создавайте гармоничную развивающую среду.

Гармоничная среда развития включает три фундаментальных условия: движение, общение, игра. Чем благоприятнее внутрисемейные отношения, богаче содержание общения, игры и двигательная активность, тем интенсивнее происходит развитие.

Когда мама и папа принимают малыша, допускают возможность ошибок и право на уникальность — они проявляют самое важное качество для гармоничной среды — **терпение и доброжелательность**. К любому ребенку можно и нужно **искать подход**. С любым ребенком нужно **общаться и проводить время**. Бывают дети, с которыми трудно заниматься и общаться — но это лишь повод задуматься, как помочь ему адаптироваться.

Движение одни из наиболее важных факторов гармоничной среды. Ребенок должен много двигаться и окружающие предметы должны его побуждать к этому. Быть безопасными, но в то же время доступными. Шкафы, которые могут упасть надо закреплять к стене, предметы, которые могут повредить — лучше убрать подальше. С ребенком любого возраста необходимо играть в подвижные игры и выходить на длительные пешеходные прогулки. Давать возможность лазать на детских площадках и создавать спортивные уголки дома.

Еще один фактор гармоничной среды — **наполненность общением**. Беседы с ребенком на разные темы, заинтересованность в том, что происходит в его жизни, семейные традиции и проведение совместного досуга. Все эти простые вещи могут помочь избежать множества проблем и создают ресурс семьи на преодоление возникающих трудностей.

Игра. В любом виде и качестве. Чем больше игры в детском возрасте — тем более здоровая и ресурсная личность будет развиваться. Обычно дети играют так, как могут, но у взрослых есть много способов быть принятым в игру, и вместе с ним создавать и проходить различные игровые задачи.

Родители и их отношения с ребенком — главное условие для развития

Доказано, что качество общения с родителями во многом определяет психологическое развитие. Когда мама и папа находят возможность, желание и время самим проводить со своими детьми, заниматься различными видами деятельности, в том числе и развивающими играми, заданиями в удобное время, они могут дать малышу значительно больше, чем посещение специальных занятий два-три раза в неделю.

Однако, до сих пор многие родители сомневаются в своих силах, считая, что кто-то будет заниматься с их ребенком лучше, чем они, отказываются от совместного времени с ребенком. Возможно. Заниматься с ребенком дома или нет — это выбор самих родителей.

Подробнее о том, [надо ли заниматься с ребенком](http://psy-razvitie.ru) дома читайте на сайте psy-razvitie.ru. Многолетний опыт работы с детьми и родителями показывает: решающим фактором в выборе родителей является собственно само желание, осознание полезности, нужности занятий с ребенком. Даже очень занятые родители, если считают нужным и важным, находят время и возможности для проведения времени со своими детьми.

Для заботливых родителей, которые решили для себя, что занятия с ребенком дома необходимы, хотелось бы поделиться рекомендациями, которые могут помочь сделать занятия с детьми частью жизни семьи.

Организируйте удобное пространство для занятий.

- Детский стол по возрасту (крайне желательно однотонный, лучше светлых тонов).
- Закрытый шкаф (или несколько полок в шкафу) для Вашей копилки с заданиями и развивающими играми.
- Закрытый шкаф с любимыми игрушками, рассортированными в контейнеры или коробки (побуждение к двигательной активности и самостоятельности)
- Две-три открытых полки, чтобы поставить игровые пособия, с которыми будет работать Ваш ребенок в течение дня.
- Ковер или место для игр на полу.
- Полка для выставки творческих работ (для детей после трех лет).
- Под рукой должны быть творческие материалы (клей, карандаши, цветная бумага, ножницы и т.п.) Их также лучше хранить в закрытом шкафу, выставив на открытую полку небольшое количество творческих принадлежностей для самостоятельной работы ребенка. Взрослея, ребенок научиться доставать творческие материалы из закрытого шкафа и класть их на место.
- Одна из важных составляющих пространства для занятий – стена достижений. Медальки, календарь с наклейками за занятия, листок со штампами за успешно выполненные задания и прочие атрибуты достижений Вашего дошкольника существенно помогают его мотивировать, в случаях, когда это необходимо.

Достижения своего ребенка важно замечать и поддерживать его в достижении целей. Особенно важно это для детей, которым не так легко даются выполнение заданий. Их особенно важно хвалить и поддерживать, формируя правильно отношение к ошибкам и неудачам. Похвала и поощрение – главный стимул к продолжению занятий.

Среда должна мотивировать и организовывать внимание.

Среда должна мотивировать на естественную деятельность по возрасту и способствовать тому, чтобы внимание не рассеивалось на отвлекающие изображения и лишние предметы.

В раннем возрасте — это движение, активность по исследованию окружающего мира — залезть, открывать шкафы, вытаскивание и заталкивание всего везде. Закрытый шкаф с любимыми игрушками и пара открытых полок с развивающими играми на день могут побуждать малыша в возрасте 1-3 года к познавательной и исследовательской деятельности.

В более старшем возрасте, открытых полок с расставленными игрушками, материалами для творчества и для любимых занятий становится больше, но правило остается тем же — нужно избегать большого количества игрушек, захламления и завалов. Периодически разбирайте вместе с ребенком коробки с игрушками, отбирая те, для которых найдется свой «домик», место, куда ребенок может ставить или убирать. Все остальное — отложите или передайте другим детям (по согласованию с самим ребенком). Ставьте ограничения и

правила, которые ребенок должен учесть при выборе игрушек. Можно договариваться о том, в какое время вы будете пересматривать убранные игрушки, чтобы заменить то, что уже не интересно на «новые». Сохраняя и возбуждая интерес к играм и игрушкам, вы тем самым увеличиваете их полезность и развивающий потенциал.

Одна из трудностей, с которой встречаются родители, которые начинают заниматься дома состоит в том, что ребенок не хочет заниматься, все выбрасывает, ни во что не играет и быстро теряет интерес. О том, что можно делать в этих случаях можно почитать [здесь](#).

Ни что не должно рассеивать внимание ребенка.

При оборудовании пространства для занятий с ребенком важно еще одно универсальное правило — место для занятий нужно очистить пространство от лишних «отвлекающих». Картинки, изображения на детских столах, заваленные полки и расставленные на столе игрушки затрудняют концентрацию внимания на деятельности. Постарайтесь убрать из поля зрения все то, что лишнее. Информационная загруженность современных детей, чрезмерная зрительная и слуховая бессмысленная стимуляция лишь рассеивает внимание.

Оборудуя пространство для занятий важно помнить, что каждый предмет должен работать на комфорт и на то, чтобы максимально обеспечить удобство и доступность. Это на первый взгляд очевидная и простая рекомендация — одна из самых ключевых.

Если ребенок развивается с особенностями и родителям необходимо брать на себя задачу организовать внимание и вовлекать в занятия, то среда должна этому помогать. Когда все принадлежности, игры, творческие материалы под рукой — родитель не отвлекается от занятий с ребенком. Ведь иногда само занятие длится всего 3-5 минут, и за это время надо что-то успеть сделать, удержать внимание дошкольника, завлечь его и в игровой форме сделать с ребенком то или иное задание.

В случаях, когда ребенок может играть и познавать мир самостоятельно факторы рассеивающие внимание также затрудняют этот процесс.

Научитесь выделять 10-15 минут на подготовку каждый день

Для того, чтобы занятие можно было организовать быстро и с пользой, важно продумывать, чем нужно позаниматься с ребенком заранее. Если вы будете затрачивать каждый день на подготовку 10-15 минут, пополняя свою «копилку» или продумывая, что можно добавить в ваше взаимодействие с ребенком, то организовать занятие, когда появляется возможность, будет значительно проще. По опыту, сначала процесс подготовки может занимать более длительное время, но чем чаще вы будете заниматься с Вашим чадом, тем быстрее Вы будете готовиться к занятию. Особенно важна эта рекомендация для тех родителей, у которых несколько детей разного возраста. Ведь чтобы дети не мешали друг другу, их всех важно занять. Придумать (или заготовить) что-то, в чем участвовать будут все дети.

Когда Вы готовите занятие, все материалы, карточки и игры лучше всего сложить в отдельную коробку, а ход самого занятия лучше всего прописать для себя на листе бумаги. Кстати, не вбрасывайте свои конспекты, на которых Вы прописываете ход занятия, лучше их складывать в папку или тетрадь, а дальше Вы обязательно сможете использовать свои идеи.

Сохраняйте в закладки любимые сайты с описанием игр и пособий. Возьмите за правило добавлять в свою «копилку» 1-2 игры в неделю. Многие родители делают папки, куда в файлы складывают понравившиеся задания.

Учитывайте особенности детей

Значение имеет не только возраст, интересы, но и особенности развития: внимание, работоспособность, особенности познавательной деятельности. Нужно учитывать, что ребенок любит делать и что ему дается сложнее.

Когда вы будете продумывать свое занятие, важно помнить что основная деятельность в дошкольном возрасте – это игра, да и школьники практически до 5-6 класса не откажутся поиграть с Вами, а материал в этом случае, будет запоминаться и усваиваться в разы быстрее.

С ребенком – дошкольником все задания лучше давать в игровом контексте: «путешествие», «день рождения» любимого персонажа, посещение «гостей» — сказочных героев или любимых героев мультфильмов... В качестве «помощников» в занятии удобно использовать игрушки – плюшевые мишки и зайчики – первые учителя для любого дошкольника. В младшем школьном возрасте отлично в ход идут викторины, задания в форме карточек и лото. Для детей постарше – приключения, настольные игры.

Если ребенок имеет особенности в развитии, с которыми родителям трудно справиться самостоятельно – обращайтесь за помощью и консультацией к специалистам. При этом важно не терять свою родительскую инициативность, не перекладывать ответственность на специалистов. Ведь именно вам, а не специалистам заниматься с ребенком в дальнейшем, сопровождая его развитие всю школьную жизнь. Навыки занятий с ребенком, имеющим особенности в развитии крайне необходимы родителям.

Обязательно завершайте задания.

Следующая рекомендация касается организации самого занятия. В этом случае много зависит от индивидуальных и возрастных особенностей детей. Для кого-то и час играть с мамой и папой в разные игры и задания легко и мало покажется. Для кого-то и пять минут может быть трудно. При этом важно, чтобы задания оказывались завершенными. Лучше сделать не все, что вы запланировали, но то задание, которое начали – надо обязательно завершить. Так что, в данном случае, планируя занятие надо учитывать личностные и возрастные особенности. Желательно приучать к тому, что задание завершено только после того, как игра, пособие или тетрадка вернуться на свое место.

Когда ребенок занимается легко, с интересом и ему доставляет удовольствие игры и занятия с родителями, то завершение заданий обычно не представляет сложностей.

Другое дело, когда особенности развития затрудняют совместную игру и занятия. В этих случаях, чтобы задание было завершено родителям нужно научиться правильно оказывать помощь ребенку во время выполнения заданий. В публикации «Как помогать ребенку во время занятий дома» более подробно описаны этапы оказания помощи.

Старайтесь заниматься регулярно.

Следующая важная рекомендация – регулярность занятий. Если обстоятельства складываются так, что времени остается совсем мало – не беда. Приучите себя и вашего дошкольника выполнять хотя бы одно – два игровых задания упражнений в день. Когда будут появляться дни, в которых Вы сможете выделить больше времени – привычка проводить занятия с детьми дома регулярно поможет Вам наполнить свой день интересными заданиями и событиями.

Привычка проводить регулярные занятия понемногу помогает родителям обрести опыт занятий с ребенком. В случае необходимости приучите к пониманию того, что есть дела, которые делать хочется, а есть те, которые делать надо. Очень помогает, когда родители ведут свой дневник занятий, продумывая расписание. Это особенно важно, если Вы

наблюдаете особенности в развитии, которые мешают ребенку быть успешным среди сверстников.

Поддерживайте мотивацию ребенка

Познавательный интерес у детей непосредственен. Если что-то интересно — ребенок с большим удовольствием делает это. Если что-то трудно или не получается, то велика вероятность того, что ребенок будет отказываться от занятий. Но именно в таких случаях бывает необходимо ребенка вовлекать и поддерживать его усилия. Заниматься регулярно помогает календарь занятий, который родители могут вести вместе с ребенком, отмечая свои успехи. Я всегда прошу родителей исключать из мотивации деньги и игрушки, поскольку эта мотивация искажает развитие личности ребенка, особенно в дошкольном возрасте. Да и сами же родители попадают в «ловушку» манипуляций ребенка. Но если каждая неделя заканчивается радостным событием – то это поддерживает желание к занятиям всех заинтересованных членов семьи. Кстати сказать, чаще всего родители говорят о том, что регулярные занятия срываются именно тогда, когда сами родители перестают поддерживать эту традицию. Это происходит потому, что когда ребенку трудно, то именно родители выступают в качестве «вдохновителей» игр и совместных дел.

Планируйте занятия

Занятия желательно планировать с учетом потребностей и особенностей.

Как правило, в занятия дома желательно включать элементы сенсомоторной, пальчиковой, артикуляционной и дыхательной гимнастики, массажа рук, ушей, головы, стоп, развивающие игры, игры на развитие речи, подвижные и ролевые игры, выполнение творческих и графических работ.

Планируя занятия, учитывайте принцип чередования заданий – сосредоточенная работа обязательно должна чередоваться с двигательными играми.

Одна из частных сложностей, с которыми сталкиваются родители – это нехватка времени. «Так много надо успевать, я устаю и ребенок тоже». Именно поэтому, если занятия необходимы, то лучше всего сразу продумывать игры и задания, которые Вы можете выполнять «между делом». Ведь чем лучше Вы организуете развивающую среду, тем легче будет «проводить занятие».

Планировать время для занятий лучше тогда, когда все члены семьи в хорошем настроении и достаточно хорошем самочувствии. Если большую часть времени ребенок капризничает и чувствует себя плохо – заниматься надо максимально легкими, доступными и приятными заданиями и играми. Рекомендации специалистов могут помочь разобраться в причинах и особенностях происходящего. Вместе с родителями найти подходы и возможности для регулярных занятий дома.

Обращайтесь к специалистам за рекомендациями.

Подготовке и проведении занятия с детьми дома надо точно понимать, что все дети разные, возможности, особенности, темпы развития разные у всех детей. Многие особенности не затрудняют социальную адаптацию и не затрудняют развитие познавательной деятельности по возрасту. Однако, часто родителей беспокоят те особенности, которые мешают ребенку раскрывать свой природный потенциал, нарушают адаптацию, искажают отношения в семье. Например, если ребенок быстро утомляется, отвлекается, теряет интерес к заданию – заставлять в этом случае бессмысленно, а иной раз вредно.

Когда к ребенку трудно найти подход и Вы замечаете, что что-то мешает ребенку развиваться, что-то, что доступно для сверстников дается с трудом Вашему ребенку – обратитесь за консультацией к неврологу или нейропсихологу.

Лучше всего за рекомендациями о том, как и чем нужно заниматься с Вашим ребенком может дать специалист. Вы всегда можете обратиться к нашим рекомендациям или непосредственно к педагогам.

Автор: медицинский психолог Попкова Светлана, г. Обнинск