

Консультация для родителей.

РАЗВИТИЕ У РЕБЁНКА УВЕРЕННОСТИ В СЕБЕ ЧЕРЕЗ ИГРУ

Растить детей – тяжелый труд, ведь даже только кормя, моя и одевая их, вы отрезаете от своего свободного времени изрядный кусок, детям нужно рассказывать о мире и всем, что в нем есть. Дети становятся успешными, когда они оценивают себя положительно чтобы повысить самооценку ребёнка, есть множество способов.

НЕСКОЛЬКО СПОСОБОВ ПОВЫСИТЬ САМООЦЕНКУ РЕБЁНКА.

Предоставьте детям возможность делать то, чем они могут гордиться.

Поощряйте их.

Делайте все вместе.

Будьте сами уверены в себе и в своих успехах.

Разнообразная деятельность детей, возможность оценить себя положительно детям дают:

Игра;

Разнообразные действия с предметами;

исследование и экспериментирование;

слушание музыки и сказок;

беседы о рассказанном, услышанном и прочитанном;

возможность задавать вопросы и делать выбор.

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

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

Если взрослые поддерживают и поощряют их в игре, дети становятся более уверенными, у них повышается самооценка, т.е. они учатся любить себя. Иногда дети предпочитают играть одни,

иногда – в компании других детей и взрослых. И то, и другое важно. Обычно малышам нравится самим выбирать игру, хотя идея может быть подсказана взрослыми или другим ребёнком, книгой,

журналом или телепрограммой. Ребенок часто учится играть и перенимать что-то у человека, которому доверяет, который понимает, что он пытается сделать. Это понимание приходит в

процессе наблюдения за детской игрой и осмысления интересов ребёнка. Часто у малышей возникает потребность делать одно и то же снова и снова. Взрослым иногда бывает трудно понять

эти повторяющиеся действия. Но наблюдения за ними помогут родителям подобрать ключ к разгадке интересов ребёнка и обеспечить детей в процессе игры тем, что им больше нравится.

Вы можете быть идеальным партнёром по игре и показать. Как может развиваться совместная игра.

Пусть ваш ребёнок будет лидером, а вы зеркально отразите его действия. Если вы станете играть заинтересованно, ребенок будет чувствовать себя комфортно.

ПРИМЕРНЫЕ СИТУАЦИИ ДЛЯ ИГРЫ

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

«Замечательно! Тогда я возьму синюю».

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

Зеркальное отражение игры вашего ребёнка поможет ему:

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

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

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

Игры, включающие слушание, помогают детям:

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

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

Музыкальные игры помогают детям:

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

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

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

Игра «Зеркало» поможет детям:

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

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

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

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

Выбор помогает детям:

почувствовать себя принимаемыми и понимаемыми;

развивать положительное отношение к себе;

учиться выражать свой выбор;

понять важность умения слушать и говорить.

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

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

Найдите длинный лист бумаги, который покрывает весь пол или стол (например, можно взять обои).

Договоритесь с ребёнком, для чего будет предназначен ваш коврик — для игрушечных машин или

игры с куклами. Нарисуйте на бумаге улицу, поле или дом. Пусть ваш малыш тоже рисует на

коврике. Это могут быть дома или деревья, или мебель. Постелите коврик туда, где ребёнок любит

играть, и помогите расставить на нём игрушки. Вы можете добавить кусочки картона, обозначающие гараж, больницу, магазин. Затем побеседуйте о том, что у вас получилось.

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

Изготовление коврика для игры помогает детям:

обсуждать и планировать то, что они собираются делать;

учиться пользоваться бумагой, фломастерами и самими сочинять игру;

развивать идеи для игры;

наслаждаться созданием воображаемого мира.

ПООЩЕНИЕ И СТИМУЛИРОВАНИЕ ДЕТЕЙ

Взрослые могут помочь детям положительно оценивать себя, если:

они наблюдают за их усилиями и вдохновляют их;

дают понять детям, что довольны ими.

Дети часто используют жесты, мимику, интонации, чтобы дать нам понять свои чувства. И точно так же они узнают о наших чувствах. Заинтересованный разговор с ребёнком на доступные ему темы,

улыбка и обаяние, мимика и жесты, поощрение — всё это повышает его самооценку, развивает уверенность в себе.