

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 31»

Консультация

«Методы регулярного общения родителей с детьми

Старшая группа (05)

*Воспитатель: Полоротова
Ольга Геннадьевна
МБДОУ «Детский сад № 31»
г. Биробиджан*

Современная жизнь такова, что родители и дети одновременно находятся дома в среднем не более 2 часов, не считая сна. А общаются и того меньше, например работающие матери – где-то около получаса в сутки. Кроме того, общение родителей и детей происходит преимущественно во время просмотра телепередач, реже при обсуждении прочитанных книг, еще реже – в совместных прогулках на природе, играх и т.п.

Общеизвестно, что ничто так не сплачивает семью, не помогает достичь взаимопонимания между всеми членами ее семьи, как совместный отдых.

Оной из эффективных форм работы с семьей являются туристические походы-прогулки, позволяющие осуществить полноценный индивидуальный подход к физическому и психическому развитию детей через взаимодействие родителей, досконально знающих своего ребенка. Туристские прогулки не только сплачивают семью, но и оказывают ни с чем несравнимый оздоровительный эффект. В природных условиях представляется великолепная возможность обогатить двигательный опыт дошкольника.

Интересно продуманная двигательная деятельность детей в природных условиях формирует у дошкольников интерес к занятиям туризмом и повышает мотивацию на здоровый образ жизни. Кроме того прогулки воспитывают у детей важнейшие нравственные качества, развивают организованность, отзывчивость, доброжелательность, сближают родителей и детей. Уникальность туризма заключается в том, что он всесезонен. Следовательно, можно добиться стойкой динамики снижения заболеваемости детей ОРЗ, ОРВИ и повышения уровня их физической и двигательной подготовленности, а так же решить ряд проблем психологического здоровья дошкольников. Игры, проведенные на свежем воздухе, закаливают организм, повышают иммунитет ребенка. В лесу дети получают солнечные и воздушные ванны, что благотворно действует на весь организм, повышает тонус нервной системы и увеличивает сопротивляемость организма к простудным заболеваниям.

В некоторых семьях есть возможность спокойно прогуляться перед сном, чтобы выбросить из головы все проблемы, накопившиеся за день, и подготовиться к ночному отдыху. Это очень здоровая привычка, которую можно воспитывать с детства. Удобная одежда и обувь, пять минут на сборы — и вы уже ведёте неторопливую беседу на свежем воздухе.

Регулярность - это, конечно, не только режим дня. Регулярность присутствует и в общении родителей с детьми, и мне кажется, что это очень важный фактор для добрых отношений в семье.

Некоторые традиции семейного воспитания важны для развития личности ребёнка. Дети, чьи родители баловали их чтением на ночь, более успешны в учёбе и лучше заводят друзей в школе, чем их сверстники, лишённые этой чудесной традиции. Подбирайте сказочные истории по возрасту, садитесь на постель к малышу и с душой читайте ему по несколько страниц каждый вечер.

Слушание развивает внимание, успокаивает нервную систему и вселяет умиротворение в детские сердца. Прекрасные воспоминания о сказке на ночь заставляют многих взрослых возвращаться к этому обычаю, когда они создают свои семьи, так что это по-настоящему действенный способ создать связь поколений.

Психологи советуют родителям почаще обнимать своих детей, чтобы те росли спокойные и уверенные в собственных силах. По мере взросления, особенно в подростковом возрасте, дети начинают тяготиться *«телячьими нежностями»* заботливой матери или сестры, но если превратить объятия в традицию, то это станет ещё одним источником внутренней силы и поддержки.

Вместо обычной ласки можно обняться и сказать что-нибудь вроде *«Раз! Два! Три! Мы вместе!»*. Сначала это звучит натянуто, но если с детства приучить детей к таким проявлениям единства, это будет воспринято на ура и в старшем возрасте.

Семейный ужин - самый распространенный способ ежедневного общения, и это важнее любой самой срочной работы. Если у мамы или папы вечерняя смена, то семейный ужин заменяется семейным обедом или завтраком, но отсутствие совместной трапезы абсолютно неприемлемо. Исключения бывают (банкет, деловая встреча), но это редкие исключения, им не разрешено принимать хронический характер. Потому что работа никуда не денется. А вот с детьми надо общаться регулярно. Каждый день. И сегодня тоже. Сегодняшняя работа не стоит того, чтобы дочка сегодня смотрела на папин пустующий стул!

Есть и другие способы регулярного общения. Например, если мама не работает или работает на неполную ставку, то ничто не заставит ее пропустить момент, когда дети возвращаются из детского сада. Она их встречает, расспрашивает, как прошел день. На выходные у родителей часто свои планы, но они обязательно должны планировать семейное время: хотя бы поездку к бабушке или настольную игру. Да, иногда они могут уехать куда-то вдвоем. Но это исключение. Они должны придерживаться главного правила *«Свободное время мне нужно, чтобы получить удовольствие от общения с детьми!»*.

Так же всем известно, что делать закупки на неделю непросто, поэтому мама может подключить к этому процессу всех домашних. Это и помощь, и возможность принять участие в выборе меню на следующую неделю, и отличная практика для детей, которым нужно понемногу учиться вести хозяйство и рассчитывать бюджет. Если у ребёнка есть собственные наличные деньги, помогите им выбрать покупку, но не давите психологически — свободный выбор всё же за ним.

Возможно, вы не задумывались, но у нашего, русского народа, особенно принято фотографироваться на память.

Приложите усилия, чтобы оформить и сохранить приятные моменты жизни:

1. фото в первый день в школе;
2. фото с родственниками из других городов, которые приехали в гости;
3. групповое фото всей семьёй, где у каждого члена есть своё особое место;
4. снимки с соревнований, конкурсов, наградений;
5. старые фотографии поколения дедушек и бабушек.

Общение с детьми - это не обуза, а удовольствие. Удовольствие, в котором родители не должны отказывать себе и детям. Это часть их ежедневной регулярной жизни. Это будни, а не праздники, это хлеб с маслом, а не пирожное. Дети видят, что им рады, чувствуют себя комфортно и привыкают к ежедневному доброжелательному общению с родителями. Эта привычка становится частью их натуры и самой лучшей основой для добрых отношений, когда взрослые дети с наслаждением и тоже регулярно возвращаются в родительский дом.