

Педагог - психолог рекомендует:

Новый год с детьми

Новый год – самый долгожданный и радостный праздник для детей!

В каждой семье существуют свои собственные традиции празднования Нового года и проведения новогодних каникул, многие стараются сделать эти дни как можно более праздничными и насыщенными, но для тех родителей, чьи детки ещё не пошли в школу, мы подготовили несколько рекомендаций, чтобы новогодние праздники не обернулись неприятностями:

1. Режим дня.

Все мы знаем, что Новый год – это целый день возбуждённой суеты по дому и радостных приготовлений к волшебной ночи, и потом – целая ночь веселья и вкусной еды! Ну а после нас ждут ещё долгие новогодние каникулы, когда взрослые могут побыть с семьёй, и им не нужно рано вставать и ходить на работу. Это значит, что зачастую и у самых маленьких членов семьи нарушается режим дня, что действует на малышей как **стресс**. Поэтому часто к концу новогодних праздников детки чувствуют переутомление или перевозбуждение, становятся капризными и непослушными. В связи с этим родителям важно помнить: значительные изменения распорядка дня является сильным стрессом для ребёнка, и чем младше малыш, тем сильнее стресс. Несмотря на каникулы, вставать и ложиться малышу лучше в привычное для него время.

2. Знакомство с Дедушкой Морозом.

Собираясь на детский праздник или приглашая Дедушку Мороза домой, помните, что маленькие дети с большой тревогой относятся к незнакомцам, и тем большим волнением может быть встреча с таким ярким, большим, громогласным и необычным чужаком. Малышу потребуются какое-то время, чтобы присмотреться к незнакомому человеку, привыкнуть к его необычному внешнему виду, почувствовать его доброжелательность. Не стоит настаивать на том, чтобы ребёнок подошёл к Дедушке Морозу, поздоровался или обнял его, пока самому малышу этого не захочется, так как это может напугать ребёнка. Помните, что ребёнок может не обрадоваться, а испугаться Деда Мороза, если он будет слишком громким или активным.

Не ждите от ребёнка активности: если он вдруг отказывается общаться с Дедушкой Морозом, петь ему песенку или рассказывать стишок, а просто стоит рядом и рассматривает незнакомца, это вовсе не значит, что ему не нравится. Ребёнок может не сказать ни единого слова, но быть при этом в полном восторге. Если же родители попытаются уговаривать или заставлять ребёнка пообщаться с Дедушкой, это может привести к слезам и полному отказу от контактов.

3. «Новогодние ёлки» и домашние праздники.

Отмечать Новый год мы привыкли не один раз, а много – с родными, с друзьями, с коллегами на работе. Для детей также устраивается масса мероприятий – дома, в детских садах, в районных культурных центрах. В связи с этим возникает вопрос: сколько праздников можно посетить за новогодние каникулы?

Лучше всего, чтобы Новогодний праздник, наполненный яркими впечатлениями и сильными эмоциями, был один – так он произведёт большее впечатление. Большое количество праздников и встреч, полных эмоциональных переживаний, может послужить сильным стрессом для ребёнка. Для самых маленьких детей важно, чтобы и во время самого Нового года, и в новогодние каникулы жизнь не теряла своей понятности и

размеренности. Слишком сильные эмоции или череда волнительных праздников могут выбить ребёнка из колеи, привести к поведенческим сбоям или переутомлению.

4. Подарки.

Выбирая подарок своему малышу, родители и близкие должны помнить о возрастных особенностях ребёнка: не стоит дарить слишком дорогие подарки детям, которые находятся в периоде исследования и стремятся сломать или разобрать все игрушки, также не стоит дарить такие игры, играть в которые ребёнок не сможет в силу того, что они ещё слишком сложны для него. Всё это может привести к ситуации, когда родителям приходится забирать подаренную игру, и это вызовет обиду и слёзы. По этой же причине не следует дарить сладкие подарки, если в них сладостей больше, чем можно съесть малышу за один раз.

Не ждите от малыша мгновенной радостной реакции на подарок – часто ребёнку нужно время, чтобы рассмотреть подаренный предмет, понять, что это и как с этим играют, и только потом он сможет оценить всю прелесть этого подарка. Сразу оценить ребёнок может только яркий и броский подарок, однако это не всегда хорошо. Игрушка, которая сначала не произвела впечатления, может вскоре стать лучшим другом и неразлучным спутником.

- ***Искусство дарить подарки.***

Хорошо бы, чтобы и вопрос количества и состава подарков не был проблемной точкой. Если договориться не удастся, пусть каждый подарит свой подарок. Иногда то, что папа хочет подарить мальчику, непонятно маме, и наоборот, то, что мама хочет подарить девочке, абсолютно не впечатляет папу. Помните, важнее для ребенка не подарки, а отношения. Что подарил Дед Мороз, малыш может и забыть, а вот как папа и мама ругаются – будет помнить долго.

- ***Как сделать так, чтобы малыш «заметил» ваш подарок?***

Очень часто игрушек у ребенка так много, что в этом количестве даже самые новые и красивые заметить сложно. Для того, чтобы подарки, на выбор которых вы потратили немало времени, душевных сил и средств, ребенок по-настоящему оценил, нужно, чтобы перед Новым годом **он немного соскучился** по игрушкам вообще и по новым в частности. За несколько дней до Нового года попробуйте убрать то, с чем ребенок играл, и достать буквально несколько игрушек. Пусть малыш соскучится по игрушкам и отдохнет от их изобилия. Тогда радости от подарков и внимания к новым игрушкам будет больше.

Договоритесь с родственниками и друзьями: вторая половина ноября и декабрь – никаких подарков малышу. Если хочется порадовать – принесите что-то вкусное или новую книжку. А деньги откладывайте для того, чтобы купить к празднику что-то качественное. Хорошо выбирать игрушки проверенных брендов, которые не сломаются через неделю после покупки. Когда сломалась игрушка, которую подарил сам Дед Мороз – это особенно обидно.

- ***«Мелкая фасовка»***

Для того, чтобы ребенок лучше играл с вашими подарками, количество игрушек можно уменьшить. Сделать это можно так: разделите все имеющиеся у вас игрушки на 4-5 частей, каждую сложите в красивый пакет или коробку, а все эти коробки, кроме одной, уберите из зоны свободного доступа. Оставшиеся игрушки можно расставить на полке или стеллаже. Каждую неделю можно доставать новую коробку, убрав предварительно те игрушки, которыми ребенок играл неделю. Как говорится, «новое – это хорошо забытое старое».

- ***Что же дарить?***

Помните, что вы – главный эксперт по тому, что больше всего подойдет вашему ребенку. Подарки выбирайте заранее, без суеты и спешки. Важно, чтобы у вас была возможность сосредоточиться и подумать: что же порадует моего ребенка больше всего? Что будет ему интересно? Что послужит его развитию?

- ***Рождественское печенье и самодельные игрушки***

Традиционное рождественское печенье или домашние пряники – очень хороший способ для малыша сделать подарок своими руками. Пряников можно напечь много и дарить их и детям, и взрослым. Рецептов печенья и пряников немало, и найти их не составляет труда. Хороши для дарения самодельные елочные украшения – идей для поделок с ребенком любого возраста очень много. Совместное рукоделие сблизит маму и детей, разовьет их мелкую моторику. Вы сможете украсить дом уникальными, неповторимыми вещами.

И – как ни странно – в эпоху полнейшего изобилия и разнообразия всего на свете, и елочных украшений в частности, самыми ценными для ребенка остаются вещи, сделанные своими руками. Даже если участие детей было минимальным, воспоминание о том, что они помогали родителям и делали что-то по-настоящему важное, красивое, останется в памяти ребенка надолго. А то, что делалось это вместе, будет вспоминаться годами.

- ***И как дарить?..***

Важно не только грамотно выбрать подарок, но и правильно его подарить. Часто в суете праздника подарки как-то теряются и уходят в огромную кучу игрушек, которые и так стоят на полке. Поэтому для новых подарков стоит выделить отдельное место, как бы витрину, чтобы несколько дней любоваться не только подарками, но и упаковкой. Прекрасно подойдет для этой цели высокая полка, часть письменного стола, подоконник или поверхность пианино.

- ***Один подарок за один присест***

Серьезный подарок должен быть один за один раз. Иначе внимание малыша расфокусируется, и, не наравдовавшись одному подарку, он схватится за другой и эффект новизны от первого подарка пропадет.

- ***«Печать общения» на игрушке***

Для того, чтобы ребенок получил удовольствие от подаренной игрушки, надо просто найти время – совсем немного. Пятнадцати минут при выключенном телефоне вполне хватит для того, чтобы сесть на диван или ковер и не торопясь поиграть с новой игрушкой вместе с малышом. Стоит заметить, что, играя, мы передаем малышу культуру и образ мыслей. Время, потраченное на игру с ребенком – долговременная инвестиция. А тот малыш, который хорошо, творчески играл в детстве, наверняка будет хорошо соображать. Фантазия и спонтанность дошкольника – предтечи интеллекта школьника.

Не жалейте времени, чтобы поиграть с ребенком в новую игрушку, «разыграть» ее, насытить своим присутствием. И малыш наверняка окупит это вложение времени самостоятельной игрой. Если же хороший подарок не пришелся ребенку по вкусу сейчас – уберите его на пару-тройку недель, сохранив упаковку. Когда обилие впечатлений праздника пойдет на убыль, малыш может воспринять эту игрушку почти как новую.

- ***Подарки, которые вы не выбирали***

Но бывает и так, что количество и качество подарков от ближних и дальних знакомых вы контролировать не можете. Пришли гости, принесли игрушку – нельзя же отказаться и не взять. Это будет жестокая обида. Но если качество подарка или его состав вызывают у вас серьезные сомнения, хорошо подумайте, прежде чем дать ему место в детской. Игрушки, книжные иллюстрации – это как раз то, что оказывает большое влияние на формирование внутреннего мира ребенка. Есть золотое правило: чем больше сюжетных игрушек, тем хуже ребенок играет...

К счастью, малыши недолго помнят о подарках. И если вам подарили что-то совсем неудачное, не бойтесь избавиться от этой вещи. Не стоит захламлять детскую игровую зону. А подарки, которые расстраивают лично вас, вполне можно удалить.

- ***Как без слез подарить подарки друзьям?***

Помните, что для маленького ребенка расставаться с вещью, особенно красиво упакованной, непросто. Так что если ваш малыш легко вручил подарок, стоит радоваться: это приятная неожиданность. Как говорится, надейся на лучшее – готовься к худшему.

Родителям полезно быть готовыми к тому, что поведение ребенка в момент вручения подарков будет далеко не идеальным. Если вас тревожит то, что малыш поведет себя «неприлично», попробуйте порепетировать: поиграйте с ним в дарение подарков.

Начните игру за 2-3 недели до праздников. Заранее предупредите его, что вы собираетесь дарить и кому. Пусть ребенок поучаствует в упаковке подарка и ее украшении, «напишет» открыточку или нарисует рисунок в подарок от себя.

Разыграйте ситуацию, в которой ребенок дарит подарки другим вживую или на куклах. Пусть кукла-мама дарит кукле-ребенку подарок, а другая кукла-ребенок ведет себя по-разному: кричит «Отдай, мое!», говорит «Поздравляю с Новым годом и Рождеством», прячется и стесняется. Варианты можно выбрать сообразно особенностям поведения вашего ребенка.

Отрепетируйте с ребенком слова поздравления.

По возможности стоит подарить какую-нибудь мелочь и самому ребенку, особенно если он сильно переживает, но оговорить это стоит заранее.

Если возраст или характер вашего малыша делает расставание с красивыми подарками мучительным, не подвергайте его чрезмерным испытаниям – дарите сами, когда ваш ребенок чем-то увлечен. На следующий год он подрастет и поймет, насколько приятно быть тем, кто дарит подарки.

- ***Когда уже нечего подарить!***

Если у вашего ребенка «есть всё», выбрать подарок становится проблемой, а радость от него минимальна. Помните, что мелочи (цветные стеклышки или маленькие леденцы) ребенок может оценить гораздо больше, чем что-то глобальное.

Чем дольше малыш мечтал о подарке и ждал его, тем ценней будет новая вещь.

5. Список приоритетов.

Полезно бывает письменно составить список в порядке убывания важности: что точно вы хотите успеть за праздничное время, а что для вас не так важно. Исходить стоит из правила: одно серьезное мероприятие в день для вашего малыша. Ребенок – не резиновый мешок, всё сразу в него не влезет. А избыток впечатлений приводит к перевозбуждению и делает малыша более нервным, хуже воспринимающим.

Включите в список приоритетов то, что считаете важным для ребенка, а также то, что значимо для вас самих. Интересы взрослой части семьи обязательно должны быть учтены в праздник.

И если предстоит сделать выбор, кому же сегодня должно быть интересно, то можно чередовать через день: сегодня ведем куда-то малыша, а завтра отправляемся сами, реализуем взрослую программу новогодних каникул. Так и ребенок не перегрузится, и родители не будут чувствовать себя только обслуживающим персоналом.

6. Гости и бабушки.

Многие семьи используют праздничные дни и для того, чтобы наконец увидеться со всеми родными и близкими. Много зависит от размера вашего дома, но в целом стоит запомнить правило: чем больше гостей вы принимаете одновременно, тем более непредсказуемым может быть поведение ребенка.

7. Праздник для братьев и сестер.

Если у вас не один ребенок, то, устраивая праздник, придется учитывать интересы «разных групп граждан». Помните, что малыши менее выносливые, а дети постарше – более буйные. Также не забывайте, что количество гостей должно быть прямо пропорционально количеству метров. Правило «мало места – немного гостей» лучше не нарушать.

8. Когда в гости приходят дети разных возрастов

Будьте готовы к тому, что старшие не захотят играть с малышами и даже могут их подзуживать. Идеально, если у «хозяйки праздника» найдется помощник, который возьмет на себя младших детей, пока она будет заниматься развлечением старших, или наоборот.

Но всё-таки «отвечать за младших» лучше самой хозяйке праздника, а вот дела по угощению вполне можно кому-либо перепоручить, если вы планируете не только застолье, а и игровую часть праздника. Совместить несколько ролей трудно. Именно от этого могут возникать эмоциональные срывы.

9. Нет организации – есть куча мала

Обычные дети готовы спокойно играть в гостях минут 20-30, дальше начинаются стычки и «разборки», если детям не предлагать варианты занятий.

10. Каких праздников стоит избегать?

Нужно хорошо подумать, прежде чем отправляться с ребенком на массовую елку. Для активных и выносливых малышей это может быть и приятным событием, а вот ребенок чувствительный и застенчивый может получить негативный опыт в шумной толпе незнакомых людей. Если елка проводится не в рамках занятий, которые вы посещаете, не ждите, что малыш станет активно участвовать в программе. Зачастую детям нужно немало времени, чтобы осмотреться.

Помните, что, во-первых, любое представление формирует художественный вкус ребенка, а во-вторых, всё неожиданное может напугать его. Поэтому постарайтесь объяснить то, что будет происходить, заранее, а если предсказать последовательность событий нельзя, то стоит подумать и, возможно, отложить посещение этого мероприятия на следующий год.

11. Между Новым годом и Рождеством – и после.

Если вы любитель насыщенных праздников и переживаете, как бы время не ушло зря, то можно разбить мероприятия на две группы: перед Новым годом и после Рождества. Тогда и малыш успеет отдохнуть и снова обрести восприимчивость к впечатлениям, и вы сможете разбавить походы на елки другими традиционными зимними занятиями: прогулками, санками, лыжами, посещением родных и близких.

Праздники для ребенка – это не только Дед Мороз, новогодние каникулы и подарки. Праздник – это мама, которая никуда не спешит и папа дома, а самое главное – Ваша родительская любовь и внимание к малышу!

С наступающим Новым годом!