Руководитель физического воспитания Донец И.В.

Консультация для родителей

Помогаем маме и развиваемся или тренировки для ленивых.

Поработать над улучшением координации мелких и точных движений рук можно в процессе занятий повседневными делами. Так, малыш не отвлекает родителей, занят интересным для него делом и получает от этого пользу. Если такая перспектива Вас радует, запомните наши рекомендации, чтобы в следующий раз применить в быту.

На кухне

Согласитесь, когда ребенка не с кем оставить, процесс готовки превращается в сплошное испытание. Малыш норовит провести время вместе с Вами, совершенно не оценивая опасную близость к огню, острым или горячим предметам. Попробуйте занять своего озорника — вручите ему банку гречки, риса, пшена или любой другой крупы и попросите перебрать зерна, отделив мусор. Для стимулирования интереса можно назначить особый приз или вознаграждение.

В итоге Вы получаете вагон плюсов: ребенок занят делом и не мешает готовить, крупы перебраны и очищены, очередная тренировка над моторикой малыша проведена.

В ванной комнате

Утренние или вечерние сборы не радуют ребенка? Предложите ему помочь Вам и ускорить минуты ожидания. Доверьте малышу важную миссию — открывать все баночки, коробочки и тюбики, которыми Вам нужно будет воспользоваться, после чего закрывать и складывать их на место. Так Вы сможете утолить природный интерес ребенка и научите быстро справляться с различными видами тар.

В уборке вещей

Одежда несет для малыша большую познавательную и развивающую нагрузку: это и большое количество деталей и креплений, с которыми нужно научиться справляться, и разнообразие тканей, которые очень полезно изучать на ощупь.

Для начала предложите малышу помочь Вам с сортировкой и сворачиванием вещей. Пусть мама убирает взрослые предметы гардероба, а ребенок — свои. Научите его правильной технике и алгоритмам и наслаждайтесь маленьким помощником, который совершенствует свою мелкую моторику.

Также стоит предлагать ребенку одеваться самостоятельно. Выделите для этого побольше времени, дайте ребенку необходимую одежду и научите, как ее необходимо надевать. Пусть сначала это будут легкие предметы одежды без пуговиц, замков и заклепок. Когда малыш начнет с легкостью справляться с майками, просторными штанишками, носками и свитерами, переходите к более сложным вещам. Ежедневное повторение таких тренировок позволит овладеть навыками самостоятельного одевания и совершенствовать координацию движений.

Пожелания родителям

Занимайтесь вместе с ребенком. Совместные занятия не только позволят укрепить отношения, но и помогут ребенку справляться с заданиями с большей эффективностью.

Проводите занятия систематически. Для достижения хороших результатов малыш должен заниматься не менее 1 раза в день. Если Вы периодически пропускаете тренировки, постарайтесь заменить привычные ребенку игры на развивающие.

Занятия должны увлекать, а не утомлять. Для этого необходимо выбирать оптимальную для ребенка длительность занятий — как только он начинает уставать, прекращайте тренировку. Меняйте инструменты и виды деятельности, включайте в работу элементы игры и творчества.

Поощряйте творческую активность ребёнка, пусть он сам придумывает какие-нибудь упражнения — Вам же будет легче.