



Муниципальное бюджетное дошкольное
образовательное учреждение «Детский сад № 12
«Буратино» общеразвивающего вида»
г. Нурлат Республики Татарстан

Консультационный центр «Первые шаги»



Консультация для родителей «Развитие самостоятельности. Кризис трех лет»

**Консультант КЦ, воспитатель
I квалификационной категории
Рахматуллина Изиля Вазыховна**

2021 г.

Структура встречи:

1. Прием «Рисунок-метафора «Яйцо»
2. О кризисе трёх лет...
3. Упражнение – игра «Альтернатива» (с фразами)
4. Примеры ситуаций и приемы общения и взаимодействия с ребенком в период кризиса трех лет (обсуждение педагогических ситуаций)
5. Рекомендации педагога «Игры, направленные на преодоление кризиса 3-х лет»
6. Портфельчик с полезностями:
 - Памятка «9 советов, как воспитать успешного ребёнка».
 - Недельный распорядок развивающих занятий для 3-летнего ребенка.
 - Буклет «Развитие самостоятельности. Кризис трёх лет»

К трём годам родители замечают серьёзные изменения в своём ребёнке, он становится упрямым, капризным, непослушным. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребёнка процесс - это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отделиться от взрослых, научиться делать самому и как-то решать свои проблемы. Психологи называют этот сложный период **кризисом трех лет**.

Прием «Рисунок-метафора «Яйцо»

- Для того, чтобы лучше понять, почему же наступает кризис 3-х лет я предлагаю представить цыпленка, еще не вылупившегося из яйца (педагог показывает картинку, на которой изображено яйцо, лежащее в гнезде).

- Как вы думаете, как он чувствует себя в скорлупе?
- Безопасно ли ему? Хватает ли ему питательных веществ?
- Скорее, да (ответ родителей).
- Но, не смотря на это, в определенный момент цыпленок разрушает скорлупу, чтоб выбраться наружу. Почему, как вы думаете?
- Иначе он просто задохнулся бы под ней. Закончились питательные вещества, он растет и т.д. (ответ родителей).
- Правильно! Постоянная опека родителей для ребенка – это такая же скорлупа. Ему тепло, ему уютно и безопасно под ней. До определенного момента она ему необходима. Но ребенок растет, меняясь изнутри, и приходит день, когда он осознает, что скорлупа начинает мешать его росту. Поэтому ребенок начинает оказывать противодействие прежним условиям, начинает разрушать эту скорлупу, чтобы продолжить свое дальнейшее развитие. Что и проявляется в кризисе 3-х лет.

Очень подробно, поведение ребёнка в период кризиса трёх лет, описано в стихотворении психолога Л.А. Булгаковой:

Кризис трех лет, «Я сам»

*Я негативен и упрям,
Строптив и своеволен,
Средою социальной я
Ужасно недоволен.
Вы не даете мне шагнуть,
Всегда помочь готовы.*

*О, божже! Как же тяжелы
Сердечные оковы.
Система «Я» кипит во мне,
Хочу кричать повсюду:
Я — самость, братцы, я живу,
Хочу! Могу! И буду!*

Три года – возраст, когда ребенку так хочется ощутить себя взрослым и самостоятельным, в этом возрасте дети уже имеют собственное "хочу" и готовы отстаивать его перед взрослыми. Это время открытий и находок, возраст пробуждения фантазии и осознания себя как личности. Ярко выраженная особенность данного периода - кризис трех лет. У малышек он может проявляться по-разному, но основными «симптомами» являются крайнее упрямство, негативизм и своеволие.

Малыш отказывается ложиться спать, не хочет сам одеваться, убирать игрушки. Капризничает – «Я хотел пойти другой дорогой!» (Когда пройдено уже половина пути и свернуть на другую дорогу уже нет возможности). Кричит и топает ногами, если родители не выполняют любую его просьбу.

Нередко такое поведение ребенка застаёт родителей врасплох. Еще вчера ребенок с удовольствием выполнял все несложные поручения, и вдруг он начинает все делать «наоборот» - убегает, когда его зовут, раздевается, когда просят одеться теплее. Порою, кажется, что он забыл все слова, кроме «Нет» и «Не хочу». Не зная, как реагировать на детские истерики и демонстративное неподчинение, родители теряются и сердятся. Как реагировать родителям?

Что делать родителям, если ребенок ведет себя вызывающе? В первую очередь, не стоит заострять внимание на плохом поведении ребенка, и тем более пытаться сломить его. Это не приведет ни к чему хорошему. Но и впадать в другую крайность – вседозволенность, тоже нельзя. Ребенок не должен решить, что истерика – это надежный способ добиться своего. Самое мудрое, что могут сделать родители в данной ситуации – отвлечь ребенка, переключить его внимание на что-то другое. Например, предложить почитать ему любимую книжку или вместе поиграть в какую-нибудь игру. Конечно, если ребенок уже достиг пика истерики, это не сработает. В этом случае приступ детского гнева нужно просто переждать. Если вы находитесь дома – твердо скажите ребенку, что вы поговорите с ним, когда он остынет, и займитесь своими делами. Оставайтесь спокойным, как бы трудно это ни было. После этого объясните ребенку, что вы его очень любите, но капризами он ничего не добьется.

Если истерика случилась на улице или в магазине (а дети любят работать на публику), по возможности лишите ребенка зрителей. Для этого можно просто перенести ребенка в менее людное место.

Старайтесь избегать ситуаций, когда ребенок может ответить «нет». Не давайте ему прямых указаний: «Одевайся, мы сейчас пойдем гулять», а создайте иллюзию выбора: «Ты хочешь погулять во дворе или в парке?», «Мы будем играть в песочнице или пойдем на горку?». Помогите ребенку справиться с кризисом.

Кризис 3 лет у детей – серьезное испытание для родителей, но ребенку в это время приходится еще тяжелее. Он не понимает, что с ним происходит, и не в состоянии контролировать свое поведение. И ему нужна ваша поддержка. Не забывайте хвалить малышек за хорошее поведение и поощрять самостоятельность: «Катюша молодец! Маленькие детишки не умеют убирать за собой игрушки, а Катюша умеет». Расскажите бабушке или папе, пришедшему с работы: «Сегодня Катюша такая умница – сама днем спать легла». Это поможет сформировать у ребенка положительный образ себя.

Реакция родителей на капризы ребенка при кризисе 3 лет - очень важный вопрос. Конечно, упрямство любимого чада огорчает родителей, испытывая их нервы на прочность. Трехлетка настойчиво проверяет границы дозволенного, и если вы где-то дадите слабину или

наоборот чересчур жестко поведете себя – в ответ получите неадекватную реакцию на казалось бы простую просьбу. Поэтому будьте спокойны в любой ситуации и даже если очень сложно – держите себя в руках. Ведь кризис 3 лет у ребенка – это вовсе не проявление вредности или негативной наследственности, а природная необходимость испытать себя, закрепить ощущение силы воли и собственной значимости. Это жизненный этап, без которого невозможно становление личности ребенка.

Кризис трех лет у детей нужно просто переждать как бурю, пережить как землетрясение и перенести как болезнь. Поэтому ваш девиз на этот год: «Терпение, терпение и терпение!»

Упражнение – игра «Альтернатива»

Часто родители употребляют такие **фразы**:

- «Пошли скорее, сколько тебя можно ждать!»
- «Ешь, иначе не получишь десерт!».
- «Убери за собой!»
- «Не мешай!»
- «Не капризничай, пиратская футболка в стирке, надевай ту, которая есть!».
- «Ляжешь ты, наконец, спать!»
- «По попе захотел?»
- «Чтобы я никаких «Не хочу» не слышала!»
- «Сколько раз повторять»
- «Руки помыл?»

Но эти **фразы не желательны, если ваш ребенок переживает кризис 3 лет**. Для всех этих фраз можно подобрать **альтернативу**, например:

- «На старт, внимание... марш! Побежали!»
- «После того, как исчезнет эта крооохотная котлетка, к тебе прилетит что-то вкусное!».
- «Вот если бы ты был волшебником, и смог бы наколдовать порядок на столе...»
- «Иди, поиграй немного сам. А когда я освобожусь, мы устроим мини-праздник».
- «Смотри-ка, а вот родственница твоей пиратской футболки. Давай ее наденем?»
- «Показать тебе хитрый способ укрывания одеялом?»
- Интересно, кому это я сейчас уши оторву и шею намылю?»
- «Ой, смотри, капризка прибежал. Лови, лови его, чтобы он нам настроение не портил!»
- «Раз-два-три, передаю секретную информацию... Повторите, как слышали».
- «Спорим, что с твоих рук потечет черная вода?».

Примеры ситуаций и приемы общения и взаимодействия с ребенком в период кризиса трех лет (обсуждение педагогических ситуаций).

1. Ребенок нацелился гулять, а вы хотите сначала покормить его кашей.

Приём общения и взаимодействия: в данном случае можно использовать **метод компромисса**. Например, предложить ребенку 5 мин вместе постоять на балконе,

посмотреть на машины, а потом пойти кушать. Дело в том, что малышу 3-х лет трудно сразу перестроиться на другие планы, ему необходимо помочь отвлечься. Родительский авторитет зарабатывается не грубой силой, а способностью рассмотреть интересы ребенка, и по возможности, пойти им на встречу.

2. Малыш старается построить башенку, но кубики разваливаются.

Приём общения и взаимодействия: **поддержка ребенка взрослым** – наиболее эффективный прием взаимодействия. Нужно помогать ребенку спокойно искать способ решения проблемы, например: «Давай подумаем, что тут можно сделать». Можно подсказать несколько возможных вариантов решения: «Лучше сделать так!», но выбрать и осуществить один из них должен сам ребенок.

3. Ребенок говорит вам «нет!» просто для того, чтобы не согласиться с вами, даже если ему очень хочется то, что вы ему предлагаете.

Приём общения и взаимодействия: можно попробовать провести игру «**Все наоборот**». Такая тактика позволяет избежать многих ненужных ссор, конфликтов и наказаний, но ее нельзя использовать часто: «Ни за что не успеешь умыться раньше меня!», «Наверное, гулять сейчас не стоит. Давай дома посидим».

4. Вы неоднократно пытались привлечь ребенка к уборке его игрушек, а сейчас он не может найти любимую машину в общей «игровой» комнате.

Приём общения и взаимодействия: **метод «естественных последствий»** или **естественное наказание** учит ребенка осознавать последствия поступков. Можно сказать малышу: «Видишь, как жалко, что машина не находится. Вот если вечером ты все свои машины «завезешь в гараж», будет хорошо видно, где какая и они не потеряются».

5. Ребенок отказывается вечером ложиться спать, хотя по детскому режиму уже давно пора быть в кроватке.

Приём общения и взаимодействия: при укладывании малыша спать, лучше использовать **ритуал последовательных действий**: проговаривать вслух привычные для малыша действия: «Сейчас мы будем собирать игрушки, потом умываться, потом читать книжку, и спать». Этот способ имеет эффект при регулярном повторе.

6. Ребенок явно пытается манипулировать вами, настоять на своем с помощью истерики или упрямства.

Приём общения и взаимодействия: здесь необходимы **четкие правила поведения**. Ребенок должен знать, что можно делать, а чего нельзя. Единство требований родителей обязательно, а также потребуется педагогическая мудрость. Если ребенок бурно протестует, можно ненадолго оставить его одного в комнате (**метод игнорирования**).

Рекомендации педагога «Игры, направленные на преодоление кризиса 3-х лет»

Помочь справиться с кризисом трех лет и направить воспитание малыша в нужное русло помогут сюжетные игры.

Игра в магазин. Ребенку отведите роль продавца, а родители или старшие дети – покупатели. Когда малыш продает что-нибудь, ему тяжело расставаться с вещью, отдавать кому-то свое. Со временем он поймет, что вещь ему вернут назад, и будет просить поиграть с ним в эту игру еще раз. Если ваш ребенок часто устраивает истерики в супермаркетах,

отправьте к нему в магазин куклу-маму и куклу-дочку. Пусть дочка устроит скандал, успокаивайте бунтующую куклу вместе с малышом.

Придумайте малышу **«Очень важное дело»** – готовку еды для кукол, постройку дома, создание новой картины. Пусть малыш проявляет свою самостоятельность в игре, не стоит прерывать его своими советами.

Посадите за стол **любимого игрушечного друга** малыша. Пусть он постоянно ведет себя неправильно. Вместе воспитывайте из него приличного ребенка. Уложите его спать. Возьмите с собой на прогулку. Вместе разбирайте поведение шалуна – что он делает неправильно и почему так делать не надо. Пусть малыш учится отличать хорошее поведение от плохого. Беря на себя роль «воспитателя» в игре, малыш и в жизни будет вести себя соответствующе.

Накануне Нового года вместе с ребенком **делайте новогодние игрушки** своими руками, этот творческий процесс позволит стать малышу более усидчивым. Также не забудьте привлечь ваше чадо к украшению новогодней елки.

Сочиняйте с ребенком сказки. В возрасте трех лет малыши любят фантазировать. Пусть в сказках будут воспитательные моменты. Узнавайте вместе друг друга.

Постарайтесь уделить максимум внимания трехлетнему малышу, но не будьте навязчивы. Избыток внимания превратит малыша в деспота, даже может вызвать различные фобии и неврозы. Недостаток может породить различные болезненные фантазии. Ребенок заведет себе воображаемого Карлсона, который заменит ему друга, даже может решить, что его совсем не любят.

Портфельчик с полезностями:

Памятка «9 советов, как воспитать успешного ребёнка»

Рано или поздно, но родители задаются вопросом, как же воспитать из своего малыша успешного человека? Как помочь ему реализовать себя в будущем? И лучше если родители заинтересовались этим вопросом как можно раньше. В своих мечтах родители видят своего ребенка известным музыкантом, писателем, изобретателем или спортсменом. Главное не то, кем вы хотите его видеть, самое главное, чтобы ребенок сам, в конечном счете, нашел свое призвание в жизни и реализовал свои таланты.

Во – первых, ребенок должен чувствовать, что вы его любите

Залог успешного человека - нормальная самооценка. Покажите ребенку, что вы любите его таким, каков он есть. Чаще говорите ему об этом, обнимайте его, он должен знать, что родители любят его, несмотря ни на что. Уважайте все, что делает ваш ребенок. Для детей игра очень важна, примерно так же, как для вас важна работа. Если, к примеру, вам необходимо ложиться спать, а ребенок заигрался и не желает вас слушать, то помогите ему доиграть, достроить гараж или уложить куколку поспать. Критиковать следует не самого ребенка, а только его действия. Не забывайте хвалить малыша, показывать ваше одобрение. Чаще хвалите его за хорошие поступки, чтобы он осознавал, что вести себя хорошо, это здорово.

Во – вторых, нужно предоставлять право выбора

Даже самое банальное, например, в чем пойти погулять, даже в этом ребенок должен высказать свое мнение. Так он научится иметь собственное мнение, ведь понимать, что и почему он хочет очень важно. Как можно чаще общайтесь с ним, обсуждайте

просмотренные мультфильмы, прочитанную книжку или произошедшую ситуацию, в дальнейшем все это поспособствует воспитанию успешного ребенка. Даже большие покупки для ребенка попробуйте выбирать вместе с ним.

В-третьих, умение договариваться с людьми

Это очень полезное умение, особенно для достижения успеха. Помогите научиться ребенку, высказывать свои мысли и чувства по поводу разных ситуаций. Развивайте красноречие вашего малыша.

В-четвертых, помогите вашему малышу найти дело, которому он сможет посвятить свою жизнь

У каждого есть свои способности и таланты. Приглядитесь к своему ребенку, понаблюдайте, чем ему нравится заниматься долгое время, и начинайте развивать его в этом направлении. Чем раньше вы начнете заниматься в нужном направлении, тем лучше. Но будьте готовы к тому, что в будущем, он может переключиться на что-то еще. Без сомнения, приобретенный опыт пойдет только на пользу.

В-пятых, научиться замечать творческие навыки вашего ребенка и развивать их

С раннего детства следует заниматься с малышом творческой деятельностью: рисовать, сочинять стихи, заниматься танцами или музыкой. Успех человека во многом зависит от того, как смотрит он на появившиеся проблемы. Ведь чем больше решений он найдет в сложившейся ситуации, тем легче преодолеет различные трудности. Поощряйте проявление любопытства и любознательности у вашего ребенка.

В-шестых, научите его ответственности. Объясните, что следует всегда отвечать за слова и поступки

Приучайте вашего малыша брать ответственность, за то, что натворил. Но не стоит ругать его за ошибки, ведь опыт набирается, как раз при совершении ошибок. Лучше помогите ему придумать выход из сложившейся ситуации. На своем примере показывайте, что нужно держать данное слово. Обязательно выполняйте обещания, но если не уверены, что сможете их выполнить, лучше не обещайте.

В-седьмых, учите вашего ребенка оптимизму

Помогайте ему научиться видеть в любой плохой ситуации положительные стороны, это поможет в воспитании успешного ребенка. Объясните, что в жизни победы сменяются поражениями, и что это нормально. Ведь приобретенный опыт очень ценен, он помогает достигать будущих целей. А лучше на собственном примере показывайте, как полезно и здорово быть оптимистом, видеть хорошее, даже в самой непростой ситуации.

В-восьмых, одно из качеств успешного человека – умение ценить время

Научите своего малыша быть постоянно чем-то занятым. Бывают такие моменты, когда ребенок сам не знает, чем ему заняться, тогда вы можете помочь и подсказать, найти интересное занятие для него. С течением времени быть постоянно занятым станет для него привычкой.

В-девятых, приучайте к самостоятельности

В возрасте двух лет ребенок начинает проявлять самостоятельность. Дайте ему возможность что-то сделать самому, не спешите делать за него. Просто проявите чуточку

терпения, помогите или направьте в нужном направлении, но пусть он сделает сам, например, подтереть пролитый чай.

Все родители, которые задавались вопросом, как воспитать успешного ребенка, задумывались о том, что ребенок как губка, впитывает поведение своих родителей. Поэтому начинать надо с воспитания и самосовершенствования себя. Ради детей, хочется добиться каких-то успехов, измениться в лучшую сторону, чтобы стать достойным примером для подражания своему малышу. В воспитании успешного ребенка нужно прилагать много усилий и проявить терпение, зато результат будет того стоить.

Недельный распорядок развивающих занятий для 3-летнего ребенка:

	Понедельник	Вторник	Среда	Четверг	Пятница	Суббота	Воскресенье
Физическое развитие	Подвижные игры	Зарядка по видео-уроку	Игры с мячом	Прыжки	Зарядка под музыку	Игра с фитболом	Подвижные игры
Познавательное развитие	Изучение животных	Изучаем птиц	Пазлы	Ищем целое по деталям	Лото	Изучение явлений природы	Изучение цветов
Сенсорное развитие		Игры с сенсорным мешочком	Изучаем вкусы		Изучаем запахи	Угадывание предметов на ощупь	
Мелкая моторика	Пальчиковая гимнастика	Игра с прищепками	Игра с песком	Игра с бусинами	Мозаика	Игра с водой	Игра с крупой
Музыкальное развитие	Танцы		Пение		Изучение музыкальных инструментов		Слушание
Речевое развитие	Чтение сказки	Артикуляционная гимнастика	Рассказываем сказку по картинке	Разучиваем стих	Аудио-сказка	Загадки	Обсуждаем сюжет картинки
Творческое развитие	Лепка	Рисование	Кукольный театр	Рисование	Игры с конструктором	Раскрашивание	Аппликация
Социальное развитие		Изучаем этикет		Игры со сверстниками		Изучаем слова вежливости	

Итак, рецепт от кризиса трех лет очень прост: терпение, понимание, творчество, игры и, конечно же, чувство юмора.

Задача родителя во время кризиса трех лет – помочь малышу пережить сложный период, поэтому ищите во всем положительные стороны, ведь все эти возрастные проявления помогут ребенку научиться таким важным качествам, как настойчивость, терпение, самостоятельность и целеустремленность.