МДОУ «Детский сад № 241»

Консультация для родителей

**«Особенности эмоционального состояния ребенка 2-3 лет»**

Подготовила:

воспитатель

Терентьева О.А.

г. Ярославль

**Консультация «Особенности эмоционального состояния ребенка 2-3 лет»**

Маленький ребенок способен выражать множество эмоций: удивление, радость, страх, восторг и др. **Эмоциональное поведение малыша имеет ряд особенностей:**

1.     Эмоции у маленьких детей очень неустойчивы (улыбка моментально может смениться слезами), ребенок еще не умеет их скрывать и контролировать; эмоции возникают спонтанно, и, соответственно, ребенок ведет себя импульсивно.

2.     Малыш эмоционально живет в настоящем, немедленно реагируя на текущие события.

3.     Эмоции ребенка привязаны к ситуациям. Он сильно переживает по поводу ухода мамы, но потом может легко заинтересоваться новой игрушкой.

4.     Ребенку пока очень сложно обозначать словами свои переживания.

5.     Эмоции маленького ребенка ярки и часто противоречивы. Особенно это проявляется в ситуации выбора: из двух игрушек после некоторых колебаний он выбирает одну и через 1—2 минуты уже жаждет играть с другой. Сделать выбор ребенку в этом возрасте еще чрезвычайно трудно.

6.     Наиболее яркие эмоциональные переживания случаются у ребенка по поводу удовлетворения непосредственных желаний. Чем больше трудностей при их выполнении, тем сильнее эмоциональная вспышка, особенно если малыш хотел выполнить что-либо самостоятельно. В этот момент ребенку необходимо дать возможность выразить свои отрицательные эмоции. Не следует пытаться сразу же гасить отрицательные переживания и тем более эмоционально реагировать на аффективные вспышки малыша, случившиеся не к месту и не вовремя. Типичный пример: мама с ребенком входят в автобус, тот, видя, что все места заняты, начинает капризничать и требовать себе отдельное место. Мать спокойно говорит, что, поскольку свободных мест нет, можно сесть на пол. Ребенок от неожиданности резко прекращает «показательные выступления».

7.     Особый источник как положительных, так и отрицательных эмоций — общение со сверстниками. В 2 года ребенок еще насторожен при приближении сверстников, а в 3 года дети могут заражаться эмоциями друг друга: прыгать, визжать, хохотать и пр.

8.     Маленькому ребенку в этом возрасте еще очень трудно адекватно реагировать на эмоции других людей. Общаясь с детьми, ребенок руководствуется только своими желаниями, не учитывая желания другого. Он не может еще проявлять сопереживание и сочувствие. Этому его могут научить только взрослые. Например, ребенок бросает куклу, привлекая внимание мамы своим поведением. «Ей плохо, она плачет», — мать берет на руки игрушку, гладит, жалеет ее. И ребенок переживает те эмоции, которые демонстрирует ему мать (с помощью мимики и интонаций).

9.     Ребенок учится эмоционально реагировать на различные ситуации на примере родителей. Если при малейшей неприятности мать впадает в панику, начинает излишне нервничать, то и ребенок в аналогичных ситуациях будет поступать так же.

10.   Ранний возраст — это время формирования первых привязанностей, симпатий и антипатий. С одним человеком ребенок будет скован и боязлив, с другим — весел и подвижен.

11.   Эмоции в раннем возрасте — показатель не только физического, но и психического здоровья. Депрессивный, печальный либо слишком агрессивный ребенок — тревожный признак для родителей.

12.   Уже в раннем возрасте дети сильно отличаются друг от друга по эмоциональной впечатлительности. Одни более чувствительны к ситуации, другие могут проявлять «эмоциональную тупость». Одни легко выражают свои как отрицательные, так и положительные эмоции в поведении, другие испытывают напряжение, сдерживают свои порывы. Эти индивидуальные особенности связаны с темпераментом ребенка.

**«Не хочу спать, а хочу играть»**

«Хочу», «не хочу» — в этих словах кроется весь спектр эмоциональных переживаний ребенка. Эмоции определяют и его поведение, причем «здесь и сейчас», без воспоминаний и прогнозов. Вот почему отдельные сюжеты повторяются ежедневно.

Почему же ребенок не желает идти спать? Прежде всего потому, что он эмоционально (но не физиологически) к этому не готов. Данная ситуация воспринимается им как навязанная извне взрослым, как правило в приказном порядке. Ребенок делает вывод: от меня хотят быстрее избавиться. Также маленькие дети, ложась спать, не в состоянии справиться с тем потоком эмоциональных впечатлений, которые накопились за день. Чем впечатлительнее ребенок, тем труднее его уложить спать.

**Правила поведения родителей в данной ситуации**

1.     Дайте ребенку возможность закончить игру, предупредив его об укладывании спать.

2.     Настройте ребенка на сон заранее с помощью приятных для него ритуалов (чтение любимых сказок, пение колыбельных или их прослушивание, укладывание игрушечных друзей спать и пр.).

3.     Придерживайтесь режима, укладывая ребенка спать примерно в одно время.

4.     Позвольте ребенку самостоятельно совершить подготовительные ко сну действия (постелить постель, принести новую пижаму и пр.).

5.     Общение перед сном должно быть особенно спокойным и доброжелательным, без спешки.

6.     Прислушивайтесь к просьбам ребенка (оставить свет, любимую игрушку в кровати, открыть дверь и пр.).

7.     Если ребенок без вас не засыпает, побудьте с ним какое-то время, это успокоит его и сократит время засыпания. Постепенно он научится засыпать без взрослых.

**«Мама, ты меня обязательно-обязательно забери»**

Обычные слова детей утром в детском саду. Переживания ребенка связаны со страхом разлуки, страхом потерять мать. Специалисты говорят, что биологическая связь ребенка с матерью сохраняется до 9 лет с момента его рождения, а психологическая связь может не прерываться всю жизнь. Чем тревожнее мать, тем сильнее страх разлуки у ребенка.

Облегчить ситуацию поможет следующее поведение матери.

1.     Постарайтесь заранее поиграть в «разлуку». Пусть любимая игрушка будет ребенком, а ребенок — ее мамой. На этой модели можно проиграть все сложные моменты адаптации ребенка к детскому саду. Пусть ситуации будут разные, но заканчиваться они обязаны хорошо.

2.     Не показывайте своих страхов и опасений по поводу пребывания ребенка в детском саду. Помните: чем спокойнее вы при разлуке, тем здоровее будет ребенок.

3.     Придерживайтесь   каких-либо   выработанных   совместно с ребенком правил (идти в детский сад с любимой игрушкой, посидеть 5 минут, обнявшись в раздевалке и пр.).

4.     Держите свое слово: если обещали забрать ребенка до обеда, не нарушайте обещание, в противном случае ребенок перестанет вам доверять и его страхи усугубятся.

5.     Обсудите с ребенком, чем будете заниматься, когда вернетесь за ним, — приятные ожидания улучшают эмоционально тяжелое состояние ребенка.

**Ложечка за маму, ложечка за папу**

Плохой аппетит может иметь психологические причины, которые следует искать еще в периоде грудного вскармливания малыша. Кормление грудью, как известно, — это не только удовлетворение потребности ребенка в пище, но и способ установления тесного эмоционального контакта матери с ребенком. Если ребенок желанен и любим, проблем с кормлением не возникает. Известны случаи, когда малыш отказывался от груди потому, что мать не ждала его появления.

Любые стрессы могут негативно повлиять на пищевое поведение ребенка. Развод родителей, разлука с матерью в раннем возрасте (ясли) и др. нередко приводят к резкому снижению у него аппетита. Нежелание ребенка есть может быть вызвано и хроническим стрессом.

И наконец, основная причина нарушения аппетита в раннем возрасте — насильственное кормление. Когда родители заставляют ребенка есть, в его организме не вырабатываются необходимые ферменты, и пища не усваивается должным образом. Таким образом, кормление по принципу «Ложечка за маму, ложечка за папу» наносит непоправимый вред не только психологическому состоянию ребенка, но и его соматическому здоровью.

Есть категория детей, которые принципиально отказываются от еды, впервые попав в дошкольное учреждение. Это типичная невротическая реакция ребенка на разлуку с матерью.

**Правила для родителей при снижении аппетита у ребенка**

1.     Не заостряйте на данной проблеме внимание, перестаньте ее обсуждать с родственниками и знакомыми при ребенке.

2.     Никогда не заставляйте ребенка есть.

3.     Старайтесь готовить те блюда, которые ребенку нравятся.

4.     Исключите из ежедневного рациона весь пищевой «мусор»: чипсы, кока-кола, чупа-чупсы и пр.

5.     Старайтесь придерживаться определенного режима питания (примерно в одно и то же время).

6.     Пытайтесь создать привлекательную обстановку во время приема пищи (красивая сервировка, наличие новых столовых приборов и пр.).

7.     Исключите спешку и суету во время еды, не торопите ребенка.

8.     Не бойтесь экспериментировать: практически любое блюдо можно разнообразить, добавив в него новые ингредиенты.

9.     И конечно, если причина плохого аппетита у ребенка кроется в неблагоприятной эмоциональной обстановке, то постарайтесь либо устранить ее, либо смягчить.

**«Я боюсь...»**

Страх — базовая эмоция человека. Она позволяет мобилизоваться в трудных жизненных ситуациях, учит быть осторожным и избегать опасностей. Например, страх перед собаками способствует более адекватному, уважительному отношению к животным; страх перед разлукой с родителями учит ценить заботу, управлять своими эмоциями, сопереживать. Однако нередко страх становится таким огромным, что начинает подавлять все другие эмоции человека. Становясь всеобъемлющим, он сковывает, не дает развиваться и двигаться вперед.

Многие детские страхи вытесняются в бессознательное, охраняя хрупкую психику ребенка от информационных перегрузок. Детям в 2—3 года еще очень сложно отличить реальное от воображаемого. Эта способность ребенка принимать все «за чистую монету» и порождает порой у него множество страхов. Если страх чего-либо беспокоит ребенка от нескольких дней до нескольких недель, не надо особо тревожиться. Если же страх владеет малышом более месяца и, главное, ухудшает его эмоциональное самочувствие, следует обеспокоиться.

Для начала нужно разобраться, чего и в каком возрасте боится маленький ребенок.

От 1 до 2 лет — громких звуков, разлуки с родителями, незнакомых людей, засыпания, травмы.

От 2 до 2,5 лет — отвержения со стороны родителей, незнакомых сверстников, ночных кошмаров, изменений в окружающей обстановке.

От 2 до 3 лет — больших, угрожающих на вид объектов, незнакомых сверстников, сказочных персонажей, одиночества и темноты.

**Как следует себя вести родителям, если страхи преследуют ребенка**

1.     Нельзя игнорировать или высмеивать страхи ребенка, к переживаниям малыша надо отнестись внимательно (если, засыпая, ребенок чувствует себя спокойнее в присутствии мамы, не оставляйте его одного и пр.).

2.     Постарайтесь сами не демонстрировать ребенку свои страхи или явный испуг (дети моментально считывают с лиц взрослых эмоции, которыми тут же и заражаются).

3.     Если ребенок боится чего-то (кого-то) конкретного, можете помочь ему эмоционально отреагировать свой страх вовне и тем самым избавиться от него. Страх можно нарисовать, потом сжечь или смять и выбросить. Можно поиграть в персонажей, которых боится ребенок. Если роль страшного персонажа выполняет взрослый, то обязательно ему следует быть добрым (волк, Баба Яга и др.). Психологи единодушно считают игровой метод самым эффективным.

4.     Старайтесь не провоцировать ситуации, вызывающие страхи у ребенка, но, если малыш смог преодолеть свой страх, обязательно похвалите его.

5.     Не перегружайте ребенка новыми впечатлениями — поход в гости, зоопарк и театр в один день планировать не надо.

6.     Будьте готовы спокойно и доброжелательно обсуждать все то, чего боится ребенок, избегайте недосказанности. Как известно, отрицательные эмоции могут возникнуть при дефиците информации.

7.     Приобретите какую-либо «храбрую» игрушку. Пусть малыш знает, что храбрый мишка всегда рядом. Чем чаще ребенок видит образцы смелости, тем увереннее в себе он становится.

8.     Не надо чрезмерно опекать ребенка, все время подчеркивая его беспомощность. Это только способствует возникновению страхов.

9.     Непоследовательность и ложь родителей — плохой союзник в борьбе с детскими страхами.

**«Мама, почему он дерется?»**

Слово «агрессия» (от лат. aggression — нападение) — это разрушающее и враждебное поведение в отношении окружающих людей. Агрессивность — черта личности, которая, с одной стороны, определяется врожденными особенностями темперамента ребенка, а с другой — стилем общения и воспитания в семье.

Агрессивность помимо отрицательных черт (раздражительность, обидчивость, негативизм и пр.) имеет и положительные стороны: независимость, самостоятельность, активность, умение достигать целей, уверенность, инициативность и др. К сожалению, маленькие дети в силу своей импульсивности, неумения контролировать себя демонстрируют в большей степени отрицательные стороны агрессивности. Маленький ребенок бессознательно проявляет агрессию, за которой могут стоять неумелые попытки начать общение со сверстниками. Жесткая, авторитарная мать, чрезмерно критичная и требовательная, и нередко использующая в процессе воспитания телесные наказания, будет иметь либо чрезмерно застенчивого ребенка, либо очень агрессивного.

Родители, которые уделяют очень мало внимания активному неугомонному ребенку, также рискуют столкнуться с проблемой детской агрессивности. Во время агрессивных вспышек на ребенка бесполезно как-либо воздействовать, разумнее учить его выплескивать агрессию социально приемлемым способом.

**Как можно помочь агрессивному малышу**

1.     Прежде всего, такому ребенку требуется постоянное доброжелательное внимание.

2.     Важно поддерживать любые положительные действия и качества агрессивного ребенка, ведь он привык к порицанию, которое только подкрепляет агрессивности.

3.     Необходимо предложить ребенку приемлемые способы выражения гнева и раздражения: поиграть в игру — кто громче кричит; поощрять бои с боксерской грушей, смять и выбросить бумажную фигурку обидчика, устроить морской бой в ванной, стреляя в корабли противника из рогатки и пр.

4.     Чаще рассказывайте ребенку о вашем детстве и трудных ситуациях, как вы справлялись с ними, что переживали, о победах и поражениях.

5.     Говорите ребенку о своих чувствах, желаниях: «Мне неприятно, что ты бросил свою одежду, забыв ее аккуратно сложить», «Я сейчас чувствую себя уставшей, посижу немного одна, потом поиграем вместе» и пр.

6.     Старайтесь управлять собственными негативными эмоциями. Если в семье принято снимать напряжение скандалами и криками, то агрессивность может стать устойчивой чертой личности ребенка.

7.     Заранее настройте ребенка на неприятную или просто новую ситуацию, будь то поход к врачу или в гости.

8.     Поскольку агрессивные дети часто страдают мышечными зажимами, напряжены, старайтесь чаще играть с ними в подвижные игры, которые позволяют сбросить мышечное напряжение.

9.     Купите ребенку краски, которыми безвредно рисовать руками. Через рисунок ребенок выплескивает свои эмоции, снимает напряжение.

Помните, что нельзя загонять гневные чувства внутрь. Ругая ребенка, сдерживая его враждебное поведение, вы ухудшаете его нервно-психическое и соматическое состояние. Эмоции, загнанные внутрь, усиливают стрессовое состояние и приводят к неврозу.

**Консультация для родителей**

**«Одежда для прогулок»**

**Одежда и обувь для детского сада, для прогулок.**

              Одежда для прогулок должна быть подобрана таким образом, чтобы ребенок мог одеться с минимальной помощью воспитателя или самостоятельно.

**Обувь должна быть без шнурков** — например, на молнии или на липучках.

**Куртка должна быть без пуговиц**. Оптимальной застежкой являются липучки или молнии.

**Шапку лучше покупать без завязок** — например, с застежкой на липучке.

Вместо шарфа удобнее использовать **«манишку»**, которую надевают через голову.

Для маленьких детей лучше купить не перчатки, а варежки. Малышам старших групп, напротив, удобнее в перчатках. Весной и осенью ткань, из которых сшиты рукавицы, должна быть непромокаемой. К варежкам нужно пришить тесемку или резинку. Не пришивайте резинку к куртке! Достаточно продеть ее в петельку для вешалки, чтобы можно было снять и посушить на батарее отопления.

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Большое значение имеют индивидуальные особенности ребенка. Малоподвижный, постоянно зябнущий ребенок должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.  
Многие мамы, собираясь на прогулку, стараются одеть ребенка теплее, чем одеваются сами. Но если это прогулка, во время которой ребенок постоянно двигается, а мама за ним наблюдает, то это неправильно. Вспотевший ребенок имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у ребенка раздражение и сыпь.

Детей нужно одевать не теплее, чем одеваются взрослые, а возможно, даже легче. (Речь не идет о детях, «гуляющих» в колясках, им нужна дополнительная защита.)  
Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые и больше двигаются.

**"Правильная" обувь**

Различают домашнюю, уличную и спортивную обувь. Обувь для детского сада – вариант домашней обуви. Малышам нельзя носить шлепанцы любых видов, мягкие, свободные тряпичные тапочки. Домашние тапочки должны напоминать туфли -облегающие, открытые, с хорошей вентиляцией.

Ходить дома босиком ребенку не рекомендуется. Хождение босиком по ровному твердому полу может задержать формирование свода стоп и способствовать усилению плоскостопия.

Летом, когда достаточно тепло и нет опасности поранить или занозить ногу, детям нужно и полезно ходить босиком по земле, траве, мокрому песку, камешкам.

**Уличная обувь** – более закрытая, чем домашняя. В теплое время года удобна текстильная обувь – легкая, воздухопроницаемая и гигроскопичная. Если вы покупаете босоножки, стопа ребенка должна быть плотно зафиксирована ремешками. Носок уличной обуви для профилактики травматизма лучше выбирать закрытый.  
Резиновые сапожки с приложенными в них стельками или чехлами из ткани, хорошо впитывающей влагу, надевают в сравнительно теплую погоду на время прогулок по влажной земле и траве. Не надевайте ребенку (по крайней мере, до 3-4-летнего возраста) резиновые сапожки слишком часто или надолго – ноги в них очень потеют. При низких температурах воздуха детям лучше надевать кожаные ботинки.

Зимой на прогулках следует носить утепленные кожаные ботинки, а в очень сильные морозы – валенки с калошами. По возвращении с прогулок обувь нужно обязательно очищать от снега и просушивать. Внимательно следите за тем, чтобы зимняя обувь не была ребенку мала. Ботинки или сапожки, которые немного велики, можно носить с двумя парами носков.  
Спортивная обувь должна поддерживать стопу при активных движениях. Для профилактики травм важны негладкая, амортизирующая подошва и плотная фиксация. «Липучки» позволяют добиться идеального облегания ног с учетом их анатомических особенностей. Чешки детям надевают только на музыкальные занятия, для занятий физкультурой они не подходят. Тонкая кожаная подошва скользит и не амортизирует, фиксацию и поддержку стопы чешки также не обеспечивают.

Ортопеды не рекомендуют надевать чужую обувь, бывшую в употреблении. Разношенные туфли не будут плотно фиксировать ногу в правильном положении, а если у предыдущего владельца была деформация стопы, то возникшие в процессе носки дефекты окажут неблагоприятное влияние. «По наследству» могут передаваться только резиновые сапоги или практически не ношеная обувь.

Не менее важно правильно выбрать носки. Они должны быть подходящего размера –маленькие сжимают ноги, а большие собираются складками и способствуют формированию потертостей. Носки с пяткой гораздо удобнее носков без нее. У качественных носков материал на пятках и мысках толще, чем в других местах, - это делает их более долговечными.

Носки из натуральных волокон (хлопка и шерсти) лучше впитывают влагу и позволяют ногам «дышать»

**Консультация «Пальчиковая гимнастика для младших дошкольников»**

**Цель:** научить родителей проводить с детьми пальчиковую гимнастику в домашних условиях, пропагандировать педагогические знания среди родителей.

***Задачи для педагога:***

* научить родителей создавать условия для проведения пальчиковой гимнастики в домашней обстановке;
* показать способы и приёмы проведения пальчиковой гимнастики;
* познакомить с правилами проведения пальчиковой гимнастики;
* развивать речь детей, расширять словарный запас.

***Задачи для детей:***

* развивать мелкую моторику пальцев рук детей, речевые способности, учитывая возрастные и индивидуальные особенности ребёнка;

***Задачи для родителей:***

* учитывать опыт детей, приобретенный в детском саду;
* создавать в семье благоприятные условия для проведения пальчиковой гимнастики.

       Как вы думаете, почему пальчиковые игры стали популярны в наши дни? Да потому, что с детьми всё меньше и меньше стали разговаривать родители, которые страшно заняты на своей работе. И сами дети меньше говорят, а больше слушают и смотрят. И редко что- то делают своими руками.

      Известно, что между речевой функцией и двигательной системой человека существует тесная связь. Чем выше двигательная активность ребёнка, тем лучше развита его речь. Такая же тесная связь и между рукой и речевым центром головного мозга. Гармония движений тела, мелкой моторики рук и органов речи способствуют формированию правильного произношения, нормализовать её темп, учит соблюдению речевых пауз, снижает психическое напряжение.

      Пальчиковые игры и упражнения -  уникальное средство для развития речи. Разучивание текстов   с использованием «пальчиковой» гимнастики стимулирует развитие мышления, внимания, воображения. Ребёнок лучше запоминает стихотворные тексты, его речь делается   точной и выразительной.

     Пальчиковые игры, на фольклорном материале, максимально эффективны для развития маленького ребёнка.  Они    содержательны, увлекательны, грамотны по   своему дидактическому наполнению.

      Художественный мир песенок и потешек построен по законам красоты. Суть фольклорных текстов – действие. Действия персонажей, движение событий.

      Прежде чем начать работу пальчиковой гимнастики, убедитесь в том, что дети знают основных персонажей стихов, песенок. Сначала покажите детям игрушки или цветные картинки, чтобы дети смогли вспомнить, как выглядят те или иные животные, о которых будет рассказываться в потешке, песенке, стихотворении.  Затем предложите изобразить его с помощью пальчиков. При необходимости надо показать, как при помощи пальчиков может выглядеть то или иное животное.

       Постепенно пальчиковую гимнастику можно усложнить: вы читаете первую строчку стихотворения – малыш изображает действия, затем читаете следующую строчку – малыш изображает другое действие и т.д.

     Такие игры и упражнения надо проводить постоянно с детьми раннего возраста. Дети лучше развиваются, когда они успешны и чувствуют, что у них всё получается и ими довольны взрослые. Хвалите малышей даже за самые маленькие успехи.

**СОВЕТЫ:**

-  при проведении пальчиковых игр убедитесь в том, что ручки ребёнка тёплые (предложите похлопать ими, потереть ладошки);

-  при проведении первых пальчиковых игр стихотворный текст читайте или рассказывайте медленнее, чем обычно, чтобы дети успели показать движения;

-  по мере освоения движения меняйте темп;

-  тексты пальчиковых игр можно не только декламировать, но и петь на хорошо знакомую детям мелодию;

-  не торопитесь обновлять репертуар, их должно быть не более 2-3 разных игр;

-  новые игры вводите постепенно, исключая по одной из хорошо знакомых.

**Что же происходит, когда ребенок занимается пальчиковой гимнастикой?**

1. Выполнение упражнений и ритмичных движений пальцами индуктивно приводит к возбуждению в речевых центрах головного мозга и резкому усилению согласованной деятельности речевых зон, что в конечном итоге, стимулирует развитие речи

2.  Игры с пальчиками создают благоприятный эмоциональный фон, развивают умение подрожать взрослому, учат вслушиваться и понимать смысл речи, повышают речевую активность ребёнка.

3. Детки учатся концентрировать своё внимание и правильно его распределять,

4.  Если ребёнок будет правильно выполнять упражнения, сопровождая их короткими стихотворными строчками, то его речь станет более чёткой, ритмичной, яркой, и усилится контроль над выполняемыми движениями.

5.  Развивается память ребенка, так как он учится запоминать определённые положения рук и последовательность движений.

6. У детей развивается воображение и фантазия. Овладев всеми упражнениями, он сможет "рассказывать руками" целые истории,

7. В результате освоении всех упражнений кисти рук и пальцы приобретают силу, хорошую подвижность и гибкость, а это в дальнейшем облегчит овладение навыком письма.

**Массируем пальчики.**

Если вы хотите, чтобы ваш ребёнок благополучно развивался, был активным, любознательным, поскорее начал хорошо говорить, то кроме обычного массажа для тела обязательно проводите массаж ладоней и пальцев рук. Это очень эффективный способ развития мелкой моторики, а значит, и интеллектуальных способностей маленького человека, потому что, массируя пальчики, вы воздействуете на активные точки, связанные с корой головного мозга.

**Запомните основные правила массажа.**

Развивать мелкую моторику можно уже в младенческом возрасте – с первого месяца. Одной рукой вы производите массирующие движения, а другой поддерживаете ручку малыша.

**Основные приемы массажа:**

поглаживание (время от времени поглаживайте ладошки малыша с двух сторон в направлении от кончиков пальцев к запястью; можно воспользоваться мягкой щеточкой.)

разминания (вращательными движениями массируйте пальчики от кончиков к запястью; в завершение обязательно погладьте кисти ручек и напоследок проведите пассивную гимнастику для пальчиков).

поглаживание тыльной стороны кисти малыша от кончиков до середины предплечья (движения всей ладонью);

поглаживание каждого пальчика от кончика к основанию по всем поверхностям – тыльной, боковой и ладонной (движения несколькими пальцами).

растирания каждого пальчика по ладонной и боковым поверхностям от кончика к основанию (спиралеобразные движения костяшками пальцев) .

повторное поглаживание.

вибрация – постукивание костей ручек ребенка (движение кончиками пальцев).

завершите массаж пассивными и активными пальчиковыми упражнениями.

Проводить массаж можно ежедневно или через день. Продолжительность одного сеанса 3 – 5 минут, курс 10 – 12 сеансов. Через 10 – 30 дней курс можно повторить.

Кроме массажа с малышом можно проводить занимательные игры, включающие в себя элементы массажа кистей рук.

Когда малыш самостоятельно разминает свои пальчики (выполняет упражнения, играет); он занимается пассивной гимнастикой (поочередное покачивание, сгибание и вращение каждого пальчика) невозможно без участия взрослых

Самомассаж усиливает кровообращение в кистях рук. Поиграйте с вашим малышом в эти веселые и полезные игры для ладошек и для пальчиков:

-хлопки;

-сжимание и разжимание мягких, а затем упругих предметов;

-потирание ладоней одна о другую;

-перекатывание между ладонями предметов с неровной поверхностью (грецкий орех, граненый карандаш).

-перекатывайте по поверхности стола мелких предметов двумя пальчиками или каждым пальчиком по очереди (можно использовать горошину, маленькую или даже маковое зернышко).

**Примерный список пальчиковых игр:**

**ПАЛЬЧИКИ ЗДОРОВАЮТСЯ**   
Утром встали пальчики- маленькие мальчики.  
Друг другу обрадовались, Здороваться начали.   
Здравствуй, пальчик, здравствуй пальчик….  
(поочерёдное соприкосновение большого пальца руки ребёнка с кончиками остальных пальцев той же руки)  
   
**МЫШКИ ИСПУГАЛИСЬ**

(Берём кулак ребёнка в свой кулак, как бы сверху обнимаем плотно кулак ребёнка. На первые 2 строчки поворачиваем аккуратно кулак ребёнка по часовой стрелке.  На слова «гулять» - отпускаем руку ребёнка, помогаем ему растопырить пальчики и пошевелить ими. На слова «спрятались опять», быстро собираем руку ребёнка опять в свой кулак-норку)   
Один, два, три, четыре, пять.  
Вышли мышки погулять!   
Испугались кошки, спрятались опять.

**ФРУКТЫ-ОВОЩИ**  
Как у нашей Зинки   
Овощи в корзинке:  
Вот пузатый кабачок  
Положила на бочок,  
Перец и морковку  
Уложила ловко,  
Помидор и огурец,  
Наша Зина-молодец.  
   
Как у нашей Зины  
Фрукты есть в корзине:  
Яблочко, груша,  
Чтоб ребята кушали,  
Персики и сливы,  
До чего ж красивы!  
Посмотрите на ранет,  
Вкуснее наших фруктов нет!  
 

**ПОМОЩНИК:**  
Посуду моет наш Антошка:  
Моет вилку, чашку, ложку,  
Вымыл блюдце и стакан,  
И закрыл покрепче кран (тут мама ловит-сжимает ручку ребёнка своей рукой)  
   
**ИГРУШКИ**  
У Антошки есть игрушки:  
Вот весёлая лягушка,  
Вот железная машина.  
Это мяч, он из резины.  
Разноцветная матрёшка  
И с хвостом пушистым кошка.

**ДИКИЕ ЖИВОТНЫЕ**

(с мизинца- к большому пальцу)  
Это зайчонок, это бельчонок,  
Это лисёнок, это волчонок,  
А это спешит, ковыляет спросонок  
Бурый, мохнатый, смешной медвежонок.

**ПО ГРИБЫ**  
Один, два, три, четыре, пять,   
Мы идём грибы искать!   
(попеременно сгибать пальцы, начиная с мизинца)   
Этот пальчик в лес пошёл,   
Этот пальчик гриб нашёл.   
Этот пальчик чистить стал. Этот пальчик всё съел, от того и потолстел.

**ГОСТИ**  
Стала Маша гостей созывать:  
И Иван приди, и Степан приди,  
И Матвей приди, и Сергей приди,  
А Никитушка - ну, пожалуйста.  
Вращение кистей рук к себе. Поочередный массаж пальцев на обеих руках.  
   
**КТО ПРИЕХАЛ?**  
Кто приехал? Мы, мы, мы.  
Хлопать кончиками пальцев.  
Мама, мама, это ты? Да, да, да.  
Хлопать кончиками больших и указательных пальцев.  
Папа, папа, это ты? Да, да, да.  
Большие и средние пальцы.  
Братец, братец, это ты? Да, да, да.  
Большие и безымянные пальцы.  
Ах, сестричка, это ты? Да, да, да.  
Большие пальцы и мизинцы.

**СЕМЬЯ**  
Этот пальчик - дедушка (большой),  
Этот пальчик - бабушка (указательный),  
Этот пальчик - папочка (средний),  
Этот пальчик - мамочка (безымянный),  
Этот пальчик - я (мизинец).  
Вот и вся моя семья.   (Хлопать в ладоши).

**ДОЖДИК КАПАЕТ.**  
Дождик капает, Дождик капает.  
Кап -кап-кап. Кап-кап-кап.  
Пальчики обеих рук постукивают по столу.

**ПОЖАРНИКИ**

(игра-пробуждение, активизация)  
Пожарники побежали (бежите по животу снизу вверх  к лицу)  
и на кнопочки нажали Пи-Пи! (нажимаете дважды на кончик носа)

**ДОМИК.**  
Стенка, стенка (потрогать щечки),  
Потолок (потрогать лобик),  
Две ступеньки (прошагать пальцами по губам),  
Дзинь - звонок! (нажать на носик)