

## *Зрастуйте, дбайливі дорослі!*

Вам дуже пощастило, тому що книга, яку ви придбали, не проста і цілком корисна. На відміну від усіх книг, які розвивають пам'ять, мислення, увагу, логіку і моторику, ця книга допоможе дорослим не лише краще пізнати свого малюка, а й допомогти йому подолати свої страхи, навчитися дружити, розвивати уяву, творчість, навчитися бути впевненим у собі. Погодьтеся, що все це не менш важливо, ніж заняття з розвитку пам'яті, мислення, уваги. Адже розвиток особистісних якостей має величезне значення для дорослішання.

Вік від двох до трьох років може здаватися занадто раннім для яких-небудь занять. Але це не так. Ви й самі можете помітити, що малюк стає дуже допитливим, його постійно тягне до чогось нового, у нього виникає бажання грати разом з іншими дітьми. Як і будь-який розвиток, дорослішання малюка перебігає не без проблем. Ось раптом з'явилися страхи, яких раніше не було. Або ви помічаєте, що дитина раніше дуже охоче прагнула дитячого товариства, але потім чогось почала соромитися і ховатися за вас. А може, вона весь час боїться вчитися чогось нового — кататися на велосипеді, малювати, кататися з гірки? Саме такі проблеми й допоможе розв'язати ця книга.

### *Яким дітям потрібна ця книга?*

Тим, кому вже виповнилося два або три роки. Абсолютно не обов'язково, щоб у дитини була якась гостра проблема. Усі завдання в книжці є профілактичними, тобто призначені саме для того, щоб малюк зміг потренуватися, спробувати спілкуватися, впоратися зі страхами, проявити рішучість або придумати щось нове. Відповівши на запитання нижченаведеного тесту, ви зможете побачити «слабкі місця», над якими вам слід попрацювати, виховуючи малюка.

### *Тест «Мій малюк»*

**Позначайте відповідь «ТАК» знаком «+», відповідь «НІ» — знаком «-».**

#### **Тривожність**

- Чи можете ви сказати, що у вашого малюка немає жодних сильних страхів?
- Чи спокійно дитина реагує, коли бачить незнайому людину?
- Чи можете ви сказати, що страхів у вашого малюка менше, ніж в інших дітей?

#### **Товариськість**

- Ваша дитина любить спілкуватися з іншими малюками?
- Чи прагне вона спільних ігор з дітьми?
- Чи легко малюк спілкується з дорослими?

#### **Упевненість**

- Чи впевнено дитина поводить себе в групі своїх однолітків?
- Чи любить малюк вчитися чогось нового?
- Чи можете ви сказати, що ваш малюк дуже любить самостійність?

#### **Творчість**

- Чи любить ваша дитина щось придумувати?
- Чи любить малюк малювати?
- Чи із задоволенням малюк створює конструкції з кубиків або конструктора?

#### **Підіб'ємо підсумки**

Отримати результат тесту дуже легко. Зверніть увагу на те, що запитання тесту належать до чотирьох розділів.

### *Тривожність*

Цей розділ тесту дозволяє оцінити рівень тривожності, наявність страхів у малюка.

3 відповіді «так» — проблеми з тривожністю і страхами в дитини немає.

1–2 відповіді «так» — стежте за малюком, зверніть увагу на те, чого він боїться, як долає свої страхи, можливо, йому потрібна ваша допомога.

3 відповіді «ні» — є проблема, виконуйте з малюком завдання з розділу книги «Хоробрилка».

### *Товариськість*

Цей розділ тесту допоможе вам побачити, чи є в малюка проблеми в спілкуванні.

3 відповіді «так» — проблеми зі спілкуванням у дитини немає.

1–2 відповіді «так» — стежте за малюком, зверніть увагу на те, як він спілкується з іншими дітьми і дорослими, можливо, у нього є проблеми і потрібна ваша допомога.

3 відповіді «ні» — є проблема, виконуйте з малюком завдання з розділу книги «Дружилка».

### *Упевненість*

Цей розділ тесту допоможе побачити, чи є в дитини проблеми з упевненістю в собі.

3 відповіді «так» — проблеми з упевненістю в собі і своїх силах у дитини немає.

1–2 відповіді «так» — стежте за малюком, зверніть увагу на те, наскільки упевнено він поводить-ся в різних ситуаціях, можливо, у нього є проблеми.

3 відповіді «ні» — є проблема, виконуйте з малюком завдання з розділу книги «Хвалилка».

### *Творчість*

Цей розділ тесту допоможе з'ясувати, чи є в малюка проблеми з креативністю.

3 відповіді «так» — проблеми з уявою в дитини немає.

1–2 відповіді «так» — стежте за малюком, зверніть увагу на те, як він виконує творчі завдання, чи любить придумувати і створювати щось сам.

3 відповіді «ні» — є проблема, виконуйте з малюком завдання з розділу книги «Творилка».

Коли всі завдання з книги будуть виконані, повторіть тест. Так ви зможете побачити зміни, які сталися в малюку.

## *Як працювати з книгою?*

Книга складається з чотирьох розділів:

*Хвалилка*

*Хоробрилка*

*Дружилка*

*Творилка*

Завдання кожного розділу спрямовані на розвиток певних рис і навичок. Наприклад, розділ «Хвалилка» допоможе вам підвищити самооцінку малюка, зробити його впевненішим у собі. Завдання в розділі «Творилка», як ви вже зрозуміли з назви, розвивають креативність. Розділ «Хоробрилка» призначений для профілактики дитячих страхів, а розділ «Дружилка» навчить малят дружити і правильно будувати стосунки з оточенням.

- Абсолютно не обов'язково виконувати всі завдання з книги. Ви можете вибрати їх на власний розсуд.
- Знайдіть у змісті потрібний розділ. Уважно прочитайте гру-завдання самостійно, без малюка, щоб зрозуміти, в чому полягає її суть. Обов'язково зверніть увагу на коментарі.
- Потім прочитайте частину, призначену для дитини, виразно і вголос. Оскільки книга побудована у вигляді діалогів, буде краще, якщо ви розіграєте ці сценки, виступаючи від імені різних персонажів.

- Поясніть дитині, яке завдання їй треба виконати (розфарбувати, обвести, вибрати, вивчити та ін.).
- Дайте дитині час, якщо треба щось позначити, розфарбувати.
- Кожну ситуацію, описану в тому чи іншому завданні, треба обговорити з дитиною: як малюк до неї ставиться, що відчуває, яке розв'язання може запропонувати. Намагайтеся говорити короткими простими фразами, повторюйте слова чітко, з паузами. Усі інструкції для батьків наведені в кінці кожного завдання.
- Пам'ятайте про найголовніше: хваліть малюка після виконання кожного завдання.
- У книзі можна і треба записувати відповіді малюка. Це допоможе вам аналізувати заняття, щоб виявити проблему й успішно її розв'язати. А ще ваші записи можуть увійти до сімейного архіву. Збережіть їх на пам'ять.

## *Скільки вправ можна виконувати за одне заняття?*

Треба орієнтуватися на інтерес дитини. Поки малюкові цікаво і він готовий виконувати завдання, можете переходити від вправи до вправи. Але дво-, трирічним малятам важко довго всидіти на місці. Тому навіть якщо ви виконали одне-два завдання за один «підхід», цього цілком достатньо.

## *Що треба робити окрім виконання вправ?*

Обов'язково закріплювати кожну вправу на практиці. Як? Ну, наприклад, якщо ви виконали завдання про гірку, вирушайте з малюком освоювати гірку справжню. Похваліть його за подолання страху. Учили дитину ділитися іграшками? Нагадайте їй про це, коли вона гратиме з дітьми в пісочниці. Вивчали своє зображення в дзеркалі? Обов'язково зверніть увагу малюка на те, чим він відрізняється від інших дітей, чим схожий: «Ви однакового зросту. У Вови волосся світліше, а в тебе темніше. У Марійки є веснянки, а в тебе немає. У Мишка волосся рівне, а в тебе — кучеряве». Іншими словами, підкріпіть теорію з книги практикою. Без цього ваша робота з книгою буде лише половиною справи.

## *Що робити, якщо ви виконали всі завдання, а проблема залишилася?*

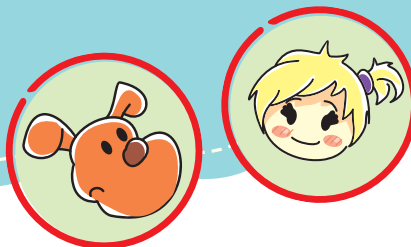
Не бійтеся проконсультуватися з дитячим психологом. Він поспілкується з дитиною, з'ясує причини проблеми, вислухає вас і дасть чіткі рекомендації або сам попрацює з малюком.

Якщо ж зміни відбулися, не зупиняйтеся на досягнутому. Малюк дорослішає, а дорослішання без проблем не буває. Натомість тепер ви знаєте, над чим і як можна працювати. Придумуйте ігри, влаштовуйте дитячі свята й отримуйте задоволення разом з малюком, щоб він зростав:

- **ХОРОБРИМ,**
- **УПЕВНЕНИМ У СОБІ,**
- **КРЕАТИВНИМ,**
- **ТОВАРИСЬКИМ.**

Для того щоб закріпити успіх, зверніть увагу на добірку книг, які ви можете почитати дитині.

# Хвалючка



У цьому розділі подані завдання, які допоможуть виховати впевненого в собі і самостійного малюка.

Правильна самооцінка — гарантія того, що дитина почуватиметься впевнено в будь-яких життєвих ситуаціях. Бажано замислюватися про це якомога раніше, і не лише тоді, коли ви виконуватимете вправи разом з дитиною. Дитяча самооцінка залежить від багатьох чинників. У тому числі й від того, наскільки малюк відчувається потрібним і коханим удома, в сім'ї. І ще від того, які взаємовідносини панують у сім'ї. Чим дружніша родина, тим спокійнішим, самодостатнішим є малюк.

У дитини, упевненій у собі, менше страхів і тривог, вона набагато простіше спілкується з оточенням, проявляючи лідерські риси. Та й уява такого малюка зазнає менших обмежень, ніж уява сором'язливого і невпевненого в собі.

- Висока самооцінка
  - Упевненість
  - Самостійність
- Цілеспрямованість
- Уміння приймати рішення



# Ну що знайомитися!

— Здрастуй, мамоце!  
Як тебе звуть?

— А мене звуть  
Катруся. Це мій друг —  
цуценя Тобік.

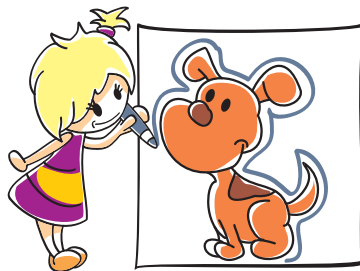
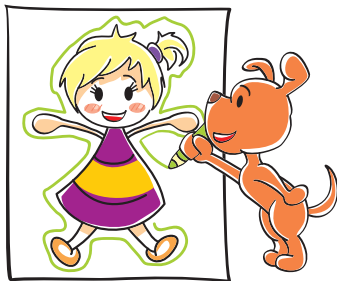
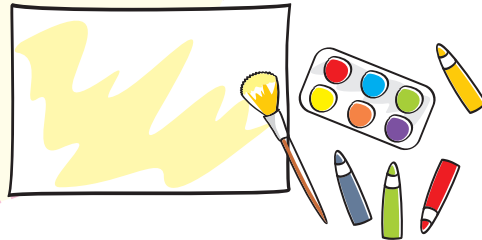


Попросіть малюка назвати своє ім'я. Потім кілька разів повторіть його з різними інтонаціями і гучністю — ласкаво, строго, тихо, голосно, пошепки. Допоможіть малюкові розіграти ситуацію знайомства. Це завдання допоможе малюкові опанувати безліч навичок: навчитися знайомитися, краще усвідомити своє ім'я, потренувати пальчики.

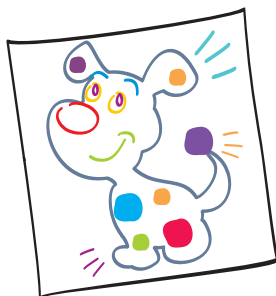
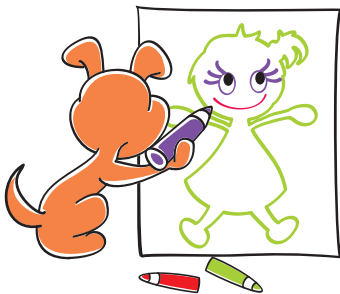
➤ Розфарбуй пальчиком шерстку Тобіка.

# Веселі чоловічки

— А зараз маюватимемо чоловічків. Нам задовбиться великий аркуш паперу, широкі пензлики і яскраві фарби.



➤ Користуючись інструкцією, намалюй чоловічка.



Цей алгоритм допомагає усвідомити контури свого тіла. Для виконання цього завдання вам треба взяти дуже великий аркуш паперу, такий, на якому поміститься малюк у повний зріст, і обвести дитину по контуру. Вийшов чоловічок. Разом з малюком намалюйте чоловічкові очки, носик, рот, одяг.