

Слушаем, осознаём, выполняем

Учимся следовать указаниям

«Пожалуйста, подожди». «Ешь макароны вилкой». «Дай своему другу тоже покататься». Приобретение навыков следовать указаниям, помогает детям научиться хорошо вести себя с другими людьми.

Основные принципы

Младенцы с лёгкостью выполняют простые указания, такие как: «Дай маме мячик». Детям постарше необходимо развить множество навыков, чтобы хорошо выполнять более сложные указания. Им нужно научиться слушать. Им нужно научиться понимать, что им говорят, и запоминать пошаговые указания. Также, они должны уметь исполнить то, о чём их просят.

В то же время, когда дети учатся следовать указаниям, они начинают развивать самостоятельность. Они проверяют свою способность делать что-либо по-своему. Поэтому они не всегда будут с готовностью следовать вашим указаниям!

Примечание

Материалы, названия которых подчеркнуты, входят в набор.

Попробуйте с детьми 2-5 лет

Кружимся, танцуем, замираем

- Помашите платочком у себя над головой. Предложите ребёнку повторить за вами. Потом потрясите его около пола. Пусть ребёнок вновь за вами повторит. Продолжайте выполнять разнообразные движения по одному, чтобы ребёнок каждый раз за вами повторял. Попробуйте похлопать в ладоши, подпрыгнуть, покружиться. А затем, предложите ребёнку вести, а вы за ним повторяйте.
- Выполните два движения одновременно или одно за другим, чтобы ребёнок повторил оба. Например, прыгайте, размахивая платочком у себя над головой. Или кружитесь и одновременно машите платочком. Выполняйте движения быстро или медленно. Включите музыку и предложите ребёнку повторять за вами. А потом наоборот. Ведите по очереди.
- Поиграйте в игру «Море волнуется» («Freeze Dance» или «Musical Statues»). Объясните ребёнку правила: пока музыка играет, все танцуют. Когда музыка останавливается, все замирают на месте и стараются стоять неподвижно.

Перед началом

Следовать указаниям проще, когда они точны и понятны. Используйте слова, которые ваш ребёнок легко поймёт: «Положи кубики на полку». Позвольте ребёнку закончить одно задание, прежде чем попросить сделать его что-то ещё. Чтобы ребёнок научился следовать указаниям, требуется тренировка и много терпения!



Дальше! →

Попробуйте с детьми 2-5 лет

Проходим полосу препятствий

- Положите на пол три подушки или других мягких предмета, чтобы создать для ребенка простую полосу препятствий. «Проползи от первой подушки до второй подушки. Затем от второй подушки до третьей». Предложите ребёнку «пройти на четвереньках, как котик», «пропрыгать как зайчик» или «проползти на животе, как змея».
- Усложняйте полосу препятствий, объединяя несколько заданий. Воспользуйтесь чем-то, через что ребёнок сможет перепрыгнуть - например, подушки. Добавьте что-нибудь, под чем можно проползти - например, стул или столик. Добавьте предметы, которые можно обойти, например, мягкие игрушки. Дайте ребёнку чёткие указания, а затем... «На старт, внимание, марш!». Поменяйте порядок заданий и попробуйте ещё раз.
- Выйдите во двор! Нарисуйте мелками полосу препятствий на тротуаре. Можно нарисовать линии, по которым нужно идти, круги, в которые нужно прыгать, спирали, в которых нужно покружиться, и так далее. Предложите ребёнку попробовать пройти, пробежать или пропрыгать полосу препятствий. Каждый раз давайте чёткие указания.



Общаемся ежедневно

Готовьте или пеките вместе. Читайте пошаговые указания из рецептов вслух. Попросите ребёнка помочь вам понять, что означает каждое из указаний. А затем, выполните его вместе.

Дети любят помогать. Дайте ребёнку возможность помочь, выполнив определенное указание. «Пожалуйста, положи на стол вилки для ужина»

Показываем пример, подмечаем, тренируемся

«Ты считаешь, что нужно сделать рельсы из кубиков? Отличная идея! Я так и поступлю!»

Подавайте ребёнку пример того, как следовать указаниям, включая даже некоторые из тех, которые вам даёт сам ребёнок.

«Мне понравилось, как ты почистила зубы. Ты сначала выдавила пасту на щетку».

Подмечайте, когда ребенок следует указаниям. Перечислите, что ребёнок сделал правильно.

«Пожалуйста, убери кубики в ящик»... «Ой! Ты сложил кубики в кучу на полу. Попробуй еще раз».

Для ребёнка, научиться следовать указаниям, требует тренировки. Старайтесь не сердиться, если что-то не так. Иногда ребёнок старается как может!