**Как наладить открытое общение с детьми дома**

В семьях, где практикуется открытое общение, каждый ее член чувствует, что в семейном кругу его любят и уважают. Открытое общение также помогает справиться с возникающими конфликтами. Такой вид общения основывается на слушании, сочувствии, поддержке и совместном решении проблем.

Сделайте общение с детьми своим приоритетом. Открытое и комфортное общение развивает в ребенке уверенность, чувство собственного достоинства, готовность к сотрудничеству, а также здоровые и теплые отношения между вами. Уделяйте время и силы тому, чтобы развивать свои отношения и навыки общения, разговаривая с детьми как можно больше.

Помните, что общение с детьми – это двусторонний процесс. Поговорите с ребенком, а потом послушайте, что он вам скажет. Слушать так же важно, как и говорить.

Найдите время побеседовать с каждым ребенком отдельно. Это особенно важно, если между вашими детьми есть разница в возрасте. Бывает, что старшие дети не дают младшим сказать и слова, а иногда сами младшие дети не решаются говорить в присутствии старших. Случается, что младший ребенок не понимает, о чем вы говорите со старшим. Кроме того, старших детей нужно мотивировать к общению, в процессе которого они будут узнавать что-то новое, а также задавать вопросы для получения дополнительной информации. Поэтому старайтесь уделять время каждому ребенку отдельно, чтобы поговорить с каждым из них на его уровне. Вы можете вместе сходить в парк, почитать книгу перед сном или поесть мороженого. Не нужно специально выделять время для беседы, просто пользуйтесь каждой возникающей возможностью.

Задавайте детям открытые вопросы, так как именно такой вид вопросов поможет улучшить общение с детьми. Если вы хотите, чтобы дети больше проявляли смекалку и были открыты к новым идеям, не задавайте им вопросов, на которые можно ответить односложно, – «да» или «нет». Ставьте вопросы, мотивирующие ребенка рассказывать больше, делиться своими мыслями и чувствами. Например, не стоит спрашивать: «Тебе понравилось на Дне рождения у друга?». Лучше спросите: «Чем тебе запомнился День рождения?». Поддерживайте разговор, когда ребенок отвечает на ваши вопросы. Благодаря этому он поймет: вам интересно то, что он рассказывает. Используйте такие фразы:

* Действительно?
* Понимаю.
* Как насчет…?
* Интересно.

Эмпатия – это то, чего все хотят, но немногие знают, как дать или получить. В мире, где все одержимы целью удовлетворить свои потребности, людям очень не хватает эмпатии. И это еще одна причина научить детей эмпатии в отношении к окружающим.

Многие путают эмпатию и сочувствие, но в основе этих двух качеств лежат разные ценности. Эмпатия – это не просто способность понимать чувства другого человека. Например, преступники часто стремятся к этому, чтобы втереться в доверие к человеку. Эмпатия – это нечто большее. Это не только умение распознать чувства другого человека, но и уважение к ним. Проявлять эмпатию – значит относиться к другим с добротой, пониманием и уважением.

Многие дети добродушны от природы, однако во многих случаях им требуется пример эмпатии со стороны родителей или других взрослых, которые их окружают. Все начинается с отношения родителей к своим детям. Если родители заботятся о детях, интересуются важными для них вещами, а также позитивно принимают эмоции детей, те учатся эмпатии.

Наконец, в течение дня родители должны находить несколько минут, чтобы похвалить за что-то ребенка или просто сказать ему: «Я люблю тебя».

**Консультация для родителей на тему: «Босиком от простуды и других болезней»**

       К сожалению, во многих семьях ребёнок, проявляющий естественное стремление побегать босиком, пошлёпать по тёплым лужам, встречает категорическое запрещение: «Не смей, простудишься!». Да и не только по земле, а даже если ребёнок вздумает по собственной квартире пробежаться босиком, это может стать причиной плохого настроения в семье.

       На самом деле, хождение босиком – прекрасная закаливающая процедура. Конечно, ребёнка к этому нужно подготовить. Дело это стоящее, и лето – самая подходящая пора начинать. Иногда, мы взрослые, демонстрируем детям плохой пример в этом отношении. Утром, ещё не успев встать с постели, нащупываем тапочки. А слышали ли вы о так называемых мокроступах? Так называли крестьяне особые меховые лапти. Ходьба в них была не простой, а закаливающей. С таким же успехом ходьба босиком как средство закаливания, укрепления здоровья использовалась с незапамятных времён и другими народами.

       В Древней Греции, например, где физическая культура стояла на большой высоте, босохождение являлось своего рода культом. В те далёкие времена дети получали право на ношение обуви только с 18 лет.

       Александр Суворов ежедневно по утрам, даже в сильные морозы, совершал прогулку босиком, после чего обливался холодной водой. Этим он преодолел свою природную слабость и казался всем окружающим «существом сверхъестественным».

       Хождение босиком в качестве эффективного средства профилактики и лечения многих болезней впервые в научной медицине предложил использовать известный немецкий учёный – гигиенист конца прошлого столетия Себастьян Клейп. «Самая лучшая обувь – это отсутствие обуви!», «Каждый шаг босиком – лишняя минута жизни!». Среди последователей этого учения был и Лев Николаевич Толстой.

       Ходьба босиком, являющаяся своеобразным точечным массажем, тонизирует организм и способствует поддержанию его в рабочем состоянии. Многие знают поговорку: «Держи голову в холоде, а ноги в тепле». Она родилась отнюдь не случайно. Всё дело в том, что на коже стоп гораздо больше, чем на каких-либо других участках поверхности тела, так называемых терморецепторов, реагирующих на тепло и холод. Так вот, обувь создаёт для ног постоянный комфортный микроклимат. И приучать ребёнка к ходьбе босиком нужно с самого раннего возраста, практически с того момента, когда он освоит ходьбу как таковую.

       Как и все виды физической тренировки, закаливание ходьбой босиком должно быть постепенным и систематическим. Очень хороши и специальные резиновые коврики с шиповым рифлением. Каждое утро вместе со своим ребёнком вы можете начинать утреннюю зарядку с ходьбы босиком по этому коврику. При ходьбе босиком человек испытывает удовольствие, увеличивается интенсивность деятельности почти всех мышц, стимулируется кровообращение во всём организме, улучшается умственная деятельность.

       «Сорви надоевшую обувь, ходи по земле босым», - призывал поэт Александр Яшин. Можно ли устоять перед таким призывом?



**Консультация для родителей на тему: «Развиваем пальчики – стимулируем речевое развитие»**

О том, что тонкая *(****пальцевая****)* моторика и речевое **развитие** взаимосвязаны известно уже давно… В давние времена еще наши прапрабабушки, воспитывая детей, использовали такие игры как *«Ладушки»* и *«Сорока-сорока кашу варила»*.

Помните, что, **играя** с ребенком в разные игры с использованием потешек и стишков, **играя с пальчиками**, ладошками и ручками, **развивая тонкую моторику**, Вы не только будете **развивать своего ребенка**, но и сможете быстрее преодолеть отклонения, возникшие в речевом **развитии Вашего малыша**.

Вот такие игры и упражнения могу порекомендовать Вам для домашних занятий:

• **Поиграйте** в сказку и предложите своей маленькой доченьке превратиться в Золушку… Пусть она поможет Вам и разложит в две разные чашечки фасоль и горох, которые *«домовенок Кузя»* нечаянно перемешал в большой чашке.

• А с сынишкой и папой попробуйте провести игру-соревнование на скорость. Кто быстрее, папа или сынок, разложит маленькие и большие болтики или гайки в две разных коробочки?

• Покажите Вашему ребенку, что можно складывать интересные фигурки из спичек, счетных палочек или карандашей. Пусть Ваш малыш попробует сложить лесенку, елочку, цветочек, домик, машинку, кроватку, диванчик или стульчик для куколки.

Попробуйте выложить с ребенком разные узоры из семян растений (желательно не очень мелких, гороха, фасоли, желудей. Для основы можно использовать картонку с тонким слоем пластилина.

Лепите со своим малышом из глины, теста и пластилина, **играйте в мозаику и пазлы**.

Учите ребенка шнуровать ботинки, застегивать и расстегивать пуговицы, молнии, кнопки и различные замочки, плести косички из разноцветных веревочек, ленточек и шнурков…

Подарите своему малышу краски для рисования **пальчиками**. Вы знаете, сколько восторга и пользы от такого рисования?. Ваш малыш справится с рисованием мягкой кисточкой уже в два года. А в три его нужно научить правильно держать карандаш, и тогда вскоре Вы получите первые шедевры своего маленького художника. Очень полезно при обучении ребенка рисованию использовать книжки-раскраски, которых сейчас великое множество.

Купите и используйте в **играх** с Вашим ребенком разнообразные шарики, мячики, ежики – это своеобразные массажеры…

И наконец, **пальчиковая** гимнастика или игры с **пальчиками**.

Эти упражнения надо проводить регулярно и тогда Вы увидите, что ребенок стал намного быстрее запоминать рифмованные тексты, а **речь** его стала более четкой и выразительной. Старайтесь выразительно произносить тексты и показывать ребенку сопровождающие его движения. Пусть учится делать гимнастику вместе с Вами, хотя бы сначала договаривая отдельные слова или окончания, а уже потом и текст.

Дождик

• Вышел дождик на прогулку. *(Шагаем****пальчиками обеих рук по столу****)*

• Он бежит по переулку, *(На каждую строку загибаем на обеих руках)*

• Барабанит по окошку,

• Вымыл зонтики прохожих,

• Крыши дождик вымыл тоже.

• Сразу город мокрым стал. *(Встряхиваем ладонями, как будто отряхивая от воды)*

• Дождик кончился. Устал. *(Кладем ладони на стол)*

Капустка

• Мы капустку рубим-рубим,

• Мы капустку солим-солим,

• Мы капустку трем-трем,

• Мы капустку жмём-жмём.

Движения прямыми ладонями вверх-вниз, поочередное поглаживание подушечек **пальцев**, потирать кулачок о кулачек. Сжимать и разжимать кулачки.

Пять **пальцев**

• На моей руке пять **пальцев**,

• Пять хватальцев, пять держальцев.

• Чтоб строгать и чтоб пилить,

• Чтобы брать и чтоб дарить.

• Их не трудно сосчитать:

• Раз, два, три, четыре, пять!

Ритмично сжимать и разжимать кулачки. На счет – поочередно загибать **пальчики на обеих руках**.

Мы рисовали

• Мы сегодня рисовали,

• Наши **пальчики устали**.

• Наши **пальчики встряхнем**,

• Рисовать опять начнем.

Плавно поднять руки перед собой, встряхивать кистями.

Повстречались

• Повстречались два котенка: *«Мяу-мяу!»*,

• Два щенка: *«Ав-ав!»*,

• Два жеребенка: *«Иго-го!»*,

• Два тигренка: *«Р-р-р!»*

• Два быка: *«Му-у!»*.

• Смотри, какие рога.

На каждую строчку соединять поочередно **пальцы правой и левой рук**, начиная с мизинца. На последнюю строчку показать рога, вытянув указательные **пальцы и мизинцы**.

