

Детские прогулки – это важно

В тёплые месяцы разбегаются мысли, куда направить семейную активность: природа, дача, далекие и не очень путешествия, хочется многого, но каждую семью в рамки ставят материальные возможности и разные другие причины, с которыми приходится мириться, например, отпуск взрослым выпадает на зимнее время.

Поэтому для некоторых детей практически единственными местами, где они могут провести своё лето, остаются дворовые площадки, городские парки и аттракционы. Чем младше ребёнок, тем больше у него энергии в сторону батут, качелей, машинок на прокат и разного другого, мимо чего пройти выше его сил.

Хорошо, если взрослые понимают, что отдых детей нужно организовывать с учетом особенностей их возраста и эмоционального состояния.

Несколько конкретных ситуаций.

Бабушка с внуком примерно 3 с половиной лет гуляют в парке. Мальчику хочется всего. «Все» стоит приличные деньги, настроение женщины «падает» по мере удовлетворения активности внука, 150 рублей батут, 150 – машинка, 100 – «половить рыбок», а ещё мороженое и сок... При подсчете всех затрат получается не маленькая сумма.

Отказать внуку бабушка не может, да и ответом могут быть слёзы, плач, возможно, истерика, то есть то, что взрослые называют капризами. Женщина звонит маме ребенка: «Больше гулять не пойду, обещал ничего не просить, а сам остановиться не может...».

На самом деле детям 3 лет, когда вокруг много «всего», остановиться сложно, пока элементарно не устанут. Мышление наглядно – действенное, конкретное: увидел, что – то для себя привлекательное, вся энергия направляется туда и в этот момент оторвать ребенка от желаемого можно только силой.

Поэтому, идя в парк, ставьте цель, например, только батут и по дороге настраивайте ребенка в доступной форме именно на батут, например, говорите – «сейчас ты будешь высоко прыгать, скатишься с горки...». В парке идете именно к батуту. После того, как ребенок «напрыгался», ждите его с каким – то сюрпризом, например, достаньте из пакета игрушку, которую он ещё не видел и эмоционально представьте её, а в это время мимо остальных аттракционов, на выход.

Если в парке ребенка 3 лет очень сложно «собрать в кучку», то, возможно, пока не стоит водить его в места большого скопления разных аттракционов, станет постарше, нагоните. Играйте с ним во дворе, помогайте развивать простые сюжеты, например, вместе делайте куличики из песка и кормите ими кукол, ходите на прогулку с игрушками – зверюшками, соревнуйтесь «на машинках» и т.д. Дошкольники живут играя, но и игровым приемам их нужно научить.

Примерно к 5 годам приоритеты детей меняются, игра остается очень важной частью их жизни, но не менее важным становится стремление играть вместе с другими детьми, со сверстниками.

На детской площадке мама с сыном лет 6. Мальчик рвется к играющим ребятам, ему хочется познакомиться, быть вместе, но мама проявляет строгость.

Как только ребёнок отдаляется, женщина зовет его к себе и всякий раз повторяет:

- Не будешь рядом, пойдем домой...
- Мне скучно.
- Скучно, значит больше на площадку ходить не будем.

При этом сама мама не отрывается от телефона.

Мальчик мается рядом, пытается что – то объяснить женщине, но она непреклонна, видимо, в её представлении это и есть прогулка.

Лишать ребенка совместных игр со сверстниками значит мешать нормальному развитию его психики. Общаясь с другими детьми, ребёнок развивается, пополняет запасы игровых, а значит житейских умений, через игру он развивает навыки выхода из разных ситуаций, спонтанно возникающих в процессе игрового взаимодействия.

Для ребёнка старшего дошкольного возраста быть вместе с другими детьми – важно, одному ему может быть грустно. Именно в этом возрасте дети начинают понимать, что такое грусть и одиночество, чего ещё нет в 3 года, когда ребёнок хорошо переключается и живёт непосредственными реакциями (эмоциями).

На детских площадках, в парках в общении детей и взрослых можно увидеть многое из того, что вызывает по меньшей мере недоумение. Например, отец настаивает, чтобы мальчик лет 6 подтягивался на турнике, у ребенка не получается, мужчина вместо того, чтобы научить, подшучивает над сыном, любуясь собой сам подтягивается несколько раз.

Разве так учат? Сначала нужно показать, потом помочь освоить, поддержать, одобрить усилия, создать положительный эмоциональный фон, похвалить за пусть не большие, но результаты. И так во всем, чему вы хотите научить своего ребенка. Казалось бы, элементарно, но далеко не всегда взрослые это понимают. Хочется надеяться, что отец мальчика поймет.

Постарайтесь в тёплое время года организовать для своих детей качественный отдых с учетом их личностных, возрастных особенностей и актуального эмоционального состояния.

Учитывать настроение детей – это не значит потакать их капризам, это уважение к чувствам ребенка и стремление создать эмоционально – положительную атмосферу вокруг него. Если дети живут в эмоционально благоприятной обстановке, они воспринимают окружающий мир позитивно. А позитивный взгляд на мир – залог будущей успешности.

Татьяна Геннадьевна Бичевина – психолог.