



община
СМЯДОВО



община
ВЕТРИНО



МИНИСТЕРСТВО НА
ОБРАЗОВАНИЕТО И
НАУКАТА



ПРОГРАМА „ДЕЦА И
МЛАДЕЖИ В РИСК“



www.eeagrants.org

НАРЪЧНИК ЗА РОДИТЕЛИ



Тази публикация е създадена в рамките на проект ВГ06-210 „Шанс за социално включване на децата в общините Смядово и Ветрино“ по Програма ВГ06 „Деца и младежи в риск“ по Финансовия механизъм на Европейското икономическо пространство 2009-2014 г.

2016

ВГ06-210
Шанс за социално включване на децата
в общините Смядово и Ветрино

Наръчник за родители

2016

Този документ е създаден в рамките на проект ВГОб-210 „Шанс за социално включване на децата в общините Смядово и Ветрино“ по Програма ВГОб „Децата и младежи в риск“ по Финансовия механизъм на Европейското икономическо пространство 2009-2014 г.

Община Смядово – бенефициент
в партньорство с Община Ветрино

СЪДЪРЖАНИЕ

1. Какво трябва да знаем за детето в предучилищна възраст?	5
2. Комуникацията родител – дете	12
3. Развитие на социалните умения на детето	15
4. Да не допускаме детето да попадне в риск	19
5. Защо е добре детето да ходи на детска градина?	22
6. Какво е необходимо, за да се подготви детето за училище	25
7. Развитие на творчески способности и заложби на детето	29
8. Физическо развитие на детето	32

1. Какво трябва да знаем за детето в предучилищна възраст?

Предучилищната възраст (3-6 години) е етап на интензивно физическо и умствено развитие на детето. В този период то изпитва силно **любопитство** към света около себе си – има желание да пипне, да докосне, да помирише, да чуе и да опита, и да изследва всичко, до което се добере. Детето има естествено желание **да научава нови неща** и го прави постоянно чрез проба и експеримент. В тази възраст то научава най-много от игрите. Докато играе, детето развива своите умения, подобрява говора си и се упражнява на вътрешен контрол.

Едновременно с това децата започват да развиват и **усещането за страх** – от нови места и преживявания, от раздяла с родителите и други важни за него хора.

Това отчасти се дължи на **богатото им въображение** – те трудно различават фантазията от реалността.

Липсата на собствен опит кара децата постоянно **да имитират възрастните**, които са най-близо до тях. Към това трябва да се отнасяме

внимателно, защото те имитират това, което бихме искали, но също и онова, което не бихме, например неприлични думи или ругатни. За да осъзнаят границите на приемливото поведение, децата се нуждаят от ясни и прости правила.

Знанието как растат и се развиват децата в тази възраст ще ви осигури спокойствието, че всичко е наред и няма за какво да се тревожите, ако нещо не ви изглежда както трябва.

Погледнете следващите карета, които ви показват приблизително какво да очаквате. Посоченото в тях е средно и обобщено, реалното поведение е индивидуално за всяко дете, но се движи около това.

Основните характеристики са разпределени в три категории:

физическа

(на тялото),

емоционална и интелектуална

(на чувствата и мисленето)

и

социална

(на взаимоотношенията с другите).

2 ДО 3 ГОДИНИ



Физическо развитие

Моторни способности: скачане от стъпало, използване на пастели, изграждане на кула от кубчета.

Езикови способности: начало на използване на кратки изречения, откриване на света чрез езика, страх от раздяла.

Емоционално и интелектуално развитие

Негативизъм (2,5 години): бурни емоции, гняв.

Разграничава изражение на лицето на **гняв, тъга и радост**. Чувство за **хумор** (прави номера).

Емоционално зависимо, не дава играчките си, обича да играе с друго дете.

Социални умения

Говори, използва „аз“ и „ти“. **Имитира** действията на родителите.

Противопоставя се, дава заповеди, настоява за спазване на рутината.

3 до 4 години



Физическо развитие

Моторни способности: стои на един крак, скача нагоре и надолу.

Емоционално и интелектуално развитие

Справя се с **рутинни действия** от домашния живот.

Демонстрира **привързаност** към родителите, романтично отношение към родителя от противоположния пол, ревност към другия.

Страх от тъмното, кошмари.

Социални умения

Обича да **споделя**, използва „ние“. Играе с други деца, **имитира** родителите. Започва идентификация с родителя от същия пол.

Засилено **любопитство и интерес** към тялото на другите деца.

4 ДО 5 ГОДИНИ



Физическо развитие

Моторни способности: контрол на движенията, облича се само, може да начертае триъгълник и квадрат.

Говори ясно, произнася правилно звуците, владее базова граматика, може да разкаже кратка история, знае над 2000 думи.

Емоционално и интелектуално развитие

Развива чувство за **отговорност** и **вина**.

Гордее се с постиженията си.

Социални умения

Предпочита да играе с други деца, стреми се към **съревнование**, предпочита игри, подходящи за пола му.

Една от най-важните задачи на детето е **да овладее езика**. В тази възраст това се случва изключително бързо. За всяка майка научаването на 10 000 думи ще отнеме 4-5 години, а детето се справя само за 2 години. От определящо значение е **как говорят хората около него**. Детето използва израза и настроението на възрастните, за да се ориентира за значението на думите. Много по-трудно му е да разбере как да ги използва. Нормално е детето да ви дразни с постоянното си бърборене, но трябва да се заредите с търпение. Много важно е то да се научи да говори с последователни, свързани изречения. Това показва способността му за логическа мисъл.

Докато достигне 5-годишна възраст, детето трябва **да може да се изразява правилно**. Това умение е резултат от много и разнообразни упражнения, които се правят по време на заниманията в детската градина.



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Детето трябва да има **психологическа готовност** за детската градина.

Трябва да му се говори за нея и да се създават **положителни очаквания**.

Детето трябва да бъде подготвено за **отношенията с учителя**.

Трябва да му се обясни, че е важно **да слуша** думите му и **да изпълнява** онова, което се иска от него.

Детето трябва да бъде подготвено за живота в детската градина. Трябва да му помогнем въпреки да се научи **да действа по правила** и да **контролира своите действия**.

2. Комуникацията родител – дете

Какво е важно да имате предвид, когато общувате с детето си в тази възраст?

То трябва да усеща, че се интересувате от това, което иска да ви каже, че участвате и ще му помогнете, когато има нужда.

Не бива да го излагате пред други хора, защото ще започне да проявява враждебност.

Ако сте ядосани, по-добре да **отложите разговора** с него, докато не се успокоите.

Малките деца нямат способност за преценка и лесно се нараняват.

Не прекъсвайте детето, когато се опитва да ви разкаже своята история. Питайте го какво се е случило, но не питайте защо.

Когато говорите с детето си, **не използвайте обидни думи**. То ще ги запомни и вероятно ще ги използва.

Децата имат нужда от **внимание, обич и положителна оценка**.

Ако детето постоянно чува **критики**, то ще се научи да **заклеймява**.

Ако живее във **враждебна среда**,
ще се научи да се **бие**.

Ако често му се **подиграват**,
ще се научи да **кълне**.

Ако живее в **страх**, ще стане **неспокойно**.

Ако често го карате да се **срамува**,
ще развие чувство на **вина**.

Ако сте **толерантни** към него,
ще се научи на **търпение**.

Ако го **поощрявате**, ще стане **уверено**.

Ако усеща, че го **приемате добре**,
ще се научи да **обича**.

Ако сте **честни** с него,
то ще разбере какво е **доверие**.

Ако детето се чувства **сигурно**, то
ще **разчита** на себе си и на околните.



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Не е важно само **какво** казваме,
но и **как** го казваме.

Трябва да се стараем **да не повишаваме тон**
и най-вече да имаме търпението
да слушаеме.

Не бива да решаваме всички проблеми на
децата си въпреки желанието ни.

Но трябва да им **помагаме да направят**
своя избор, защото по-често
той води до последици.

Ако детето не харесва госпожата и не я иска,
не бързайте с упреците и в никакъв случай
не се разправяйте с нея.

Най-добре е първо да се опитате
да поговорите.

3. Развитие на социалните умения на детето

Етапите на развитие на социалните умения на детето по години са:

2-3 години: търси вниманието на другите, влиза в контакт, като казва „здравей“ или „чао“, гледа този, който говори и се смее на глупави или смешни неща.

3-4 години: може да играе, като се редува с други деца, отнася се с кукла или плюшена играчка като с нещо живо, разговаря, като използва научени думи.

4-5 години: помага си с други деца, използва команди (като „Спри“), бърбори и си фантазира в игрите.

5-6 години: използва „моля“, „благодаря“, „извинявай“, разбира лоши думи, знае как да си поиска нещо, играе състезателни игри и знае какво е честна игра.

Другарчетата, с които детето играе, са важни за порастването му. С тяхна помощ обясняваме на детето какво са правилата и как да се държи учтиво. Времето, прекарано с тях, развива способностите за общуване, споделяне, контрол на

чувствата и желанията. То обаче не може да замени времето с родителите. Родителите имат повече опит и могат да напътстват детето, защото разбират причините за различните му емоции и дългосрочните последици от действията му.

В тази възраст **емоционалната компетентност** (разбиране и контрол на чувствата) е ключ към социалните умения. Колкото по-добре детето разбира чувствата, толкова по-харесвано е от своите връстници. Когато им се говори за това, децата се справят по-добре с гнева и разочарованието.

Личният пример е от голямо значение. Не е нужно постоянно да сте в добро настроение. Важното е да показвате положителна нагласа към трудностите от типа „Мога да се справя“, а не да се ядосвате или да изпадате в отчаяние. Доказано е, че децата страдат, когато родителите им (и особено майката) изразяват отрицателни емоции.

Когато детето ви има проблеми в общуването с връстници, трябва **да го поощрите да ви разкаже** и да го утешите. Нека да разбере, че всеки понякога може да бъде отхвърлен или отблъскван.

Родителят е модел за поведение

Начинът, по който дисциплинираме детето, има голямо значение за формиране на социалните му умения в предучилищна възраст. Важно е да се обясняват причините за правилата и последствията от лошото поведение. Неизяснените наказания и произволни родителски решения влияят отрицателно върху самоконтрола и желанието за съдействие в отношенията с другите деца.



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Поощрявайте по всякакъв начин естествения интерес на детето към образователни и творчески игри, които се появява в тази възраст.

Не се смущавайте и не се ядосвайте, когато детето се противопоставя на вашите искания.

Това е нормална част от растежа му.

Използвайте всеки разговор и всяка възможност **да учите детето на нови думи и изрази.**

Това ще му помогне в контактите с хората извън семейството.

4. Да не допускаме детето да попадне в риск

Какво е това, което поставя децата в **риск**?

Най-вече **лишаването от възможности**. Социалното изключване, за което много се говори, означава именно това – детето да бъде лишено от възможностите, които имат другите деца. Става дума за всичко онова, което обществото е създадо за ползване от всички: детски площадки, обществени фитнес уреди, сладкарници, играчки, книжки, занимални и занимания със спорт и изкуство. Ако имаме достъп до всичко това в детската възраст, шансовете ни за достъп до всички възможности в зрялата възраст се увеличават.

Няма съмнение, че най-добрият начин да се преборим с риска от изключване е **образованието**.

Дори да нямаме достатъчно материални възможности, доброто образование и способностите, знанията, имиджът, които то ни дава, са крачка към доброто обществено положение.

Друга голяма крачка е **нагласата ни към света и към живота**. Щастливото детство често означава успешен възрастен. Когато има нужда от сила и вдъхновение, човек се връща към хубавите спомени от своето детство.

Кой е най-хубавият ви спомен?

За какво се сещате, когато си спомняте детските години?

Игрите и лудориите с децата от квартала?

Приятелчетата от детската градина и всички смешни случки с тях?

Лагерите, където се отделяш от родителите си и живееш вълнуващ живот и всеки ден се случва нещо необикновено?

Нашите преживявания през периода на детството определят какви ще бъдем като възрастни. Децата се раждат различни и няма рецепта, която да ни каже как да ги направим щастливи. Доказано е обаче, че най-важното е **да ги оставим да бъдат себе си**, като уважаваме техните чувства, вкусове и идеи. Вместо да си изграждат собствена представа за щастливото детство и да се опитват да го създават, е по-добре родителите да следват инстинкта си и да позволят на детето донякъде да ги води.

Децата са нещастни, когато се чувстват несигурни, тревожни и застрашени; когато усещат, че нещата около тях и най-вече в собственото им семейство не са наред.

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Дайте на детето **повече време за игра**, особено с други деца.

Това ще го научи на много неща по естествен начин.

Създавайте **прости, ежедневни ритуали** в семейството, например вечеря всички заедно.

Това прави децата **спокойни и щастливи**.

Не бъдете прекалено критични към детето. Работата му е да се развива и да допуска грешки. В това няма нищо лошо.

5. Защо е добре детето да ходи на детска градина?

Какво дава детската градина на детето?

- Възпитава го;
- Научава го да спазва правила;
- Научава го да общува.

Мама, тате, баба и дядо формират детския свят. Но светът е голям и много разнообразен и още от малки трябва да се научим да се държим така, че голямата общност (хората в нашия град или село) да ни приеме и ние самите да се чувстваме добре в нея. **Никой не ни учи как да бъдем родители.** Ние възпитаваме децата си както ни подсказва интуицията и примера на нашите родители. Без да осъзнаваме и дори без да искаме, ние повтаряме модели, които не винаги са правилни.

Педагозите в детската градина не познават детето така, както го познават неговите родители, но са **специалисти** и знаят много за неговото развитие. През всяка година и на всеки етап те знаят какво то трябва да може и му помагат да го постигне. Ако изостава в нещо, те знаят как да му

помогнат да навакса. Ако има талант, те ще забележат и ще го насочат как да го развива.

Всички ние знаем приказки, песнички и игри от собственото ни детство и ги предаваме на децата си. Но в детската градина знаят на какво се учат децата от тях и кое за каква възраст е подходящо. Могат да отговорят на детските въпроси по подходящ начин и да включат детето в игри, които градят неговите способности. Не на последно място те разполагат с нужните време и търпение, които често ни липсват като родители заради големия брой задължения, които имаме.

Това, което детето получава в детската градина, е ресурс, който в зряла възраст му помага да се превърне в пълноценен член на обществото. **Ценностите, доброто възпитание, знанията и уменията ни определят като хора и ни дават старта за добър живот.**



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Отношението на детето към детската градина зависи силно от вашето.

Ако вие покажете **положителна нагласа**, то ще ходи с желание.

Нормално е детето да боледува – то се отделя от майката, сменя храната и стои в топла стая заедно с още 20 деца, които могат да боледуват.

Причината за настинките не е, че госпожата не се е сетила да му облече елечето. Освен това те минават бързо.

Добре е да помним, че **ние самите се караме на децата и учителите имат същото право**. Те се грижат за много деца. И в никакъв случай не бива да се саморазправяме с тях, а да поговорим.

6. Какво е необходимо, за да се подготви детето за училище

ЕЗИКЪТ

Преди всичко за да е готово за училище, детето трябва **да говори правилно** и смислено родния си език. Голяма част от заниманията в детската градина са насочени към това детето **да разбира смисъла на думите** и да ги употребява на място. Начинът на изразяване казва много за човека.

Езикът е една от най-сложните системи от правила, които човек изучава. Този процес, който продължава през целия живот, е най-интензивен именно през годините на ранната възраст от 3 до 6. В този период децата усвояват произношението, голяма част от граматиката и 90% от речника.

Езикът е тясно свързан с всички области на развитието. Нарушенията или забавянето в говорните умения могат да повлияят на умственото, емоционалното и социалното развитие на детето, но също и на неговите възприятия. Не по-малко важно, в предучилищния период се развива нагласата към езика и възискателност към собствената реч.

ЧИСЛАТА

Числата са много важна част от живота, с която се сблъскваме всеки ден. Те са навсякъде около нас. В предучилищната възраст детето ги открива и започва да придобива елементарни математически умения като броене, определяне на форми, разпознаване на повтарящи се модели, групиране по категории. **Математиката** като част от ежедневието се учи в игрите.

Детската градина подготвя детето за изучаване на математика в училище, като му формира **представа за количество и измерване**, за геометричните фигури (кръг, квадрат, триъгълник), за разположение в пространството и във времето. Това може да става не само с “уроци” и занимания, но и с помощта на приказките.

Например,

Бабата на Червената шапчица живее “в **първата** къща от селото”. За да стигне до там, майка ѝ заръчва да мине по “**най-краткия път**”.

Снежанка се приютява в горската къщичка на **седемте** джуджета, където има **7** малки легла, на трапезата са подредени **7** паници със **7** лъжици и **7** чашки.

ПОВЕДЕНИЕТО

Във възрастта между 3 и 6 години децата формират **умения за социални контакти** и се научават на простите правила на живота в общност.

От 3 до 4 години най-често чуваните думи в речта на детето са „аз“, „мен“, „мое“. Заради това на него му е трудно да споделя играчките си с другите деца и трябва постепенно да се учи на това. Спречкването е нормално и не трябва да се наказва. Присъщият егоизъм на малките започва да се преодолява след 4-годишна възраст, когато детето започва да формира приятелства. То търси тяхното одобрение и симпатия и се стреми към споделяне.

Периодът от 4 до 6 години е много важен за формирането на поведението на детето. То започва **да разбира правилата** и следователно ги приема по-лесно. Това е важният момент от живота му, в който то трябва да се научи на всичко онова, което определя порасналия човек като **„добре възпитан“**: да казва **„благодаря“**, **„моля“**, **„извинете“**, да проявява отзивчивост и състрадание, да изслушва другия и да приема чужди мнения.

ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Участвайте в училищния живот и помагайте класът да се сплоти.

Това е важно за всички: за детето, за училището и за вас.

Погрижете се детето да не забравя за хигиената, когато е в училище.

Да почиства след себе си, когато ходи в тоалетната и да си мие ръцете.

Научете детето да пише името си.



7. Развитие на творчески способности и заложби на детето



Всяко дете притежава някакъв творчески потенциал. Това се дължи на характеристики на детската възраст като динамика, любопитство, повишена наблюдателност, свобода от шаблони, стремеж към самостоятелност, мечти.

Детето е **динамично**, защото усвоява опита на възрастните, но през собственото си въображение.

То е **любопитно** към околния свят, защото за него той е пълен с нови неща.

Детската **наблюдателност** често ни изненадва, като ни посочва нещата, които не забелязваме.

Свободата от шаблоните на обществото е в това, че децата нямат готови решения и рутинни действия. Те се стремят към собствен начин на мислене.

В своите **мечти** децата често виждат действителността не такава, каквато е, а такава, каквато те искат да бъде.

Детската градина създава среда – със специалната обстановка, поведението и личността на учи-

теля, специално подобранияте игри, разнообразие-
то от материали и дейности за стимулиране на
творчество – която помага на детето да прояви и
развива своите заложи.

Експеримент:



Опитайте се да направите различни предмети от
тези кръгчета, като ги дорисувате.

Дайте същата задача на детето (4+).

Вижте резултата.



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

Не казвайте на детето, че няма способности или качества за определени дейности, като например „Не можеш да пееш“ или „Не можеш да рисуваш“.

Интересът и желанието са двигателя за развитие на неговите заложби.

Много от нещата, които не можем да правим в живота са резултат от това, че сме решили, че не можем да ги правим.

Помогнете на детето **да открие какво наистина му е интересно**. Не забравяйте, че то може да не съвпада с онова, към което Вие искате да прояви интерес.

Не внушавайте на детето, че винаги някой друг е виновен за неуспехите му. То трябва да се научи да ги приема. Това много ще му помогне в живота.

8. Физическо развитие на детето

Физическото възпитание в детската градина и в началния училищен курс формира до голяма степен физическото състояние на човек като възрастен – колко атлетичен ще бъде, как ще се движи, а донякъде и здравословното му състояние. Игрите с интензивни физически движения каляват детето и развиват неговия организъм и двигателната му култура.

Децата, които се занимават с физически упражнения, имат по-добра концентрация, по-силен имунитет и по-добре възприемат новите знания. Освен това спортовете развиват **и ценни качества на личността** като смелост, самостоятелност, увереност, самооценка, работа в екип и способност за общуване.

Спортните дни и празници, които се организират от детските заведения, зареждат децата с **положителни емоции**, активизират ги и ги карат да изпитват желание за спортуване. На тях децата показват своите възможности, демонстрират какво са научили и какви умения са придобили, чувстват се горди и играят в отбор.

Спортните игри винаги са желани от децата в детската градина. Те им помагат да се запознаят с основните движения и правилата на различните видове спортове. Подвижните игри освен общия тонус развиват и качества като ловкост и бързина. Но преди всичко се укрепват различните мускулни групи и костите и се засилва желанието на детето за активна дейност, което понякога се запазва и в зрялата възраст.



ПОЛЕЗНИ СЪВЕТИ

В тази възраст се формират **двигателните умения и навици** на детето.

Ако искаме да расте **здро̀во и хармонично**, е добре да му осигурим подходящи спортни занимания.

Включването на детето в колективни спортове изпълнява **три задачи**:

1. Физическа активност (срещу мързел);
2. Инициативност (срещу скука);
3. Солидарност (срещу егоизъм).

Подходящи са баскетбол, плуване, каране на колело и ролери, футбол, тичане.

Наръчникът е подготвен
от екип с ръководител
Тихомира Трифонова

Предпечат и печат
Обединение „СТРАТЕГМА-ИВОФОРМ“