

Консультация родителей: «Как сделать утро для детей добрым?»

Составила: воспитатель Степченкова А.Б.

Утро задает ритм всему дню и заряжает настроением. Но иногда нашим деткам не просто проснуться, улыбнуться и приступить к сборам в детский сад. Бывает так, что родители на взводе, ребенок "копошиться" и тогда кажется, что это он специально "действует на нервы". Но все может быть по другому, радостно, трепетно. Попробуйте сделать каждое утро счастливым. Для детей и заодно для себя. Как и взрослые, есть два совершенно разных типа детей. Одни утром выходят из постели в веселом настроении, готовые встретить день. Эти «жаворонки», похоже, легко выходят из сна, им не нужно много времени на раскачку. Другие слышат будильник, и для них это сигнал зарыться поглубже в подушки. Они все отдадут за дополнительные 5 минут в постели. Неважно, жаворонок ваш ребенок или сова, вам помогут 9 простых вещей, которые вы можете практиковать каждое утро, чтобы просто порадовать их и сделать счастливыми.

Начните день мягче



Каждое утро именно вы создаете погоду в доме. Раскройте шторы, впустите свет в комнату, шепните детям “доброе утро”. Еще лучше начать день с песни – в своем исполнении или по телефону – пусть это будет одна и та же песня, с которой будет ассоциироваться начало дня. Что бы вы ни выбрали, это определенно будет лучше, чем кричать: “Немедленно вставайте с постели или опоздаете!”

Добавьте переходное время



Детям нужно немного спокойного времени, чтобы перейти от сна к утренним занятиям. Вам нужен кофе каждое утро, прежде чем начать бодрствовать? Дети ничем не отличаются. Минус кофе. Если вам нужно разбудить их на пару минут раньше, чтобы у них было время открыть глаза, стоит это сделать. Эти две минуты организму нужны как воздух.

Придумайте секретное рукопожатие



Специальный способ рукопожатия — это традиция, которая могла бы жить годами в вашей семье. Если вы делаете это первым делом с утра, или когда вы выходите за дверь, вашим детям это понравится. Это не должно быть сложным, хотя, смотря какой возраст детей! Это может быть так же просто, как сжать руку три раза, чтобы тайно сказать: «Я люблю тебя». Важно то, что это будет что-то запоминающееся и важное между вами.

А также утреннее приветствие



Так же, как и секретное рукопожатие, это отличный способ отправить детей в детский сад на позитивной ноте. Вся семья может положить ладони друг на друга и выкрикнуть придуманную вами позитивную фразу, например: “Чья семья самая крепкая?” А дети должны поддержать: “Наша”!

Оставьте интересные сообщения



Оставляйте сообщения в местах, которые они не ожидают. Если ваши дети не умеют читать, рисуйте рисунки. Например, вы могли бы написать что-то на зеркале в ванной или накануне сделать большой забавный рисунок на тротуаре мелом. Также вы можете выложить сообщение черникой на блинах или напишите сообщение на одноразовом стаканчике или коробке сока. Ведь так много способов, чтобы ваши дети знали, что их обожают! Эти

маленькие жесты сделают утро вашего ребенка счастливее.

Обратный отсчет до выходных



Создайте еженедельный обратный отсчет до какого-нибудь интересного события, которое запланировано на выходные дни - независимо от того, насколько грандиозны. Вы можете использовать диаграмму с наклейками или чашку, наполненную шариками, которые дети будут открывать каждый день. Существует много творческих способов оформить обратный отсчет до выходных (наберите в поисковике адвент-календарь и поразитесь количеству идей). В тоскливые утра, когда дети чувствуют себя немного несчастными, это напомнит им о том, что совсем скоро будет весело.

Будьте забавной



Юмор от мамы или папы действительно улучшает настроение. Дети не одеты? Заставьте их смеяться, сказав им, что вы собираетесь забрать их в детский сад в пижаме и заставьте помахать всем своим друзьям. Они собираются слишком медленно? Притворяйтесь, что вы тоже замедлились. Поговорите со смешным акцентом, пока они не встанут с кровати.

Планируйте вкусный завтрак



Ваши дети любят кексы? Скажите им, что утром вы их приготовите. Составьте заранее список блюд на завтрак, согласованный с детьми (можете чередовать полезные завтраки с любимыми детьми) – и дети станут вставать быстрее.

Начните день с объятий



Детям нужно 17 объятий в день! Это основано на исследовании счастья мам и детей. Пусть большая часть из 17 обязательных объятий придется на утро. Когда утром ваших детей приветствуют с любовью – они становятся благодарнее, послушнее и счастливее. Проявление любви и привязанности для любого человека – лучшее, с чего хочется начать свой день!

Помните, что бы вы ни выбрали, чтобы украсить утро вашего ребенка, больше всего они оценят две вещи - ваше время и внимание. Это наполнит их на целый день вперед, а также на всю жизнь.