

— У вас в среду что?
— Ой, ну среда просто невозможный день, ни минуты свободной. С утра развивающие занятия, потом каток, после сна приходит логопед.
— А в четверг?
— В четверг еще хуже — с утра сад, потом английский, вечером бассейн.
И мама, у ребенка которой занятий чуть меньше, начинает сомневаться, права ли она, или же стоит нагрузить чадо посильнее.
Я не противник развития. Но ведь никто не кормит ребенка обедом через полчаса после завтрака, а еще через час — ужином. Мы понимаем, как важны интервалы и размеренность, иначе пища не переварится, не усвоится, и толку не будет.
С выбором занятий для ребенка тоже стоит придерживаться определенной "диеты".

Время на игру

Давайте вспомним, что ведущей психологической деятельностью в дошкольном возрасте является игра. Игра творческая, фантазийная и игра с ровесниками. То есть ребенок-дошкольник должен иметь возможность пару раз в день полноценно играть (не менее 40-45 минут каждый раз). Это, так сказать, основной урок — урок игры.

Время переварить информацию

Именно в игре, а вовсе не над энциклопедиями дошкольник постигает сложнейшие взаимосвязи окружающего мира и начинает ориентироваться в жизни взрослых. Сюжетная игра и спонтанный, не по заданию сделанный рисунок — это главные для ребенка возможности переварить то огромное количество неизвестного, которое его окружает.
Более того: если жизнь ребенка устроена так, что впечатлений и получаемой информации больше, чем необходимо, он может — сам того не осознавая — выработать

стратегию поверхностного восприятия любой информации. Вроде и слушает, но вполуха, не вдаваясь особенно в детали. А главное — не запоминает. Психика защищается от перегрузок, сбрасывая лишние знания как балласт.

Конечно, очень хочется успеть везде и всюду, вложить в своего малыша как можно больше, но все же, выбирая кружки и секции, стоит прислушаться к голосу здравого смысла и мнению самого малыша.

До трех лет ребенка лучше вообще никуда не водить. Сейчас появилось много развивающих групп для самых маленьких, но, как правило, они не предлагают ничего, кроме пальчиковых игр, ритмики и рисования. Всем этим вы с успехом можете заниматься и дома, а дорога и шумная компания новых знакомых будут только утомлять малыша и отвлекать его от занятий. К тому же, в студии вы наверняка помимо знаний получите в качестве «бесплатного приложения» целый букет вирусов и детских болезней.

В три-четыре года ребенка можно уже записать в один-два кружка. Но сначала подумайте, не можете ли вы чем-то заниматься самостоятельно. Если папа — мастер спорта по шахматам, вряд ли есть смысл тратить время и силы и таскать ребенка в секцию. Да и английский язык с бабушкой пойдет совсем не хуже чем с чужой тетей, при условии, конечно, что бабушка готова заниматься систематически, а внук воспринимает ее в роли учителя.

Дорога до кружка не должна занимать больше времени, чем сами занятия. Не стоит ходить в кружки чаще двух, максимум, трех раз в неделю. Занятия должны проходить в удобное для малыша время, не нарушать режим его дня.

Не стоит стремиться в так называемые «студии гармоничного развития», где с ребенком занимаются сразу несколькими предметами (как правило, иностранный язык, развитие речи, музыка, рисование). Занятия в таких группах строятся по принципу школьных, с партами, уроками, звонками, часто даже с домашними заданиями. Все это абсолютно неприемлемо для дошкольников, тем более, младших.

Поговорите с малышом, расспросите, чем бы ему хотелось заняться, какие кружки ему нравятся. Даже если его выбор не оправдает ваших ожиданий, не спешите спорить: может, живой уголок действительно подойдет вашему ребенку больше бальных танцев. В конце концов, если малыш ошибся, из кружка всегда можно будет уйти.

Обязательно лично познакомьтесь с педагогом. Попросите разрешения посетить занятия, обратите внимание, какая атмосфера стоит в классе. Кружок – не детский сад и не школа, и отношения между детьми и преподавателям должны носить менее формальный характер, быть более непринужденными и спонтанными, но не фамильярными.

Обратите внимание, в каком состоянии выходят дети после занятий, не перевозбуждены ли они, не подавлены ли? Если педагог повышает на детей голос, чрезмерно увлекается конкурсами и соревнованиями, лучше поищите для своего малыша другое место. Ошибка может стоить слишком дорого: ребенок перестанет доверять взрослым, откажется ходить на любые занятия, бросит интересное дело, которое мог бы полюбить. Гораздо полезнее для физического и душевного здоровья малыша было бы выбирать кружки, где из детей не стремятся сделать чемпионов и лауреатов.

Спорт

Огромную пользу малышу принесут занятия аэробикой. Интенсивные движения под музыку разовьют не только мышцы и координацию движений, но и чувство ритма. Прекрасно подходит для детей и легкая атлетика. Этот поистине королевский вид спорта гармонично развивает все группы мышц, повышает выносливость, учит владеть всем телом. При этом он гораздо менее травматичен, чем, к примеру, спортивная гимнастика.

Очень хороши и все игровые виды спорта. Детям дошкольного возраста не стоит заниматься теми видами спорта, где велик риск травматизма: прыжки в воду, акробатика, гимнастика.

Главное — интерес

Главное — интересно ли это вашему ребенку. В конце концов самых больших успехов обычно добиваются в той деятельности, которая доставляет удовольствие. Расскажите, что ждёт ребёнка на новых занятиях, чему он научится в кружке. Вместе сходите в студию, чтобы ребёнок мог сам задать вопросы преподавателю.

Если в результате визита он всё равно даже не хочет попробовать — не настаивайте. Всё же кружок — это не учёба, а в первую очередь занятие по душе.

Корректируйте желания!

Психологи считают: сколько ребёнок сможет осилить — всё его. Бывают дети, которым интересно одно, второе, десятое. И если у них на всё хватает сил и времени, пусть занимаются всем, что им интересно. Всё равно потом что-то само собой отпадёт.

Но иногда корректировать желания ребенка всё же нужно, чтобы не выбрать смежные виды деятельности. Если ребёнок выбрал исключительно интеллектуальные и творческие занятия, убедите его посмотреть в сторону спорта. Хотя бы один кружок, предполагающий физическую нагрузку, всё же должен быть.

Уступить или настоять?

Это один из самых спорных вопросов. Часто бывает, что, сходив пару раз на занятия, ребёнок говорит: "Не хочу больше, хочу что-нибудь другое". И здесь родителям важно понять: это мимолётные капризы или серьёзное решение?

Большинство детей, к сожалению, не приучены к систематическому труду, а потому первое время им действительно бывает трудно соблюдать определённый график. Ребёнку хочется после школы гулять, а он записан в секцию футбола, и ему надо бежать на тренировку. Если футбол был выбран самим ребёнком и нежно им любим, проявите настойчивость: записался в секцию — будь добр ходить.

Если же вы видите, что у ребёнка не складываются отношения с преподавателем или сверстниками, если ему категорически не нравятся занятия — не мучайте его. В конце концов кружков много, и он ещё успеет найти свой.

Екатерина Бурмистрова, Лариса СУРКОВА, практикующие психологи