РАССМОТРЕН
на заседании
Педагогического
МДОУ «Детский сад №8»
Протокол № 1
от «31» 08 2023г

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МДОУ «Детский сад №8»
И.М.Абраменко
приказ № 218
от «31» 08 2023.

ПЛАН КОНСУЛЬТАЦИЙ С РОДИТЕЛЯМИ
по запросам семей на 2023-2024 учебный год

Тема	Основные тезисы	Форма консультации и инструментарий
	Сентябрь	
Как уменьшить стресс ребенка во время адаптации	Создать дома режим дня, который будет приближен к детскому саду, в том числе в выходные дни. Разговаривать с ребенком о детском саде в позитивном ключе. Разговаривать с ребенком о том, как прошел день, и выделять положительные моменты. Быть готовым спокойно пережить отрицательные эмоции ребенка по поводу детского сада и не разделять их. Не затягивать утренние прощания. Обеспечивать ребенку необходимый период сна и возможность легко проснуться в детский сад	Видеозапись рекомендаций психолога и обсуждение в родительском чате, буклеты
Как родителям научиться понимать своего ребенка	Выделять время для общения с ребенком «без гаджетов». Обращать внимание не только на вербальную, но и на невербальную речь. Запоминать, как ребенок реагирует на приятные и неприятные для него ситуации и использовать эти знания, чтобы интерпретировать его поступки. Отвечать на вопросы ребенка, мотивировать его спрашивать больше. в случаях, когда сложно ответить сразу – честно признаться в этом ребенку и взять время, чтобы подготовиться и интересно ответить на вопрос. Никогда не оценивать личность ребенка, только его поступки. Помнить, что родительская критика без	Тренинг в паре «ребенок-родитель»

Как научить ребенка общаться	Изучить способы сформировать у детей желание общаться с другими людьми. Помочь преодолеть боязнь инициировать общение. Научить детей организовывать общение и решать конфликты. Обобщить для ребенка правила общения с разными людьми – близкими и незнакомыми	Коммуникативный тренинг
Как родителям бороться со стрессом	Обращать внимание на позитивные сигналы в поведении ребенка. Концентрироваться на хороших новостях. Избегать продумывать способы решения трудностей, которые еще не наступили. Оставлять резерв времени на запланированные дела (+50%). Не делать трагедии из каждой проблемы. Периодически создавать приятные моменты для себя. Организовать занятия физической активностью и хобби	Очные индивидуальные консультации, памятки
Октябрь		
Как организовать семейный досуг, в том числе в периоды длительного нахождения дома	Соблюдать режим дня. Создавать программу мероприятий на неделю, равномерно распределять яркие и «обычные» мероприятия. Чередовать физическую активность с пассивными видами деятельности. Обязательно – читать вместе с детьми. Изучать что-то новое каждую неделю – песню, событие, животное. Разучивать новые игры	Групповая консультация
Как воспитывать ребенка без наказаний	Изучить способы корректировать поведение ребенка без наказания. Проговаривать эмоции. Определять нереализованные потребности. Научиться останавливать себя, когда провоцируете ребенка. Искать альтернативу и компромисс. Расширять зону ответственности ребенка. Обсуждать с ребенком правила поведения.	Решение педагогических ситуаций

	Не «гасить» агрессию ребенка. Учить его договариваться	
Как корректировать поведение агрессивного ребенка	Изучить общий портрет агрессивного ребенка и виды агрессии в его поведении. Выяснить причины агрессивного проявления у ребенка. Общаться с ребенком «на равных». Повышать самооценку ребенка. Исключить агрессивные источники в окружении ребенка. Не запрещать выражать эмоции. Реже использовать запреты и наказания	Просмотр и обсуждение видеосюжета, памятки
Ноябрь		
Как программировать детей на успех	Следить за речью, использовать вербальные установки на успех. Внутренне поверить в успешность вашего ребенка, говорить ему об этом. Постепенно расширять круг ответственности и самостоятельности ребенка с учетом его возраста. Доверять мнению ребенка, учитывать его желания. Следить за тем, чтобы ваша критика была конструктивной. Внушить ребенку, что безвыходных ситуаций не бывает. Помните, что неудачи не фатальны, и иногда случаются с каждым	Практикум вербальных установок, памятки
Что делать, когда ребенок не хочет посещать детский сад	Выяснить причину нежелания ребенка ходить в детский сад – он не готов, не умеет что-то делать, боится чего-то, «дом не отпускает». попробовать устранить ее. Не допускать ситуаций, когда ребенок с помощью истерики убеждает вас отвести его домой или не приводить в детский сад. Поручить отвести ребенка в детский сад человеку, который не так сильно эмоционально значим для него, как мама и папа – например, бабушке. Не допускать перерывов в посещении детского сада. Играть «в детский сад» дома. Исключить стрессы.	Беседа

	Формировать у ребенка позитивное отношение к детскому саду, другим детям, воспитателю	
Как сделать так, чтобы ребенок использовал компьютер и гаджеты без вреда для себя	Подготовить устройство к ребенку: установить фильтр, тщательно подбирать программы, контролировать контент. Подготовить ребенка к компьютеру: дозировать время, контролировать позу, устраивать физкультминутки. Выделять время для общения, занятий, игр без гаджетов. Не оставлять маленького ребенка одного с компьютером	Рекомендации для родителей: устно и в видео-формате, печатный буклет
Как организовать режим дня в период длительного нахождения дома	Определить, почему правильный режим дня – это основа стабильности физического и эмоционального здоровья детей. Выбрать варианты режима дня для детей разных возрастов в домашних условиях. Изучить способы организовать игру с детьми разного возраста. Изучить способы разнообразить прогулки. Продумать питание в период длительного нахождения дома	Дискуссия с участием группы родителей, обмен опытом, рекомендации специалиста
Декабрь		
Как создать систему поощрений ребенка в его воспитании	Понять значение поощрений для развития самооценки ребенка. Определить виды поощрений: материальные, социальные, деятельностные. Принять правила поощрений: поощрение должно быть заслуженным, оно не должно быть платой за хорошее поведение ребенка, должно быть достижимым	Практическое задание родителям: составить перечень приемлемых и неприемлемых поощрений, их последующий анализ и коррекция
Как разграничить детскую ложь с проявлениями фантазии и что делать, когда ребенок часто врет	Выяснить причины детской лжи. Использовать способы отличить фантазию от намеренной лжи. Осознать отрицательные мотивы лжи: ради награды, из-за страха наказания, низкой самооценки. Выбрать способ корректировать поведение ребенка	Рекомендации родителям
Как помочь ребенку преодолеть страх	Определить причины страхов у детей: запугивание, приобретенный опыт,	Тренинг с родителями и детьми с целью снятия

	гиперопека, виртуальная реальность, беспокойство родителей. Исключить патологические состояния. Использовать методы работы со страхами детей: рисование, игры, общение, сказки о страхе, рефлексотерапия	страхов, техника «интерпретация страхов»
Январь		
Как научиться отдыхать вместе с детьми, а не «от детей»	Определить, в каких ситуациях действительно нужен отдых без детей. Найти компромисс между двумя утверждениями: «время без ребенка – чувство вины», «время с ребенком – нет ощущения отдыха». Определить свои приоритеты. Использовать методы, которые помогают быстро восстановить силы. Планировать день, чтобы не переутомляться	Круглый стол, обмен мнениями, рекомендации педагога-психолога, техника «фокусирование на проблеме»
Что делать, когда у ребенка плохая память	Использовать «простую диагностику» памяти. Использовать упражнения и игры, разучивать специальные считалки, которые развивают память	Практикум для родителей по разучиванию игр и упражнения для детей
Как развивать познавательный интерес детей	Определить возраст, когда в ребенке «просыпается почемучка». Стимулировать познавательный интерес – всегда отвечать на вопросы ребенка. Выбрать интересную для ребенка форму, чтобы знакомить его с окружающим миром. Учить ребенка «добывать» знания самостоятельно	Рекомендации для родителей: устно и в видео-формате, печатный буклет
Февраль		
Как воспитать усидчивость у ребенка	Формировать усидчивость через игру: «много игрушек – неусидчивый ребенок». Учить ребенка сосредотачиваться на задании. Поощрять ребенка, когда он выполняет задачу, словесно выражать, что вы цените его усилия. Заниматься с ребенком рисованием, лепкой, аппликацией, конструированием. Формировать у ребенка уверенность в себе.	Онлайн-конференция

	Определить круг обязанностей ребенка и добиваться, чтобы он их исполнял	
Как формировать у детей трудолюбие	Определить для себя, почему важно формировать любовь к труду, а не только материальным благам. Давать ребенку трудовые поручения. Использовать теоретические знания, чтобы правильно выйти из кризиса «Я – сам». «Не лениться» давать ребенку возможность самостоятельно использовать труд. Использовать перечень трудовых операций, посильных детям разных возрастов	Методические рекомендации родителям
Как договориться с ребенком, когда он много капризничает или проявляет упрямство	Найти причины капризов: погрешности воспитания, смена обстановки, стресс, нарушения в состоянии здоровья. Выявлять случаи, когда ребенок использует капризы в качестве манипуляции. Использовать алгоритм, как себя вести, когда ребенок капризничает	Тренинг-практикум для родителей
Как компенсировать социализацию в период длительного нахождения дома	Изучить информацию, чем компенсировать отсутствие привычного круга общения малыша. Использовать видео-общение по инструкции. Вместе с ребенком писать письма друзьям. Выстроить внутрисемейное общение и совместно делать домашние дела	Рекомендации для родителей: устно и в видео-формате, печатный буклет
Март		
Как научить ребенка вежливости	Начать учить ребенка вежливости с «волшебных слов» и их значения. Учить его проявлять вежливость в ссоре с другими людьми, а также умению уступать. Определить этикет взаимоотношений со старшими и ровесниками	Просмотр видеороликов, разыгрывание ситуаций
Как предупредить склонность к воровству и что делать, если ребенок взял чужое	Определить причины, которые приводят к воровству у детей. Избегать неправильных тактик поведения, когда воровство ребенка разоблачено: не унижать прилюдно, не оскорблять.	Индивидуальное консультирование, моделирование ситуаций и их анализ

	Выбирать результативные тактики: использовать убеждение, читать художественную литературу на тему честности, искреннее выражать огорчение поступком ребенка	
Как формировать у ребенка бережливое отношение к вещам	Следовать правилам, которые позволяют формировать бережное отношение к личным вещам и общественным ценностям. Подавать родительский пример бережного отношения. Вырабатываеть привычку бережного отношения в играх: «Каждой вещи свой место», «Айболит для книг и игрушек»	Рекомендации для родителей: устно и в видео-формате, печатный буклет
Как быстро и безболезненно восстановить эмоциональное равновесие ребенка, когда он возвращается в детский сад после перерыва	Соблюдать режим дня в семье, как в детском саду. Играть в детский сад дома, беседовать о нем. Организовать онлайн встречи с детьми из группы, с воспитателями. Вместе с ребенком мечтать о том, каким будет возвращение в детский сад. В первые дни после возвращения в детский сад просить ребенка рассказывать о своем дне и придумывать ему задание на следующий день	Онлайн-конференция
Как провести профилактику неврозов у детей	Разграничить неврозы и акцентуации характера. Определить причины нервозности: физиология, стресс, питание, окружение, болезнь. Использовать техники, чтобы предупредить невроз. Выяснить, какие специалисты помогут при неврозе. С помощью специалиста выяснить, нужно ли лечение	Индивидуальная или групповая консультация, психолого-педагогическое назначение
Апрель		
Как помочь ребенку справиться с застенчивостью	Определить причины и признаки детской застенчивости. Определить, к каким проблемам может привести детская застенчивость. Изучить правила, как справиться с застенчивостью	Индивидуальная консультация

Как выбирать кружки и секции для ребенка	Самостоятельно или при помощи специалиста продиагностировать способности ребенка. Определить оптимальное количество дополнительных занятий, чтобы избежать «перегруза». Выработать тактику поведения в случае, если ребенок хочет «сразу все». Выработать тактику поведения в случае, если ребенку ничего не нравится, решить, стоит ли отказаться от дополнительного образования	Рекомендации педагога-психолога, памятка для родителей
Каковы десять заповедей хорошего настроения ребенка	Соблюдать режим дня. Регламентировать нагрузки. Обеспечить доступ к свежему воздуху. Обеспечить двигательный режим. Гулять и выполнять физические упражнения. Проводить водные процедуры. «Научиться» отдыхать. Создать доброжелательную атмосферу. Обеспечить правильное питание. Обеспечить ребенку творческую реализацию	Рекомендации педагога-психолога, буклет, видео-памятка
Как помочь ребенку пережить стресс при подготовке к утреннику	Изучить теоретическую информацию о способах, как проявляется стресс у детей. Смоделировать ситуацию «без зрителей». Выполнять упражнения на регулирование дыхания. Выполнять упражнения на снятие негативных эмоций	Практикум для родителей и детей по борьбе со стрессом, психолого-педагогическое назначение
Май		
Как сформировать уверенность в себе у ребенка	Определить значение уверенности в себе для успешной социализации ребенка. Определить приемы и тактики родительского поведения, которые помогают сформировать уверенность в себе у ребенка: транслировать принятие и доверие в любой ситуации, делегировать ответственность, отмечать успехи и достижения детей, учить ребенка выражать свои чувства, демонстрировать пример уверенности в себе	Практикум для родителей вместе с детьми

Как обеспечить психологическую готовность ребенка к школе	Создать понимание, что такое «психологическая готовность к школе». Определить готовность ребенка к школе. Сформировать мотивационную готовность к обучению. Определить уровень развития произвольного поведения	Устная консультация, видеоконсультация, печатный буклет
Что делать, если ребенок вами манипулирует	Определить, что такое манипуляция и зачем дети ее применяют: «не умеют сотрудничать на равных». Изучить виды манипуляций, которые используют дети: истерика, мнимая болезнь, напускная воинственность, лесть, притворная беспомощность. Определить тактики поведения родителей в каждом случае	Индивидуальная или подгрупповая консультация