

Консультации для родителей

Азбука общения с ребенком

«Как слушать ребенка»

Активно слушать ребенка- значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив (озвучить) его чувство.

- Если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом. Очень важно, чтобы ваши и его глаза находились на одном уровне.

- Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

- Очень важно в беседе держать паузу (пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом).

Рекомендации:

В повседневном общении замечайте моменты различных переживаний ребенка: когда он расстроен, боится, не хочет, устал, увлечен, нетерпелив, рассержен, обижен, называйте их в вашем обращении к нему. Не забывайте о повествовательной (не вопросительной) форме ваших реплик и о паузе ваших ответов.

«Что нам мешает слушать ребенка»

Неудачные высказывания (наши автоматические реакции):

- Приказы и команды.
- Предупреждения, предостережения и угрозы.
- Мораль, нравоучения и проповеди.
- Советы и готовые решения.
- Доказательства, логические выводы, нотации и лекции.
- Критика, выговоры и обвинения.
- Похвала.
- Обзывания и высмеивания.
- Догадки и интерпретации.
- Выспрашивания, расследование.
- Сочувствие на словах, уговоры и увещевания.
- Отшучивание и уход от разговора.

Часто родители спрашивают: «Что делать, если ребенок настойчиво требует невозможного, при этом плачет, или очень расстроен?»

Ответ: «Попробуйте его активно послушать. Ваши первые фразы, в которых он увидит участие, могут несколько смягчить обстановку. Вслед за этим попробуйте помечтать вместе с ним о невозможном.

Когда дети и родители мечтают вместе, ребенок знает, что взрослый слышит и разделяет его чувства.

«Чувства родителей. Как с ними быть?»

Что же делать, когда родителей переполняют эмоции?

Правило №1: если ребенок вызывает у вас своим поведением отрицательные переживания, сообщите ему об этом это – «Я- сообщение» (мне не приятно, я волнуюсь, я огорчен). Как же сказать о своих чувствах ребенку, чтобы это не было разрушительно ни для него, не для вас?

Правило №2: когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о ребенке и его поведении.

Правило №3: не требуйте от ребенка невозможного или трудновыполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке, чтобы предупредить нежелательное поведение ребенка

Правило №4: чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соизмеряйте собственные ожидания с возможностями ребенка

«Если ему трудно»

Урок третий

Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно ему помогите. Очень хорошо начать со слов «Давай вместе». Они открывают ребенку дверь в область новых умений, знаний и увлечений:

- возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому;

- по мере освоения ребенком новых ему действий постепенно передавайте их ему.

Завтра ребенок будет делать сам то, что сегодня он делал с вами. Опасности, которые вас подстерегают:

- слишком рано переложить свою часть действий на ребенка (приведет к потере желания заниматься этим делом);

- слишком долгое и настойчивое участие родителя (никакого развития самостоятельности и потеря желания).

Рекомендации:

1. Выберите для начала какое-нибудь дело, которое не очень хорошо получается у вашего ребенка. Предложите ему «Давай вместе!» Посмотрите на реакцию; если он проявит готовность, займитесь с ним вместе. Внимательно следите за моментами, когда вы можете ослабить ваше участие, но не делайте это слишком рано и резко. Отметьте успехи ребенка, поздравьте его, а заодно и себя!

2. Выберите пару новых дел, которые вы хотели бы, чтобы ребенок научился делать сам. Повторите предыдущую процедуру. Снова поздравьте с успехами его и себя.

3. Обязательно в течение дня поиграйте, поболтайте, поговорите по душам с ребенком. Чтобы время, проводимое с вами, было для него положительно окрашено.

Урок четвертый

«А если не хочет?»

В чем причина непослушания? Возможно в отрицательных переживаниях ребенка. Чаще они возникают из-за проблем во взаимоотношениях между вами и ребенком. Прислушайтесь к тому, как вы общаетесь с ним. Главное условие общения - дружелюбный тон. Ведь вместе-значит на равных.

Ребенок легче и быстрее учится организовывать себя и свои дела, если на определенном этапе ему помочь некоторыми внешними средствами соответственно возрасту (картинки для напоминания, схемы, инструкции). Опасность: (причины конфликтов при попытке сотрудничать с ребенком) – стать излишне заботливыми родителями, которые хотят для своих детей больше, чем сами дети.

Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному интересу и желанию. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка и передавайте их ему (соответственно возрасту ребенка). Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, и становиться «сознательным».

Рекомендации:

1. Выберите одно из тех дел, на почве которых у вас с ребенком есть столкновения, которые, по вашему мнению, он может и должен выполнять сам.

2. Придумайте какое-нибудь внешнее средство, которое могло бы заменить ваше участие в том, или ином деле ребенка (схема, рисунок, картинка). Обсудите и обыграйте с ребенком это вспомогательное средство. Убедитесь в том, что ему удобно им пользоваться.

3. Возьмите лист бумаги, разделите его вертикальной линией пополам. Над левой частью напишите «Сам», над правой «Вместе». Перечислите в левой части те дела, которые ваш ребенок делает сам, в правой- те, в которых вы обычно участвуете (желательно это сделать вместе с ребенком). Потом, посмотрите, что из колонки «Вместе» в ближайшем будущем можно переместить в колонку «Сам». Обязательно отмечайте его успехи

Продолжение следует!

Азбука общения с ребенком

Принимать ребенка - значит любить его, не за то, что он красивый, умный, способный и т.д., а просто так, просто за то, что он есть!

Что это означает:

- Ребенок должен чувствовать, что он вам нужен (об этом нужно чаще ему говорить);

- Ребенку нужен для гармоничного развития ваше принятие и эмоциональный отклик;

- Можно выражать свое недовольство отдельными поступками ребенка, но не самим ребенком;

- Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства;

- Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическими, иначе оно перерастет в неприятие его.

Рекомендации

1. Подсчитайте, сколько раз в течение двух-трех дней вы обратились к своему ребенку с радостным, эмоциональным высказыванием, а сколько с критикой, замечанием, упреком. Положительного должно быть больше.

2. Обнимайте своего ребенка не менее четырех раз в день (утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считается).

3. Выполняя предыдущие задания, обратите внимание на реакции ребенка, и свои чувства тоже. Они изменились?

Урок второй

Что, если ребенок не слушается, или делает «не то»? Указывать на ошибки с особой осторожностью:

- Не замечать каждую ошибку;

- Ошибку лучше обсудить потом, в спокойной обстановке, а не в тот момент, когда ребенок увлечен делом;

- Замечания нужно делать на фоне общего одобрения;

- Не вмешиваться в дело, которым занят ребенок (если это не опасное занятие), если он не просит о помощи. Своим невмешательством вы будете развивать уверенность в своих силах и самостоятельность.

Рекомендации

1. Представьте себе круг дел, с которыми ваш ребенок в принципе может справиться самостоятельно, хотя и не всегда совершенно.

2. Для начала выберите из этого круга несколько дел и постарайтесь ни разу не вмешаться в их выполнение. В конце одобрите старания ребенка, несмотря на результат.

3. Запомните две-три ошибки ребенка, которые показались вам особенно досадными. Найдите спокойное время и подходящий тон, чтобы поговорить о них.

Продолжение следует!

Дошкольник и компьютер

Современные дети очень много общаются с телевидением, видео и компьютером. На экране дисплея оживают любые фантазии ребенка, герои

книг и сказок. Но также оживают и предметы окружающего мира, цифры и буквы. Попадая в компьютерную игру, они создают особый мир, похожий на реальный, но и отличающийся от него.

Компьютерные игры составлены так, чтобы ребенок мог представить себе не единичное понятие или конкретную ситуацию, но и получил обобщенное представление обо всех похожих ситуациях или предметах. Таким образом, у детей развиваются такие важнейшие операции мышления как обобщение и классификация.

Одна из важнейших функций компьютерных игр – обучающая.

В этих играх ребенок начинает очень рано понимать, что предметы на экране - это не реальные вещи, но только знаки этих реальных вещей. В различных играх эти знаки или символы реальных предметов усложняются, становятся все более и более, обобщенными и все меньше походят на окружающие реальные предметы. На компьютере ребенок занимается с удовольствием, и никогда не будет возражать против предложения позаниматься на компьютере. Это связано с тем, что компьютер сам по себе привлекателен для детей как любая новая игрушка.

Итак, компьютер развивает множество интеллектуальных навыков. Но есть одно "но".

- Нельзя забывать о золотой середине, о норме. Всякое лекарство может стать ядом, если принято в не разумных дозах.

-Нужно понять, что компьютер - это не волшебная палочка, которая за один час игры сделает ребенка сразу умным и развитым. Как и любые занятия, компьютерные игры требуют времени, правильного применения, терпения и заботы со стороны взрослых.

Существуют определенные ограничения по времени.

Так детям 3-4 лет не рекомендуется сидеть перед экраном больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет можно увеличить время ежедневной игры до получаса. Чрезмерное общение с компьютером может не только привести к ухудшению зрения ребенка, но и отрицательно сказаться на его психическом здоровье.

При всем преимуществе компьютерных игр они все же воздают иллюзию общения и не приводят к формированию навыков настоящего общения. Особенно это опасно для застенчивых детей. Реальное общение доставляет им психоэмоциональное напряжение, ставит их в состояние стресса, и тогда на смену ему приходит псевдообщение. Компьютер дает возможность перенестись в другой мир, который можно увидеть, с которым можно поиграть.

В тоже время ребенок все больше отвергает реальный мир, где ему грозят негативные оценки и необходимость что-то менять в себе. Такой уход в искусственную реальность может сформировать у ребенка подобие психологической зависимости от компьютера.

Как определить момент наступления утомления у детей при работе на компьютере?

Уровень эмоциональной восприимчивости зависит от индивидуальных различий по состоянию здоровья, особенностей их нервной системы и других психофизиологических показателей. В связи с этим у разных детей и сроки наступления утомления могут быть различными: у одного - через полчаса, у другого - через 10 минут, а третий может вообще отказаться от работы в самом начале занятия на компьютере. Кроме того, следует также учитывать самочувствие ребенка в данный момент. Особое внимание необходимо обращать и на особенности личности ребенка: медленного или быстрого он темперамента, впечатлительный или заторможенный, самоуверенный или встревоженный, неуверенный в себе.

Детей от 6-ти до 9-ти лет уже можно обучать работать с информацией. Для начала это лучше делать в игровой форме. Научите ребенка самостоятельно открывать папки и файлы. Объясните ребенку, что с помощью компьютера можно не только играть, но и узнавать много интересных вещей. Сейчас существует огромное количество детских сайтов, где ребенок может играть в развивающие игры и параллельно познавать всемирную паутину. Постепенно научите пользоваться поисковыми системами. В таком возрасте не стоит оставлять его самого за компьютером, так как он еще не понимает многих вещей.

□ Не стоит забывать о контроле. Если Вы к такому возрасту научили ребенка контролировать свое время проведения за «чудо машиной» - это замечательно. Можно использовать специальные программы, которые будут напоминать ребенку о времени и при необходимости выключать компьютер.

□ Не стоит опасаться пагубного влияния компьютера, при правильном подходе, он будет приносить только пользу. Навыки владения «чудо машиной» обязательно пригодятся ребенку в будущем. А станет он верным другом или врагом, зависит только от нас.

О воспитании правдивости в детях

Именно родителями закладываются основы характера ребенка, формируются особенности его взаимоотношения с окружающими людьми. Поговорим о честности!

- Честность, правдивость важно формировать с самых ранних лет. Вся обстановка детского сада и семьи, характер взаимоотношений взрослых с детьми должны способствовать воспитанию у них честности и правдивости. Быть честным и правдивым - это значит открыто заявлять о своем мнении, желании, поступать в соответствии с ним, признаваться в совершенном поступке, не боясь наказания, хотя и испытывая чувство неловкости и вины. Малыши по своей природе открыты и простодушны, они не склонны хитрить и обманывать. Вот почему чем раньше ребенок овладеет понятиями нравственности, тем вероятнее, что он сохранит в себе прямодушие и искренность.

Каковы причины детской лжи?

- Проявление лжи - это чаще всего вынужденный поступок в ответ на неправильные действия взрослых:

- боязнь наказания за поступок,
- стремление переложить свою вину на другого ребенка,
- желание получить незаслуженную награду.

Например, отец пообещал купить сыну игрушку при условии, если он будет следить за своим костюмом. Ребенок, увлеченный игрой с песком, испачкал костюм. Желание получить игрушку было настолько велико, что побудило его к обману: в ответ на упрек отца он уверяет, что его толкнули.

Лживость следует отличать от тех случаев, когда ребенок фантазирует. Фантазируя, малыш выражает подчас те желания, которые ему недоступны в жизни. Вот почему он часто выдает желанное за действительное, не имея ни малейшего намерения обмануть: с легкостью придумывает истории, в которых он главное действующее лицо; рассказывает о приключениях, где он выглядит храбрым и умным, находчивым и ловким.

Задача взрослого в этой ситуации, не обижая ребенка, щадя его самолюбие, не разрушая его мечты, дать понять: всем ясно, когда он правильно передает события, а когда искажает их, т.е. деликатно показать - выдумке не верят.

Дети часто действуют под влиянием чувств: увидел - понравилось - захотелось - взял; что расстаться с понравившейся вещью - выше их возможностей - не могут побороть желание усилием воли; что они не знают многих общественных понятий. Ребенку трудно понять, почему найденную вещь возвращают хозяину. "То, что я нашел, - это мое, решают дети. В этом свою роль играет пословица, которую слышат дети "Что упало, то пропало" и считают, что тот, кто нашел и не считается следующим хозяином. Как вы думаете, какими мотивами действует ребенок?

1. Взял вещь потому, что она очень понравилась и хочет поиграть с ней или показать близким.

2. В группе мало игрушек, дети, любимые игрушки прячут.

Среди старших дошкольников бывают случаи сознательного присвоения вещей или нарушения правил в играх, в отношениях друг с другом. И все с целью личной выгоды, лидерства. Если ребенок допустил нечестный поступок впервые, воспитатель тактично разъясняет: "Ты хороший, а поступил плохо. Только знание истинной причины, побудившей ребенка утаить правду или взять чужое, поможет воспитателю определить свое действие в каждом конкретном случае. Безусловно: ребенок в силу психологических особенностей может ошибаться, но всегда способен устоять против соблазна, иногда даже пытается делать "пробы" в нечестных поступках.

Как вы думаете, что способствует формированию у детей честности и правдивости? Какая обстановка должна преобладать в детском саду и дома? Организуя жизнь ребят в детском саду, руководя различной их деятельностью, воспитатель влияет на их поведение и взаимоотношения, нравственное

развитие в целом, ибо правдивость, честность не формируются изолированно от моральных основ личности. Именно вместе с расширяющимся кругом нравственных представлений дети более глубоко осмысливают, что значит быть правдивым, честным в действиях. Этому способствует правила, которые ориентируют их, как поступать по законам совести. Итак:

- игрушки и вещи детского сада принадлежат всем детям;
- в распределении ролей в играх, в установлении очередности будь честен и справедлив;
- соблюдай правила игры;
- любое поручение выполняй добросовестно;
- дал слово - держи его;
- умей открыто признаться в своей вине, не перекладывай вину на другого;
- не бери без спросу чужого;
- сломал игрушку, открыто признайся воспитателю.

И в этом плане неоценимый помощник - художественная литература. На примерах художественной литературы и жизненных ситуаций, а также опираясь на стремление самого дошкольника быть хорошим, воспитатель подводит детей к очень важным понятиям: хороший человек честен, правдив, справедлив; он честен и добросовестен в труде; справедлив и правдив в отношениях с людьми на работе и у себя дома. Хорошие дети поступают так же. Эти правила станут жизненным правилом, регулирующим поступки детей, если воспитатель опирается на их чувственный опыт: любое правило, эмоционально пережитое, осмысливается более глубоко. В этой связи особое значение приобретают беседы на этические темы. Взрослый может ставить детей перед решением этических задач, опираясь на конкретные, доступные для них ситуации. Решающую роль в воспитании честности, правдивости играет положительный опыт, главным образом приобретаемый детьми в повседневной жизни - в играх, на занятиях, в выполнении трудовых обязанностей. Задача родителей - воспитывать у детей брезгливость ко лжи, как чему - то запрещенному, некрасивому, унижающему достоинству человека.

Дидактические игры в ходе ознакомления детей с ПДД

Каждый из нас желает видеть своего ребенка здоровым и невредимым. И каждый уверен, что его малыш под колесами автомобиля уж точно не окажется. Но если ребенок вовремя не пришел домой, родители начинают волноваться: «все ли благополучно?». Вот уже несколько десятков лет несчастные случаи, как угроза здоровью и жизни ребенка, опережают болезни. В семье не жалеют времени на то, чтобы поиграть с ребенком, научить читать

или рисовать, определить его в спортивные секции, но редко находят пять минут в день, чтобы научить ребенка избегать несчастного случая, особенно на улице.

Главным в воспитании законопослушного гражданина (в том числе и как участника дорожного движения) для родителей должен быть принцип «Делай, как я». Чтобы ребенок не нарушал Правила дорожного движения, он должен не просто их знать - у него должен сформироваться навык безопасного поведения на дороге. Даже если вы опаздываете, все равно переходите дорогу там, где это разрешено Правилами; в собственном автомобиле соблюдайте скоростной режим; пристегивайтесь ремнями безопасности и не позволяйте находиться детям до 12 лет на переднем сиденье. Наглядный пример родителей будет куда эффективнее, чем сотни раз повторенные слова «не ходи на красный свет». Своевременно обучайте детей умению ориентироваться в дорожной ситуации, воспитывайте потребность быть дисциплинированными на улице, осторожными и внимательными! Знайте, если Вы нарушаете Правила дорожного движения, ваш ребенок будет поступать так же!

Помните, что вы становитесь участником дорожного движения не с проезжей части улиц, а с тротуара. Поэтому отправляясь в детский сад с малышом, объясните ему, что нужно быть внимательным с первых же шагов, выходя из подъезда дома. Пройдите с ним весь путь и старайтесь показывать наиболее опасные участки на дороге. Укажите на опасности, которые возникают при посадке в общественный транспорт и, особенно, при высадке из автобуса или другого транспорта. Научите своих детей правилам безопасного перехода проезжей части дороги. Вместе обсуждайте наиболее безопасные пути движения, ежедневно напоминайте ребенку: **ПРЕЖДЕ ЧЕМ ПЕРЕЙТИ ДОРОГУ - УБЕДИСЬ В БЕЗОПАСНОСТИ!** Объясните ребенку, что остановить автомобиль сразу - невозможно! Научите детей тому, что переходить дорогу из - за стоящего транспорта опасно для жизни! Учите предвидеть скрытую опасность!

Чтобы правильно выстроить процесс обучения мы Вам предлагаем в помощь несколько дидактических игр по ознакомлению детей с ПДД:

«ВЫЗОВ СЛУЖБЫ СПАСЕНИЯ»

Словесная игра

Цель: стимулировать развитие связной речи.

Игровые правила: составлять короткий рассказ по плану (образцу): правильно и чётко называть своё имя, фамилию, своё местоположение, кратко описывать проблему.

Игровые действия: составлять короткий рассказ по мере появления слайдов от имени одного из героев ситуации или стороннего наблюдателя.

«СПАСАТЕЛИ»

Дидактическая игра

Цель: развивать умение соотносить схематическое изображение с натуральным предметом; стимулировать развитие зрительного восприятия.

Игровые правила: найти предмет по его схематическому изображению.

Игровые действия: рассмотреть схематическое изображение, отыскать в игровой зоне соответствующую игрушку.

«НАЙДИ ПРЕДМЕТ»

Дидактическая игра

Цель: развивать умение узнавать по изображению знакомые предметы; стимулировать развитие зрительного восприятия, памяти.

Игровые действия: рассматривать изображения знакомых предметов через «зашумлённый» файл, узнавать и называть предметы.

Игровые правила: назвать узнанный на картинке предмет, объяснить, как узнал.

Дидактическая игра «Научим Незнайку ПДД».

Дидактические задачи:

- Закрепить полученные ранее знания о правилах дорожного движения.
- Систематизировать знания по безопасному поведению на дорогах.
- Воспитывать дисциплинированность, уважение к ПДД.
- Развивать умение формулировать свои мысли, слушать друг друга.

Игровые правила: Четко объяснять правила дорожного движения, не повторяясь, и не перебивая друг друга.

Игровые действия: Объяснение Незнайке ПДД, решение проблемных ситуаций.

Ход игры: Взрослый рассказывает о Незнайке – мальчике, который не знает, как вести себя на улице, и постоянно попадает в различные неприятные ситуации.

Что же делать?» Дети предлагают помочь Незнайке выучить правила безопасности на дороге.

Взрослый от лица Незнайки: «Я вышел из дома сегодня и решил поиграть в футбол, но во дворе никого не было, и я пошел на улицу, кинул мяч, а он укатился на дорогу. Меня начали ругать прохожие, но я ведь ничего такого не сделал...»

Затем вместе с детьми разбирается дорожная ситуация. Дети объясняют Незнайке правила безопасности.

«Потом я хотел перейти улицу, но завизжали тормоза, машин и водители начали на меня кричать. Зачем они кричали, не знаю...» Дети объясняют, как нужно правильно переходить улицу.

«А когда я сел в автобус, меня, вообще, наказали и посадили рядом с кондуктором. За что, я не знаю. Я ведь ничего не делал, только встал на сиденье и высунул голову в окно, чтобы посмотреть на машины». Дети объясняют Незнайке правила поведения в общественном транспорте. Взрослый приводит ещё несколько ситуаций, которые дети помогают решить. В конце игры Незнайка благодарит ребят за помощь и обещает не нарушать больше ПДД. Взрослые и дети провожают Незнайку со словами: «Если у тебя возникнут проблемы, то заходи, мы тебе поможем».

Подведение итогов игры.

Осенняя профилактика простуды у ребенка

Осень – красивая пора, это любимое время года многих писателей и поэтов. Осень приносит нам обилие фруктов и овощей, разнообразие цветов и красок, а также неустойчивую погоду: погожие солнечные дни резко сменяются облачными, туманными, дождливыми. Именно в это время года сильно увеличивается риск простудных и вирусных заболеваний. Именно в это время очень актуальна профилактика простуды у детей.

Что же делать, чтобы меньше болеть?

Каждый день, не смотря на погоду, гуляйте на свежем воздухе. Конечно, не учитывая тех дней, когда льет, как из ведра. Не смотрите на то, что холодно, ведь в ближайшее время лета не будет – будет все больше и больше холодать. Свежий воздух хорошо повышает аппетит ребенка, полезен для физического его развития. Кроме того, погожие солнечные осенние дни – это отличное средство для профилактики рахита. Одевайтесь по погоде, не кутайте ребенка, но девайте его таким образом, что если будет жарко, то верхнюю одежду можно будет снять и наоборот. Перегрев, а потом резкое охлаждение, способствуют различного рода заболеваниям.

Профилактика простуды

Используйте возможность введения в рацион питания натуральных осенних витаминов. Кушайте больше фруктов, ягод и овощей. Вы знаете, насколько полезны дыни, арбузы, виноград, тыква, гранатовый сок и другие овощи, фрукты и ягоды? Заготовьте немного витаминов на зиму. Заморозьте свежие фрукты овощи и ягоды, чтобы зимой можно было добавлять их в блюда для детей.

Закаляйтесь! Осень – это хорошее время года для того, чтобы начать закаляться, если Вы этого не делали раньше. Но помните, что во всем нужно знать меру и закаляться нужно постепенно. Используйте возможность умывания прохладной водой, обливания ног, обтирания и обливания всего тела. По окончанию купания, детей рекомендуется обливать водой, немного ниже температуры, чем та, в которой они купались.

Не стоит паниковать при малейшей простуде, бежать в аптеку и скупать массу препаратов. Все дети болеют. А насморк и повышение температуры как раз свидетельствуют о том, что организм малыша борется самостоятельно. Поэтому сбивать температуру нужно только после отметки 38, 5 градусов, а лечить насморк, если он обильный и беспокоит ребенка. Любая болезнь стимулирует иммунную систему ребенка бороться. Если карапуз все-таки заболел, сначала нужно поставить правильный диагноз, только потом - лечить.

Старайтесь избегать слишком людных мест, где большое скопление людей. Чем меньше контактов с больными, тем больше шансов подольше оставаться здоровым. Чаще проветривайте помещение и делайте влажную уборку, особенно полезен свежий воздух во время ночного сна. Следите за тем, что пьет малыш. Давайте чай с лимоном, мятой, ромашкой.

Подводя небольшой итог, можно сказать, что профилактика простуды и вирусных заболеваний у детей – это свежий воздух, полноценное питание с

обилием фруктов и овощей. Осень - это прекрасное время года, это источник энергии и положительных эмоций. Осень дарит нам новые возможности для развития творчества. Засушите листья, насобирайте каштанов, желудей, шишек, орехов и сделайте красивые, оригинальные поделки. Особенно это касается дождливых дней и длительных осенних вечеров. Помните, что смех, улыбки и радость – это лучшая профилактика простуды и любых других болезней.

Значение и роль сюжетно-ролевой игры в жизни дошкольников

Личностные качества ребенка формируются в активной деятельности, и прежде всего в той, которая на каждом возрастном этапе является ведущей. Ведущей деятельностью дошкольного возраста является игра.

Игра – обеспечивает ему ощущение свободы, подвластности вещей, действий, отношений, позволяющая наиболее полно реализовать себя «здесь и теперь», достичь состояния эмоционального комфорта, стать причастным к детскому творчеству, построенному на свободном общении равных. Через игру ребенок входит в мир взрослых, овладевает духовными ценностями, усваивает предшествующий социальный опыт. Сюжетно-ролевая игра в ее типичной форме - это свободный вид совместной деятельности детей. Дети объединяются между собой по собственной инициативе, сами определяют сюжет игры, берут на себя соответствующие роли, распределяют игровой материал, намечают и развивают содержание игры, выполняя те или иные игровые действия. Сюжет и содержание игры они берут из окружающей жизни, отражают те ее моменты, которые привлекли внимание, вызвали интерес, произвели особое впечатление.

Благодаря старших дети знакомятся с какими - либо сторонами жизни взрослых. Игра детей не просто отражает количество сведений, получаемых ребенком, а моделирует ситуации. Игра в дошкольном возрасте пронизывает всю их жизнь, способствует физическому и духовному здоровью, является источником обширной информации, методом обучения и воспитания ребят. С помощью игры создаются условия для развития творческих способностей, всестороннего развития ребенка. Из всех видов детской игры наиболее значимой для развития дошкольника является сюжетно-ролевая как особая форма удовлетворения его потребности занять определённое место в окружающем мире, преобразующая эту потребность в конкретное содержание - осуществление общественно значимой и оцениваемой деятельности.

Сюжетно-ролевая игра - воспроизведение детьми действий взрослых и отношений между ними. Она в своем развитии проходит несколько стадий, последовательно сменяющих друг друга: ознакомительная игра,

отобразительная игра, сюжетно-отобразительная игра, сюжетно-ролевая игра, игра-драматизация.

Структурными компонентами сюжетно-ролевой игры является роль, сюжет, содержание, правила, игровые действия, ролевые и реальные отношения, игровые предметы и предметы-заменители. Центральным компонентом игры является роль - способ поведения людей в различных ситуациях, которые соответствуют принятым в обществе нормам.

Введение ребенка в эту действительность должно происходить так, чтобы в ее центре стал человек, его деятельность, а в результате этого ознакомления возникало положительное эмоциональное отношение к деятельности. Большое значение для развития игровой деятельности имеют предметы-атрибуты, которые помогают взять на себя роль, спланировать и развернуть сюжет, создать игровую ситуацию.

В старшем дошкольном возрасте внешние атрибуты все менее нужны, поскольку основой игры является представление о функции предметов.

В сюжетно-ролевой игре формируются все стороны личности ребенка, происходят значительные изменения в его психике, подготавливающие переход к новой более высокой стадии развития.

Благодаря игре личность ребенка совершенствуется:

- развивается мотивационно-потребностная сфера: возникает иерархия мотивов, где социальные мотивы приобретают более важное значение для ребенка, чем личные.

- преодолевается познавательный и эмоциональный эгоцентризм: ребенок, принимая роль какого-либо персонажа, героя, учитывает особенности его поведения, его позицию. Ребенку необходимо согласовывать свои действия с действиями персонажа – партнера по игре. Это помогает ориентироваться во взаимоотношениях между людьми, способствует развитию самосознанию и самооценки у дошкольника.

- пазвивается произвольность поведения: разыгрывая роль, ребенок стремится приблизить ее к эталону. Воспроизводя типичные ситуации взаимоотношений людей в социальном мире, дошкольник подчиняет свои собственные желания, импульсы и действует в соответствии с социальными образцами. Это помогает ребенку постигать и учитывать нормы и правила поведения.

- развиваются умственные действия: формируется план представлений развиваются способности и творческие возможности ребенка.

С точки зрения Д. Б. Эльконина, “игра социальна по своему содержанию, по своей природе, по своему происхождению, то есть возникает из условий жизни ребенка в обществе”. Дошкольник не может реально участвовать в производственной деятельности взрослых, что порождает у ребенка потребность воссоздать мир и это становится ему по силам в игровой деятельности.

«Как снять эмоциональное напряжение у ребенка после дня в детском саду»

Все болезни – от нервов.

Это утверждение знают практически все люди, но большинство из нас думают, что это не более чем шутка. Однако, на самом деле, ни одна болезнь не проходит без участия в ней нервной системы и ее подчиненных – эндокринной системы и обмена веществ.

Загруженность современных дошкольников порой поражает воображение. Они посещают детский сад, одна деятельность сменяет другую. Получая большое количество информации, дети устают как физически, так и эмоционально. При этом им везде нужно успеть. Нагрузки, которые испытывает детский организм, отрицательно влияют на его здоровье.

Что же могут сделать родители, чтобы помочь ребенку снять дневной стресс?

Всегда нужно учитывать индивидуальные особенности маленького человека: возраст, характер, темперамент. Сначала стоит внимательно понаблюдать за ребенком, поговорить с воспитателями, чтоб определить, какая помощь именно нужна вашему ребенку. Если малыш днем скован и робок, а вечером «наверстывает» упущенное, то нужно помочь ему расслабиться, выговориться, но не допускать перевозбуждения. Если же ребенок и в садике ураган, и дома никак не может остановиться, то надо плавно перевести его энергию в мирное русло.

Дети устают в детском саду по разным причинам, поэтому и приемы расслабления могут быть тоже различными:

- Наиболее распространенный источник напряжения – это публичность, присутствие большого количества чужих людей вокруг. Поэтому хорошо, если после дня в детском саду ребенок имеет возможность уединиться, побыть в отдельной комнате, за ширмой, в кукольном уголке и т. д. Не надо слишком назойливо расспрашивать его о том, что происходило в течение дня – если захочет, то он вспомнит и расскажет сам, когда отдохнет. А вот напротив посещение общественных мест, множество гостей в доме, конфликты в семье могут дать чрезмерную нагрузку на нервную систему, и малыш не успевает восстановиться.

- Ребенок может соскучиться и по родителям – поэтому не следует, приведя его домой, сразу же бросаться к выполнению домашних дел. Пусть он посидит на коленях у взрослого, пусть расслабится от прикосновений. Не пожалейте немного времени побыть с ним вдвоем.

- Постарайтесь, как можно раньше забирать ребенка из детского сада, но не слишком спешить домой – старайтесь, чтоб ваш малыш как можно больше времени проводил на свежем воздухе. Небольшая прогулка позволит

ребенку перейти в вечерний режим, перестроиться с детского сада на домашнюю обстановку.

- Понаблюдайте за ребенком – к чему он инстинктивно стремиться, возвращаясь домой. Это либо музыка, домашние животные, аквариум, игрушки, брат или сестра, книги всё это, является для него источником стихийной психотерапии.

- Одна из лучших антистрессовых приемов – игра. Она позволяет ребенку раскрепоститься и расслабиться. Постарайтесь соблюдать несколько нехитрых правил: во-первых, выбор – играть или не играть должен оставаться всегда за ребенком. Во-вторых, вечерняя игра не должна быть шумной, сопровождаться бегом и криками.

Почти всем детям хорошо помогают справиться с напряжением игры с водой. Наберите в ванну немного теплой воды, положите противоскользящий коврик, включите теплый высокий душ. Вся накипь дня – усталость, раздражение – уйдет, «стечет» с малыша. Игры в воде подчиняются общему правилу, они должны быть нешумными, спокойными. Вы можете пускать мыльные пузыри, играть с губками: смотреть, как они впитывают и отдают воду, устроить ребенку «дождик» из губки, превратить их в кораблики или в дельфинов; просто дать 2-3 баночки, и пусть переливает водичку туда-сюда. Вид и звук льющейся воды действует умиротворяющее, через 15-20 минут ребенок будет готов идти в кровать.

Попробуйте исключить телевизор и компьютер из вечерних развлечений малыша. Мерцание экрана только усилит раздражение и нагрузку на уставший мозг. Исключение может сделать для «Спокойной ночи малыши», это передача идет в одно и тоже время и может стать частью «ритуала» отхода ко сну.

Психологи советуют следующие упражнения на релаксацию:

Упражнения на релаксацию

«Игра с песочком». Ребенок должен сесть на стульчик, упершись в его спинку. Он должен представить себе, что находится на берегу речки с сыпучим и прохладным песком. Малыш, закрыв глаза, на глубоком вдохе должен словно набрать его в кулачок. Пальцы необходимо как можно крепче сжать. В таком положении ребенок должен посидеть некоторое время. При выдохе воображаемый песок необходимо медленно «высыпать» на колени. По окончании упражнения руки следует «уронить» вдоль туловища.

«Дудочка». Это упражнение позволит малышу расслабить мышцы лица. Ребенок должен представить себе, что держит в руках дудочку. Для «игры» на инструменте малышу необходимо предложить набрать как можно больше воздуха в легкие, а затем вытянуть губы трубочкой и произносить длинный звук «у-у-у».

«Солнечный зайчик». Выполнение этого упражнения также способствует расслаблению лицевых мышц. Малыш должен представить, что лучик солнца «гуляет» по его личику. Сначала яркий «зайчик» прыгает на его глазки – их нужно зажмурить. Потом лучик перебирается на щечку, лобик,

носик, рот и подбородок. Этому игривого «зайчика» малышу нужно ласково погладить.

«Сосулька». При выполнении данного упражнения достигается релаксация мышц всего тела. Взрослый предлагает малышам представить себя в роли сосульки, закрыв глаза и встав с поднятыми вверх руками. В такой позе следует находиться одну-две минуты. Затем детям предлагается представить, как медленно тает сосулька, согретая теплыми солнечными лучами. При этом следует расслабить кисти рук, а после этого мышцы шеи, плеч, туловища и ног. Одновременно могут быть применены тексты для релаксации. Для детей такая «игра» будет наиболее интересна. Так, во время выполнения данного упражнения воспитателю предлагается произносить следующие слова: «Под крышей нашего дома сосулька висит. Солнышко пригреет, она растает и упадет».

Каким бы замечательным ни был детский сад, какие профессионалы в нем не работали, никто не поможет вашему ребенку лучше, чем вы. Если малыш будет твердо знать, что в конце шумного дня его ждет «тихая пристань», день в детском саду не покажется ему вечностью и стресс отступит.

Детские конфликты в детском саду

Дети растут, учатся ходить и разговаривать, знакомиться и играть со сверстниками, вместе с тем начинаются и первые детские конфликты: неподделанные лопатки в песочнице, ссоры из-за правил игры в детском саду. На этом этапе очень важно, чтобы воспитатели и родители на своем примере показали, как правильно вести себя при конфронтации и разрешать споры без агрессии и применения физической силы.

Причины детских конфликтов

Конфликт — это неизбежная часть детства, поэтому невозможно предупредить и обезвредить все конфронтации, с которым столкнется ваш кроха. В ссорах со сверстниками ребята учатся находить компромиссы, отстаивать свое мнение. Все эти навыки пригодятся подросшим деткам в школе. Задача родителей и воспитателей в детском саду — научить их правильно разряжать ситуацию без нанесения физических увечий, и уверенно чувствовать себя в любом коллективе.

- К возрасту 4-5 лет дети лучше изъясняются и могут находить общий язык, но одновременно возникают и споры. Очень часто конфликты возникают из-за нежелания совместно играть, когда один игрок отказывается потакать другому.

- Ребята до 5-6 лет еще не осмысливают свои эмоции и желания, поэтому они так небрежно относятся к пожеланиям и предпочтениям окружающих. Дошколята не умеют ставить себя на место другого, именно поэтому ребенок

всегда до последнего будет отстаивать свое мнение. Все это приводит к возникновению споров и ссор, когда играющие не могут найти правильную модель поведения в ситуациях, которые требуют совместной деятельности. Научить ребятшек конструктивно вести себя в условиях конфронтации должны родители.

Как нельзя реагировать на детский конфликт?

- Невмешательство — одна из распространенных ошибок родителей. Если вы на своем примере научили ребенка, как вести себя в конфликтной ситуации, то можно и нужно позволять ему самостоятельно заканчивать спор. Если же он становится жертвой агрессора и не может без посторонней помощи найти выход из конфронтации, нужно вмешаться и спокойно прекратить конфликт с позиции взрослого.

- Избегание — также не лучший способ разрешения конфликтов детей. Во-первых, уход в другой детский сад или на соседнюю игровую площадку не разрешает конфликт, а лишь затягивает время до наступления нового кризиса. Во-вторых, кроха не получает необходимых знаний о том, как отстаивать свою позицию в споре, чувствует себя неуверенно и незащищено.

- Активная конфронтация особенно популярна среди импульсивных и вспыльчивых людей, которые ни за что не дадут свое чадо в обиду. Переход на крик, чтение нотаций, грубость и обвинения в адрес обидчика лишь напугают вашего дошкольника, а также закрепят в его сознании некорректную модель завершения спора.

- Необъективное отношение к собственному ребенку часто мешает родителям разобраться в причинах ссоры. Как бы сильно вы не любили своего кроху, помните, что и он может быть зачинщиком ссоры.

- Запрет на общение с обидчиком в большинстве случаев абсолютно не оправдан. Ребята спорят и воюют очень часто, но и мирятся в считанные секунды. Не нужно запрещать своему чаду играть с детками, с которыми он ссорится. Разлучите их на пару дней, а затем позвольте снова поиграть вместе. Такого срока вполне достаточно, чтобы детки забыли об обидах и восстановили дружеские отношения.

Как правильно разрешать конфликты детей?

Иногда предупредить детскую конфронтацию проще, чем разрешить ее. Если личные границы малыша нарушили, например, его кто-то толкнул или отобрал любимую игрушку, можно выступить в качестве третейского судьи. Попросить обидчика извиниться и вернуть отобранную вещь или найти взрослого, ответственного за драчуна. В случае ссоры важно разобраться в причинах конфликта. Воспитатель или родитель должен попросить обоих детей объяснить свои эмоции и желания, чтобы они смогли понять причины поведения друг друга. Нужно задать спорщикам несколько вопросов, которые заставят их задуматься:

- Из-за чего произошел спор?
- Вы пытались разрешить конфликт между собой?
- Как можно было избежать ссоры?

- Что должен был сделать каждый из вас, чтобы получить желаемое не обижая друга?

- Как вы будете вести себя в следующий раз в подобной ситуации?

Важно учить детей правильно знакомиться, мирно играть и сосуществовать со сверстниками на примере сказок, мультфильмов, сюжетных игр. Чем раньше вы научите ребенка отстаивать свою позицию в споре, не оскорбляя и не обижая партнера, тем увереннее будет себя чувствовать ваш малыш.

Значение семейного досуга, как средство укрепления здоровья детей

Забота о детях, их благополучии, счастье и здоровье всегда была и будет главной заботой семьи. Формирование характера, воспитание у него полезных навыков и умений - вот важнейшие задачи, стоящие перед родителями. Фундамент здоровья, физического и психического, закладывается именно в детстве. Достаточно ли прочным будет этот фундамент, зависит целиком от вас, родители, от того, как вы будете воспитывать детей, какие полезные привычки они приобретут. Сделать это не просто. Если вы с первых лет приучили ребёнка к правильному режиму, закалили его, то ваша задача облегчается. Но если вы уделяли физической культуре недостаточно внимания, что-то упустили, не огорчайтесь. К счастью всё можно исправить. Надо только проявить настойчивость.

Всем родителям хочется, чтобы их ребёнок рос здоровым, сильным крепким. Однако не все знают, как этого добиться. Родители внимательно следят, чтобы ребёнок не бегал слишком много и слишком быстро, не прыгал, не лазал, и, к сожалению, не очень задумываются о том, что их чрезмерная заботливость не делает ребёнка здоровее. Ведущей системой в организме ребёнка, является скелетно-мышечная, а все остальные развиваются в прямой зависимости от неё. Нагружая мышечную систему, вы не только воспитываете ребёнка сильным и ловким, но и развиваете его сердце, лёгкие, все внутренние органы. Бег, например, заставляет быстрее биться сердце. Естественно, с гораздо большим напряжением в это время работают лёгкие, почки, печень, так как усиливается обменные процессы. Таким образом, включение скелетно-мышечной системы в напряжённую работу ведёт к совершенствованию всех органов и систем, к созданию тех резервов мощности и прочности организма, которые и определяют меру здоровья.

Движение - это путь не только к здоровью, но и к развитию интеллекта. Движения, особенно пальцев рук, стимулируют развитие мозга, разных его отделов. И чем раньше они войдут в жизнь ребёнка, тем лучше он будет развит. Правильно организованное физическое воспитание способствует развитию у детей логического мышления, памяти, инициативы, воображения, самостоятельности. Дети становятся более внимательными и наблюдательными, более дисциплинированными. У них укрепляется воля и вырабатывается характер.

Ваш ребёнок растёт, становится всё более самостоятельным. Его организм крепнет, движения делаются более чёткими, уверенными, быстрыми. Игры усложняются. В процессе игры ребёнок приобретает жизненный опыт, развивает творческое воображение. Он жадно тянется ко всему новому и очень подвижен. Иногда может показаться, что чересчур, но не торопитесь останавливать его. Лучше постарайтесь направить эту подвижность в нужное русло, использовать её для формирования жизненно важных навыков.

Одним из важнейших средств воспитания являются гимнастические упражнения, различные формы ручного труда, подвижные игры. Ежедневные упражнения предупреждают нарушения осанки и деформацию скелета, хорошо укрепляют весь организм, оказывают благотворное влияние на нормальный рост и развитие ребёнка. Такое использование свободного времени полезно и взрослым, и детям. Занимаясь с ребёнком, взрослый помогает ему подтянуться, высоко подпрыгнуть, взобраться на стул или на гимнастическую стенку. Постепенно эти совместные занятия станут самыми счастливыми событиями дня, и ребёнок будет радоваться им, с нетерпением их ждать. Такие занятия должны стать ежедневными.

Необходимо иметь в виду и ещё одно немаловажное обстоятельство. Современная жизнь перенасыщена нервными перегрузками. Хотите вы или нет, но вам не остановить стремительный темп жизни. Физические упражнения - противовес, который поможет вашим детям противостоять стрессовым ситуациям. Чем более крепким здоровьем мы вооружим наших детей, тем лучше они приспособятся к современной жизни.

Чтобы сознательно заниматься с ребёнком физкультурой, то есть чтобы уметь выбрать наиболее подходящие для него упражнения, сильную нагрузку, правильно судить о его развитии, надо знать особенности детского организма в дошкольном периоде и те изменения, которые происходят в нём по мере того, как он взрослеет.

Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма в зимний период

Уважаемые родители! Дети быстро учатся тому, что мы нарушаем, и медленно тому, что соблюдаем. Сколько бы мы не учили наших сообразительных малышей, но стоит им однажды нарушить правила безопасности, переходя дорогу вместе с родителями, как они завтра начинают повторять эти же ошибки. Терпеливо ждут зеленого сигнала светофора лишь те ребята, родители которых на красный свет всегда стоят, даже тогда, когда нет автомобилей.

Я хочу напомнить вам о влиянии климатических условий на безопасность движения в зимний период!

□ Переход проезжей части в зимний период требует от пешеходов особого внимания и осторожности. Все предметы мы с вами видим только благодаря свету, который упал на них и отразился, в темное время суток на неосвещенной улице эта особенность глаза может сослужить плохую службу. Она подвергает нас опасности оказаться незаметными на проезжей части.

- Водителю, который едет со скоростью 60 км/ч по сухой дороге, до полной остановки необходима дистанция 40-50м. А пешеход в ближнем свете фар будет хорошо замечен только на расстоянии 25-35м. Следовательно, чтобы защитить себя нужно увеличить расстояние, с которого водитель сможет увидеть тебя.

- Человек, на одежде которого есть светоотражатели, замечен в ближнем свете фар на расстоянии 100м, что более чем достаточно, чтобы водитель успел заметить его и затормозить.

- Особенно осторожными в зимний период должны быть взрослые, которые везут на санках малышей. Зимой при переходе проезжей части возьмите за правило высаживать ребенка из санок и, взяв его за руку, так переходить улицу.

- При переходе проезжей части надо не только крепко держать ребенка за руку, но и дополнительно придерживать за верхнюю одежду.

- Гололед и теплая одежда замедляют движения, капюшоны и шапки ограничивают обзор, а валенки, которые носят дети, и вовсе делают быстрое передвижение целой проблемой.

- Большую опасность таят в себе сугробы снега. Из-за него можно не увидеть опасности - едущей машины. Не подходите близко к проезжей части, и уж тем более не выходите на нее. Приучитесь сами и научите ребенка сначала остановиться у пешеходного перехода и оценить ситуацию на проезжей части. И лишь убедившись в полной безопасности начинайте движение.

- В зимний период так же необходимо быть внимательными при выходе из общественного транспорта. "Мертвая зона" - это пространство на дороге, в котором пешеход становится незаметным водителю. Водитель со своего места не видит, что происходит в этом пространстве. Поэтому он может начать движение, не заметив пешеходов, которые находятся в "мертвой зоне".

- При обходе автобуса спереди или сзади вы оказываетесь в "мертвой зоне". Из-за автобуса водитель, который едет по встречной полосе, не видит вас, а заметив, может не успеть затормозить. Приучите ребенка, что нельзя обходить автобус ни спереди, ни сзади, необходимо дождаться пока он не уедет.

- При переходе проезжей части никогда не разговаривайте по телефону и не слушайте музыку в наушниках и приучите детей соблюдать эти правила.

- Перевозя детей в автомобиле всегда используйте специальные удерживающие устройства и детские кресла. Даже при самых незначительных авариях, когда взрослым, что говорится "ни царапинки", дети получают тяжелые травмы. На сегодняшний день в магазинах представлены детские

кресла множества брендов, которые различаются по ценам, и соответственно, качеству.

Чтобы сохранить жизнь своих детей и свои жизни я прошу вас соблюдать эти несложные правила дорожного движения и приучать своих детей к их соблюдению.

Осенняя профилактика простуды у ребенка

Осень – красивая пора, это любимое время года многих писателей и поэтов. Осень приносит нам обилие фруктов и овощей, разнообразие цветов и красок, а также неустойчивую погоду: погожие солнечные дни резко сменяются облачными, туманными, дождливыми. Именно в это время года сильно увеличивается риск простудных и вирусных заболеваний. Именно в это время очень актуальна профилактика простуды у деток.

Что же делать, чтобы меньше болеть?

Каждый день, не смотря на погоду, гуляйте на свежем воздухе. Конечно, не учитывая тех дней, когда льет, как из ведра. Не смотрите на то, что холодно, ведь в ближайшее время лета не будет – будет все больше и больше холодать. Свежий воздух хорошо повышает аппетит ребенка, полезен для физического его развития. Кроме того, погожие солнечные осенние дни – это отличное средство для профилактики рахита. Одевайтесь по погоде, не кутайте ребенка, но давайте его таким образом, что если будет жарко, то верхнюю одежду можно будет снять и наоборот. Перегрев, а потом резкое охлаждение, способствуют различного рода заболеваниям.

Профилактика простуды

Используйте возможность введения в рацион питания натуральных осенних витаминов. Кушайте больше фруктов, ягод и овощей. Вы знаете, насколько полезны дыни, арбузы, виноград, тыква, гранатовый сок и другие овощи, фрукты и ягоды? Заготовьте немного витаминов на зиму. Заморозьте свежие фрукты овощи и ягоды, чтобы зимой можно было добавлять их в блюда для детей.

Закаляйтесь! Осень – это хорошее время года для того, чтобы начать закаляться, если Вы этого не делали раньше. Но помните, что во всем нужно знать меру и закаляться нужно постепенно. Используйте возможность умывания прохладной водой, обливания ног, обтирания и обливания всего тела. По окончанию купания, детей рекомендуется обливать водой, немного ниже температуры, чем та, в которой они купались.

Не стоит паниковать при малейшей простуде, бежать в аптеку и скупать массу препаратов. Все дети болеют. А насморк и повышение температуры как раз свидетельствуют о том, что организм малыша борется самостоятельно. Поэтому сбивать температуру нужно только после отметки 38, 5 градусов, а лечить насморк, если он обильный и беспокоит ребенка. Любая болезнь стимулирует иммунную систему ребенка бороться. Если карапуз все-таки заболел, сначала нужно поставить правильный диагноз, только потом - лечить.

Старайтесь избегать слишком людных мест, где большое скопление людей. Чем меньше контактов с больными, тем больше шансов подольше оставаться здоровым. Чаще проветривайте помещение и делайте влажную уборку, особенно полезен свежий воздух во время ночного сна. Следите за тем, что пьет малыш. Давайте чай с лимоном, мятой, ромашкой.

Подводя небольшой итог, можно сказать, что профилактика простуды и вирусных заболеваний у детей – это свежий воздух, полноценное питание с обилием фруктов и овощей. Осень - это прекрасное время года, это источник энергии и положительных эмоций. Осень дарит нам новые возможности для развития творчества. Засушите листья, насобирайте каштанов, желудей, шишек, орехов и сделайте красивые, оригинальные поделки. Особенно это касается дождливых дней и длительных осенних вечеров. Помните, что смех, улыбки и радость – это лучшая профилактика простуды и любых других болезней.

«Роль сюжетно – ролевой игры в развитии детей дошкольного возраста»

Дошкольное детство – самый важный период становления личности. В эти годы ребёнок приобретает первоначальные знания об окружающей жизни, у него начинает формироваться определённое отношение к людям, к труду, вырабатываются навыки и привычки правильного поведения, складывается характер.

Основной вид деятельности детей дошкольного возраста – игра, в ней развиваются духовные и физические силы ребёнка; его внимание, память, воображение, дисциплинированность, ловкость. Кроме того, игра – это своеобразный, свойственный дошкольному возрасту способ усвоения общественного опыта. В игре формируются и развиваются все стороны личности ребёнка, происходят значительные изменения в его психике, которые подготавливают переход к новой, более высокой стадии развития. Психологи считают игру ведущей деятельностью дошкольника. Особое место в деятельности дошкольника занимают игры, которые создаются самими детьми - это творческие или сюжетно – ролевые игры. В них дети производят в ролях всё то, что они видят вокруг себя в жизни и деятельности взрослых. В игре ребёнок начинает чувствовать себя членом коллектива, он может справедливо оценивать действия и поступки своих товарищей свои собственные.

Основными особенностями сюжетно – ролевой игры являются:

- Соблюдение правил. Правила регламентируют действия ребёнка и воспитателя и говорят, что иногда надо делать то, чего совсем не хочется.
- Осваивая в игре правила ролевого поведения, ребёнок осваивает и моральные нормы, заключённые в роли. В игре формируется положительное

отношение к образу жизни людей, поступкам, нормам и правилам поведения в обществе.

- Социальный мотив игр. Игра – это возможность для ребёнка оказаться в мире взрослых, самому разобраться в системе взрослых отношений.

- В сюжетно – ролевой игре идёт эмоциональное развитие. Игра ребёнка очень богата эмоциями, часто такими, которые в жизни ему ещё недоступны. Ребёнок отличает игру от действительности, и часто присутствуют такие слова: «как будто», «понарошку» и «по – правде». Но несмотря на это, игровые переживания всегда искренни.

В ходе сюжетно – ролевой игры происходит развитие интеллекта дошкольника. У детей дошкольного возраста возникает интерес к различным событиям жизни, к разным видам труда взрослых; у них появляются любимые герои книг, которым они стремятся подражать. Вследствие чего и замыслы игр становятся более стойкими, иногда на длительное время овладевают их воображением. При этом наблюдается, не повторение одной и той же темы, а постепенное развитие, обогащение задуманного сюжета. Благодаря этому мышление и воображение детей становятся целенаправленными.

Для осуществления замысла сюжетно – ролевой игры ребёнку необходимы игрушки и разные предметы, которые помогают ему действовать в соответствии с взятой на себя ролью. Если под рукой нужных игрушек нет, то дети заменяют один предмет другим, наделяя его воображаемыми признаками.

Развитие речи. В создании образа особенно велика роль слова. Слово помогает ребёнку выявить свои мысли и чувства, понять переживания партнёров, согласовать с ними свои действия. Между речью и игрой существует двусторонняя связь. С одной стороны, речь развивается и активизируется в игре, а с другой, сама игра развивается под влиянием развития речи. В старшем дошкольном возрасте иногда целые эпизоды игры создаются с помощью слова.

Таким образом, следует помнить, что сюжетно – ролевая игра способствует всестороннему развитию ребёнка дошкольного возраста.

О пользе и вреде солнечных лучей для здоровья

О пользе солнца и ультрафиолетовых лучей в умеренной их дозе знают все, мы с вами привыкли к свету солнца с самого детства, это естественная среда обитания для детей и их родителей, особенно в летнее время.

При воздействии на кожу ультрафиолетовых лучей внутри нее в особых клетках происходит активация витамина Д и переход его в активную форму, необходимую организму для роста и развития, нормального усвоения кальция и роста костного скелета. Солнечные лучи, помимо ультрафиолетового спектра, имеют еще и инфракрасный, эти лучи, вызывают нагрев верхних слоев кожи. Данные лучи проникают в тело глубже, что помогает им активно взаимодействовать с тканями кожи, кровеносными сосудами, в результате чего усиливается кровообращение в области кожи и подкожно-жировой клетчатки. За счет активизации кровообращения происходит более интенсивный метаболизм в коже и выведение из нее токсинов, кожа активно потеет и выводит шлаки. Эти процессы описаны достаточно упрощенно, чтобы понять важность пребывания на солнце, но в умеренных количествах, этого вполне достаточно.

Кожные покровы детей более уязвимы в отношении негативного воздействия солнечных лучей из-за особенностей строения кожи и подкожно-жирового слоя. В раннем возрасте кожа малышей очень тонкая, нежная и легко травмируется. Их кожа и так часто пересыхает, и шелушится, а под действием солнечного света может пересушиваться и страдать сильнее, чем у взрослых.

Кожа детей высоко чувствительна к инфракрасным и ультрафиолетовым лучам. Дети имеют несовершенную терморегуляцию и потоотделение, а поэтому, дети легко на солнце могут перегреться, а при купании в море или реке – переохлаждаются. Чтобы дети не пострадали от действия солнышка, и получили от него только пользу в виде порции витамина Д и активации иммунитета и обмена веществ, нужно строго следить за их пребыванием в условиях открытого солнца.

Сегодняшнее солнце таково, что находиться под его лучами долго вредно даже взрослым, а детям до 5-7 лет, обладающим особой чувствительностью к нему – это может быть опасно для здоровья. Чувствительна к ожогам спина, она обычно наряду с плечами и шеей «сгорает» первой после чрезмерного пребывания на солнце. Для детей бывает достаточно 10-15 минут.

Какие меры предосторожности нужно принимать во время загара

Получается, чтобы получить от солнца максимум пользы, необходимо хорошенько защититься. Запоминаем этот парадокс, а также основные «нет» и «да» при взаимодействии с солнцем:

«Нет» прогулкам в часы максимальной солнечной активности с 11:00 до 16:00. В это время лучше спрятаться в тени или просто побыть дома.

«Да» Главный летний аксессуар - головной убор. Это может быть шляпа с широкими полями или специальные бейсболки, которые закрывают не только личико, но и уши с шейкой и плечами, простые футболки.

И ещё один, самый модный летний аксессуар – солнечные очки. Убедитесь, что стекла отражают ультрафиолетовые лучи (об этом на очках должна быть соответствующая отметка), и тогда выбор цвета, формы и дизайна можно будет доверить ребёнку.

«Да» Солнцезащитные средства – настоящий летний must have. Как выбрать правильное средство?

Обязательно обращайте внимание на возрастные ограничения. Не используйте взрослую солнцезащитную косметику для детей. Кремы - это хорошо, но не забывайте и про солнцезащитный бальзам для губ. Не забывайте обновлять средство каждые два часа, а если малыш потеет или купается – ещё чаще. Наносите его обильно, это тот самый случай, когда количество имеет значение. Причем важное.

Экспериментируйте дома с детьми!

Детское экспериментирование – это один из ведущих видов деятельности дошкольника. Очевидно, что нет более пытливого исследователя, чем ребёнок. Исследовательская деятельность вашего ребенка может стать одними из условий развития детской любознательности, а в конечном итоге познавательных интересов ребёнка.

В детском саду уделяется много внимания детскому экспериментированию. Организуется исследовательская деятельность детей, создаются специальные проблемные ситуации, проводятся занятия. В группах оборудованы уголки экспериментирования, где находятся необходимые предметы: бумага разных видов, ткань, специальные приборы (весы, часы и др., неструктурированные материалы (песок, вода)

Несложные опыты и эксперименты можно организовать и дома. Для этого не требуется больших усилий, только желание, немного фантазии и конечно, некоторые научные знания. Любое место в квартире может стать местом для эксперимента. Например, ванная комната, во время мытья ребёнок может узнать много интересного о свойствах воды, мыла, о растворимости веществ. Например, что быстрее растворится? (морская соль, кусочки мыла, пена для ванн) и т. д. Кухня – это место, где ребёнок часто мешает маме, когда она готовит еду. Если у вас двое или трое детей, можно устроить соревнования

между юными физиками. Поставьте на стол несколько одинаковых ёмкостей, и предложите детям растворять в воде различные продукты (крупы, муку, соль, сахар). Поинтересуйтесь у детей, что стало с продуктами и почему? Пусть дети сами ответят на эти вопросы. Важно только, чтобы вопросы ребёнка не оставались без ответа. Если вы не знаете точного (научного) ответа, необходимо обратиться к справочной литературе, и постараться объяснить результат доступным для него языком.

Эксперимент можно провести во время любой деятельности.

Например, ребёнок рисует, у него кончилась зелёная краска. Предложите ему попробовать сделать эту краску самому. Посмотрите, как он будет действовать, что будет делать. Не вмешивайтесь и не подсказывайте. Догадается ли он, что надо смешать синюю и желтую краску? Если у него ничего не получится, подскажите, что надо смешать две краски. Путём проб и ошибок ребёнок найдёт верное решение.

Экспериментирование – это, наряду с игрой – ведущая деятельность дошкольника. Цель экспериментирования – вести детей вверх ступень за ступенью в познании окружающего мира. Для этого необходимо соблюдать некоторые правила:

1. Установите цель эксперимента (для чего мы проводим опыт);
2. Подберите материалы (список всего необходимого для проведения опыта);
3. Обсудите процесс (поэтапные инструкции по проведению эксперимента);
4. Подведите итоги (точное описание ожидаемого результата);
5. Объясните почему? Доступными для ребёнка словами.

Помните!

При проведении эксперимента главное – безопасность вас и вашего ребёнка.

Несколько несложных опытов для детей дошкольного возраста:

Мыльные пузыри:

Цель: Сделать раствор для мыльных пузырей.

Материалы: жидкость для мытья посуды, чашка, соломинка.

Процесс:

Наполовину наполните чашку жидким мылом.

Доверху налейте чашку водой и размешайте.

Окуните соломинку в мыльный раствор.

Осторожно подуйте в соломинку

Итоги: У вас должны получиться мыльные пузыри.

Почему? Молекулы мыла и воды соединяются, образуя структуру, напоминающую гармошку. Это позволяет мыльному раствору растягиваться в тонкий слой.

Что плавает, а что тонет?

Цель: Выяснить, что не все предметы тонут.

Материалы: жидкость, предметы из различных материалов

Процесс: Поочередно опускать в воду различные предметы и наблюдать, за тем какие предметы тонут, а какие плавают на поверхности.

Вывод: Предметы из дерева не тонут.

Куда деваются сахар и соль?

Цель: Выяснить, что сахар и соль растворяются в воде.

Материалы: Два прозрачных стакана с водой, сахар, соль.

Процесс: Дать ребенку предварительно попробовать воду из стаканов. Затем поместить в разные стаканы соль и сахар, и спросить, куда они делись?

Затем дать ребенку попробовать воду в этих же стаканах.

Вывод: Сахар и соль растворяются в воде.

Какого цвета вода?

Цель: Выяснить, что при смешивании получаются новые цвета.

Материалы: Прозрачные стаканы воды, гуашевые краски (красная, желтая, синяя).

Процесс: Окрасить воду в желтый цвет и понемногу добавлять красную краску, должна получиться оранжевая вода.

Окрасить воду в желтый цвет и понемногу добавлять синюю краску, должна получиться зеленая вода.

Окрасить воду в синий цвет и понемногу добавлять красную краску, должна получиться фиолетовая вода.

Так же можно смешивать и сами краски.

Вывод: При смешении красок определенного цвета получается другой цвет.

Куда девалась вода?

Цель: Выяснить, что ткань впитывает воду.

Материалы:

Процесс: Налить небольшое количество воды в плоскую емкость и опустить туда губку или кусок ткани. Что произошло? Вода исчезла, ее впитала губка.

Вывод: Ткань впитывает воду, и сама становится мокрой.

"Труд в жизни ребенка"

Любовь к труду рождается в дошкольном возрасте и сохраняется всю последующую жизнь. Труд – это ответственность, которую нужно воспитывать как можно раньше. Различают фактические и нравственные результаты труда. Небрежная уборка квартиры (недобросовестное мытье полов и посуды) никому не будет в радость. Что бы ни делал малыш в помощь другим, это должно быть выражением или воплощением его любви, внимания и уважения к окружающим людям.

Трудовое воспитание в раннем детстве

Любой ребенок должен понимать, что он является полноценным членом семьи, от которого ждут посильной помощи. Трехлетний малыш может собрать игрушки, положить на место книжки, подать к столу ложки...

С раннего возраста необходимо формировать у малыша навыки самообслуживания: учить умываться, чистить зубы, самостоятельно одеваться, раздеваться, наводить порядок в игрушках. Развивая навыки самообслуживания, взрослые должны знать, что вследствие физиологических особенностей (неразвитая мелкая моторика, период сенсорного развития...) любое дело дается малышу с трудом. До трех лет ребенок только учится чувствовать окружающий мир и ему сложно соблюдать последовательность действий. Важно проявлять спокойствие, терпение и доброжелательность.

Важно позволить малышу выполнять то дело, которое он может сделать сам. Нельзя полностью освобождать его от домашних обязанностей. Он может привыкнуть к тому, что родители обязаны его обслуживать. Ошибка родителей – приучать к труду силой. Грубое принуждение, как повинность, может вызвать у дочери или сына отвращение к работе или комплекс неполноценности.

Трудовое воспитание дошкольников

Трудолюбие не возникает само по себе. Особую гордость испытывают дети, если взрослые поручают им незнакомую работу. Каждое новое дело воспринимается ими как новый этап взросления, как подтверждение возрастающего доверия взрослых к детям.

По мере взросления, с усложнением обязанностей, малыш может проявлять лень. Важно пробудить детский интерес к любой грязной работе, помочь ему осознать ее значимость. При борьбе с ленью родители часто обращаются к наказанию. Справедливое наказание способно вызвать чувство вины у ребенка. Несправедливое наказание осознается им как оскорбление. Лучший способ решить проблему с ленью – поговорить с ним по душам.

Многие ежедневные обязанности дошкольника должны войти в привычку и выполняться без напоминаний. А уход за аквариумными рыбками, домашними питомцами, комнатными растениями способствуют воспитанию доброты, любви к природе, а главное – доставляют детям удовольствие.

Для дошкольника очень важен ручной труд (изготовление поделок, собирание пазлов, конструирование...), в процессе которого у детей вырабатывается усидчивость, формируются эстетические чувства.

В любом воспитании важен пример. Нельзя достичь успеха в семье, где мать работает, а отец ведет праздный образ жизни. Родители обязаны четко определить, что в их семье «можно», «нужно» и «нельзя» делать. От позиции взрослых зависит какую обстановку (расхлябанности или порядка) создадут дети в своей будущей семье.

Понятия «можно», «нужно», «нельзя» необходимо закреплять в раннем детстве. Важно донести до ребенка значимость прекрасных слов «надо» и «нельзя». Эти волшебные слова помогают людям воспитать в себе силу воли. В момент усталости и плохого настроения человек призывает на помощь чувство долга и говорит себе: «Я должен это сделать». Что было бы с людьми,

если бы они не были знакомы с этими понятиями? Вся жизнь превратилась бы в сплошной хаос. Все делали бы только то, что им нравится. Важно с детства научить детей сдерживать свои желания, то есть привить им навыки самоконтроля и самоорганизации.

Рекомендации для родителей:

- Не освобождайте ребенка от трудовых обязанностей. Не воспитывайте из него потребителя. Не забывайте известную поговорку «Родители трудолюбивы – дети не ленивы».

- Помните: у детей должны быть разовые и постоянные обязанности.

- Любое новое дело нужно выполнять совместно.

- Выработывайте у детей привычку к постоянной занятости. Не позволяйте детям приобретать опыт беспорядочной и безответственной жизни.

- Соблюдайте последовательность в своих требованиях. Проявляйте тактичность при оценивании результатов детского труда.

- Поддерживайте у дочери и сына интерес к труду. Поручая непривычное для них дело, давайте им творческие задачи и избегайте чрезмерной опеки при их решении.

- Предлагайте такие дела, в которых чередовались бы сложные и простые, интересные и скучные операции, предоставляйте им роль организатора и исполнителя дела.

- Правильно оценивайте возможности детей. Родительские поручения должны соответствовать возрасту ребенка и доставлять удовольствие. Учитывайте его индивидуальные особенности.

- Привлекая малыша к домашним обязанностям, воспитывайте в нем привычку заботиться об окружающих его людях.

- Уважайте интерес малыша к любому виду труда и не заглушайте его стремления к самостоятельности.

- Воспитывайте у детей уважение к чужому труду. Рассказывайте им об особенностях своей профессии и профессиях близких родственников, соседей, друзей.

Трудовое воспитание в семье – это жизненная необходимость, которая помогает человеку реализовать себя или найти свое место в жизни.

«ЧТО ПРЕДСТАВЛЯЕТ СОБОЙ КИНЕЗИОЛОГИЯ?»

Главная цель в воспитании и образовании дошкольников - это сохранение здоровья.

Здоровьесберегающие технологии направлены на решение приоритетной задачи современного дошкольного образования - задачи сохранения, поддержания и обогащения здоровья субъектов педагогического процесса. Одним из новых подходов, относящимся к здоровьесберегающим технологиям является кинезиология или «гимнастика мозга».

Кинезиология для маленьких детей используется для улучшения познавательного процесса детьми дошкольного и школьного возраста.

Группа упражнений, разработанная Полом и Гейл Деннисом в 90-х годах, посвящена природному развитию человека и активации некоторых механизмов деятельности мозга посредством совершения определенных движений. Практикуя кинезиологические упражнения, американский психолог понял, что в самих движениях заложен огромный потенциал.

Кинезиологические упражнения проводятся: ежедневно перед и во время занятия, на индивидуальных занятиях, на утренней зарядке, в совместной деятельности, после прогулки, после сна, во второй половине дня. Время проведения 3 – 5 минут, в общей сложности это составляет 15- 20 мин в день. Каждое упражнение делается от 30 до 60 секунд. Движения, которые были сделаны для одной стороны тела, необходимо проделать три или более раз для другой стороны. Основным требованием методики «Гимнастика мозга» является точность выполнения специальных движений и приемов. При этом их воздействие имеет как немедленный, так и накапливающийся эффект, способствующий повышению умственной работоспособности и оптимизации интеллектуальных процессов. Ведь через них удается повлиять на психоэмоциональное состояние ребенка.

ОСОБЕННОСТИ ПРОВЕДЕНИЯ ГИМНАСТИКИ С ДОШКОЛЬНИКАМИ

Образовательная кинезиология позволяет сформировать «здоровый фундамент» ментального и физического здоровья дошкольника. В возрасте до 7-8 лет каждый человек проходит очень важный отрезок пути, на котором происходит развитие двигательной и речевой активности. Уровнем развития природных потребностей дошкольника в движении определяется степень развития:

- Памяти;
- Мыслительного процесса;
- Восприятия;
- Навыков системы моторики.

Чтобы пополнить багаж двигательных навыков малыша, необходимо выполнять упражнения кинезиологии для развития мозга детей. Сберегающая здоровье технология устранит имеющиеся отклонения в развитии и позволит предупредить новые.

ОСНОВНЫЕ ЦЕЛИ «ГИМНАСТИКИ МОЗГА»

Чтобы достичь хороших результатов, важно правильно выполнять кинезиологические комплексы. Желательно, чтобы перед обучением малыш педагог в совершенстве освоил принцип специфических движений тела. Для чего можно использовать подобную методику?

Гармоничного развития взаимодействий и связей между полушариями мозга;

Синхронизации деятельности правого и левого полушарий;

Лучшего развития восприятия и памяти;

Устранения проблем с концентрацией внимания и мышлением;

Ликвидации дислексии и нарушений в работе вестибулярного аппарата;

Развития речи и позитивного мышления;

Повышения стрессоустойчивости и раскрытия творческого потенциала.

Очевидно, что практические занятия позволяют справиться с адаптационными проблемами у малышей дошкольного и школьного возраста.

УПРАЖНЕНИЯ ДЛЯ РАЗНОСТОРОННЕГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ

Чтобы гармонизировать работу мозга у детей дошкольного и школьного возраста, в первую очередь, нужно научить ребенка справляться со стрессовыми ситуациями и дезадаптацией в образовательном процессе.

В кинезиологии для развития школьников разработан специальный комплекс упражнений, который нацелен на преодоление всех перечисленных проблем:

Рубим капусту. Расслабив кисти рук, постучите по столу сначала правой, а затем левой рукой, имитируя нарезку капусты;

Столбики. Дайте ребенку пластилин и попросите его раскатать каждым из пальцев левой и правой руки на вертикальной доске;

Домик. Соедините концы пальцев левой и правой руки, после чего сожмите их с небольшим усилием. «Проработайте» по отдельности каждую пару пальцев;

Маятник. Расслабившись, посмотрите сначала в правый, а затем в левый угол комнаты. Прodelайте данную процедуру несколько раз подряд;

Жонглер. Возьмите карандаш и начните его поочередно перемещать между указательным, средним и большим пальцами левой и правой руки.

Упражнения кинезиологии для развития детей направлены на улучшение взаимосвязей между полушариями мозга.

«Особенности художественного творчества детей 3–4 лет»

Малыш увлеченно черкает по бумаге. Карандаш крепко-накрепко зажат в кулачке, бровки сосредоточенно нахмурены... Знакомая картина, не правда ли? Мы с умилением наблюдаем, радуемся и даже не подозреваем, какой огромный труд скрыт за этими еще неумелыми движениями.

Пока Малыш осваивает карандаш или кисть и бумагу как новый инструмент и материал, не мешайте ему. Пусть он рвет бумагу, бросает, мнет. Это не баловство, а «открытие» свойств – бумага послушная, мягкая, легкая. Еще одно открытие – это предметы, которые оставляют «след». Пусть постукивает и черкает карандашом или фломастером, «рисует» палочкой на песке или снегу. Исполнительно обращайтесь внимание малыша на сходство «следов» с чем-то из реального мира: «это палочки», «будто ниточки», «как конфетки» ... Ну а теперь и вам пора взять в руки карандаши. Как интересно рисовать вместе! Вы рисуете воздушные шарики, а малыш «привязывает» к ним ниточки – проводит линии; вы рисуете гусеницу, а малыш дорисовывает ей ножки, чтобы она быстро-быстро побежала...

Наполняйте смыслом все рисунки, обыгрывайте, проговаривайте.

Для малышей этого возраста контур в раскраске не играет роли ограничителя, как для более старших детей. Они узнают образ, радуются и начинают рисовать скорее на основе картинки, чем в ее пределах. Проявляется это очень индивидуально. Одни дети рисуют крупными цветовыми пятнами как живописцы, другие «идут» по контуру как графики, третьи ставят маленькие пятнышки, полоски или мазки.

Рисование в книжках-раскрасках яркими гуашевыми красками необыкновенно увлекает малышей. Они не ограничиваются пределами контура, свободно выходят за него. Создают свой сюжет, начинают играть.

Для всех малышей даже в черно-белых контурных изображениях очень значимо лицо – глаза, улыбка. Эти детали они выделяют в первую очередь и часто оставляют не раскрашенным овал, как лицо человека.

В этом возрасте уже отчетливо проявляются половые интересы и предпочтения. Так, мальчики сразу же выбирают кораблик или паровозик. Девочек привлекают цыплята, рыбки, цветы. И, конечно, всем без исключения очень нравится солнышко. Мамы рисуют его детям бесконечно, а дети всегда с огромным удовольствием раскрашивают желтыми, красными, оранжевыми, розовыми цветами и дорисовывают лучики.

"Травник» на окне"

В рамках реализации проекта - «Травник», в младшей группе «Сказка», дети вместе с родителями посадили семена цветочных растений. Интересно с изюминкой они украсили кашпо. Принесли в детский сад и рассказали, как называются эти растения, какой нужен уход за рассадой.

В дальнейшем дети будут наблюдать за всходами и ухаживать за рассадой, делать зарисовки в дневнике наблюдений. Когда будет тепло, все вместе высадим наши растения на клумбу участка. Будем заботиться, поливать, рыхлить, полоть. Мы очень хотим, чтобы летом участок группы был самым красивым.

«Привить детям хорошие манеры — постоянно

показывать им пример»

Хорошие манеры – это визитная карточка и именно такие качества как скромность, сдержанность, такт и учтивость являются их основой. Нам приятно вдвойне, когда о нашем сыне или дочери говорят: «Какой воспитанный ребенок». Потому что это не только похвала ребенку, но и похвала родителям.

Так как же привить ребенку хорошие манеры?

Уважаемые папы и мамы, дедушки и бабушки!

Вы — первые и самые важные учителя своего ребенка. Первая его школа — ваш дом — окажет огромное влияние на то, что он будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей. Ребёнок всему учится в общении со взрослыми, который ведет к развитию речи, умению слушать и думать, подготавливает к пониманию смысла слов. Но главную роль играет воспитание и пример родителей, дети интуитивно запоминают и повторяют все наши действия и слова еще даже не научившись говорить. Можно бесконечно долго рассказывать ребенку, что такое хорошо и что такое плохо, а по вечерам читать ему правильные книжки, но, если эти слова не подтверждаются собственным примером, толку от них будет мало.

Если ребенок с детства слышит от родителей такие слова как «здравствуйте», «до свидания», «спасибо», «пожалуйста», «спокойной ночи» - они становятся для него естественными и в дальнейшем он употребляет их при общении с другими людьми. Обучать ребенка хорошим манерам нужно с того момента, когда он начинает говорить.

Уже с двухлетнего возраста ребенок вполне способен сказать «спасибо», «благодарю» за полученное угощение или подарок, вежливо о чем-то попросить, поздороваться. Напоминайте ему если он забывает о вежливости, но только ругать, ни в коем случае нельзя. Зато хвалить надо обязательно за любой хороший поступок и вежливое слово. И мы сами должны благодарить своих детей за любую помощь, которую они нам оказывают.

Обычно в 2 – 2,5 года дети идут в детский сад. К этому времени они уже вполне самостоятельные: знают, как вести себя за столом, умеют правильно пользоваться столовыми приборами и салфетками, используют носовые платки, самостоятельно одеваются, выполняют все правила личной гигиены. Конечно, при условии, что всему этому вы их научили. Конечно, в детском саду ребенка постараются научить хорошим манерам. В дошкольном возрасте ребенок сам готов постепенно учиться тому, что и как нужно делать, чтобы не попадать впросак. Ребенку недостаточно просто рассказать, КАК делать правильно, ему надо еще и доступно объяснить, ПОЧЕМУ именно так надо делать и показать это на собственном примере. Конечно для этого требуется много времени и терпения, но это того стоит, ведь характер ребенка формируется именно в семье.

Все дети очень любознательны, поэтому очень полезно читать им книги. У любимых литературных героев они тоже учатся хорошему. А «Вредные советы» Григория Остера – вообще замечательное пособие по обучению хорошим манерам. Стихотворения Сергея Михалкова, Корнея

Чуковского, Агнии Барто, Эдуарда Успенского, Николая Носова – это то что нужно детям.

Для того чтобы ребенок мог культурно развиваться и адаптироваться в обществе нужно чаще приглашать к себе в гости друзей, посещать с ребенком детские спектакли, ходить в кафе, в парки, в музеи, так он научится общаться с другими людьми и осваивать хорошие манеры, как вы ведете себя в разных обстоятельствах и незнакомой обстановке. Так что, подумайте, как вам привить хорошие манеры лучше и интереснее. Результат не заставит себя долго ждать!

Питании детей дошкольного возраста

Поговорим о том, как должны питаться дети дошкольного возраста. Почему так важны вопросы питания современных детей?

Вы все знаете, как часто сейчас встречаются у детей различные хронические заболевания.

Существует истина, которую должна знать каждая мать: не так важно, сколько съест ребенок, важнее — сколько он сможет усвоить! В связи с этим поговорим об организации самого процесса питания детей. Желание есть возникает тогда, когда человек успел поработать, подвигаться. К этому моменту начинают активизироваться желудочные ферменты, переваривающие пищу. Чем приятнее запах и вид пищи, тем больше активность ферментов в желудке и тем сильнее ощущение голода.

Не добивайтесь аппетита принуждением! Стоит ли так бояться голода? Лучше пусть ребенок съест с аппетитом кусок хлеба, тщательно его пережевывая, чем под материнский крик — ранний завтрак, который вряд ли переварится. Если прием пищи становится мучением для матери и ребенка, то у ребенка может возникнуть отвращение к еде. Для того чтобы у него был аппетит, нужна спокойная обстановка. Надо научить малыша медленно и спокойно жевать, еда должна быть для него удовольствием.

Переваривание пищи начинается во рту, где со слюной выделяется фермент амилаза, который уже в полости рта начинает расщеплять углеводы. Чем медленнее и спокойнее идет процесс обработки пищи во рту, тем лучше она будет переварена в желудке. Кроме того, слюна смачивает пищевой комок, и он легче проходит через пищевод. Таким образом, главное — научить ребенка жевать. Хуже всего, когда ребенок торопится и глотает куски. Эти куски плохо перевариваются, и организм почти ничего не усваивает. И тогда непереваренная пища проходит в двенадцатиперстную кишку, тонкую и толстую кишки — и травмирует их.

Во время еды нельзя отвлекать ребенка игрушками, сказками и т.д. А если он отказывается от еды, то, может быть, он еще не голоден. Но мать хочет его накормить. И ребенок автоматически открывает рот, и туда ему вливается пища. Он ничего не переварит. Он сделал первый шаг к желудочно-кишечной патологии.

И еще. Переваривание пищи у человека связано не только с обстановкой, но зависит и от его темперамента. Приглядитесь к своему ребенку, может быть, после прогулки ему лучше отдохнуть, расслабиться и затем только есть.

Какой объем пищи должен быть у ребенка дошкольного возраста?

Конечно же, объем пищи зависит и от аппетита детей. Если у ребенка хороший аппетит, не злоупотребляйте этим, не приучайте его к чрезмерно обильному питанию. Рано или поздно это приведет к избыточному ожирению и нарушению здоровья ребенка.

Рациональное полноценное питание детей дошкольного возраста обеспечивается, как и у взрослого человека, широким ассортиментом продуктов животного и растительного происхождения. Исключением являются жирные сорта мяса и птиц (гуси, утки), а также острые приправы (уксус, горчица, хрен, горький перец). Ценность продуктов животного происхождения (молоко и молочные продукты, мясо, мясные изделия и субпродукты, рыба, яйца) состоит, прежде всего, в том, что они являются источниками полноценных, легкоусвояемых белков, а также целого ряда витаминов, минеральных веществ и микроэлементов. Ценность продуктов растительного происхождения состоит в их богатстве разнообразными углеводами (фруктоза, глюкоза, сахароза, крахмал, пектины, клетчатка), они являются важнейшим источником витаминов, особенно аскорбиновой кислоты (витамин С), рутина (витамин Р), бета-каротина, витамина Е и многих других полезных веществ. В них также содержатся растительные белки, которые в сочетании с белками животного происхождения дают наиболее благоприятные условия для их усвоения. К высокобелковым молочным продуктам относятся: свежий творог, творожная паста, детские творожные сырки, а также твердые сыры, в том числе плавленые. Из молочных продуктов, богатых жиром, особенно полезны для детей сливки и сметана.

Для мясных блюд предпочтение отдается говядине и телятине, используется также мясо кур, цыплят, индейки, кролика, субпродукты — печень, язык, мозги; Мясо и субпродукты являются ценнейшим источником не только белка, но и легкоусвояемого железа, а также ряда витаминов группы В. Очень полезным продуктом является рыба. Используйте нежирные сорта морских и речных рыб — судак, треска, хек, морской окунь. Белок рыб является полноценным и легкоусвояемым.

Большое значение в питании детей имеют яйца. Однако, несмотря на полезность яиц, в пище ребенка злоупотреблять ими нельзя, так как они способны вызывать аллергические реакции. Яйца используют только в круто сваренном виде или в виде различных блюд (омлет с молоком или свежими овощами, салаты с яйцом, сырники и т. д.).

Хлеб и хлебобулочные изделия входят в обязательный ежедневный рацион ребенка. Белка в нем содержится значительно меньше, чем углеводов. Наиболее полезен хлеб из ржаной муки и пшеничной грубого помола, так как он богаче белком, витаминами группы В и пищевыми волокнами, стимулирующими работу кишечника. Кроме хлеба, детям рекомендуются и другие хлебобулочные изделия: бублики, баранки, сушки, сухари.

В питании детей трех-четырехлетнего возраста используются рис, гречка, овсяная и манная крупы. Каши можно готовить с молоком и без молока, с добавкой овощей или фруктов. Например, очень полезна и вкусна овсяная каша с яблоком, с изюмом или бананом, рисовая каша с тыквой или морковью, гречневая каша с яблоком.

Бобовые растения (горох, фасоль, соя, бобы) — высокобелковые продукты, но они мало используются в детском питании из-за наличия в их составе, так называемых, антиалиментарных факторов, вызывающих пищеварительный дискомфорт.

Фрукты, ягоды, овощи и зелень являются обязательной составной частью детского питания. Они являются незаменимым источником витаминов С, Р, провитамина А (каротина), витамина Е, легкоусвояемых углеводов — глюкозы и фруктозы, органических кислот, пектинов и пищевых волокон, минералов и микроэлементов.

В рационах ежедневно надо предусматривать салаты из свежих овощей: капусты, моркови, зеленого лука, огурцов, помидор и др. к мясным и рыбным блюдам в качестве гарнира, отдавать предпочтение не макаронным и крупяным изделиям, а овощам в виде отварного картофеля или пюре (картофельное, свекольное, морковное), тушеной капусты, зеленого горошка и т.п. Мясо с овощным гарниром усваивается лучше.

Высокобелковую пищу (мясную, рыбную) дети должны получать в первой половине дня, так как она долго переваривается в желудке, а во второй — более легкую (молочно-растительную, углеводную).

В связи с естественными потерями воды через почки, кожу и с выдыхаемым воздухом, баланс воды в организме должен постоянно восполняться за счет жидкости, содержащейся в пище, и питья свободной жидкости — воды, чая, морса и других напитков. Особенно увеличиваются потери воды при физической нагрузке и в жаркое время года. В интервалах между приемами пищи вода должна быть доступна для детей.

Основным принципом питания детей должно служить максимальное разнообразие их пищевых рационов. Только при включении в повседневные рационы всех основных групп продуктов — мяса, рыбы, молока и молочных продуктов, яиц, пищевых жиров, овощей и фруктов, сахара и кондитерских изделий, хлеба, круп и др. можно обеспечить детей всеми необходимыми им пищевыми веществами, исключение тех или иных из названных групп продуктов или, напротив избыточное потребление каких-либо из них неизбежно приводит к нарушениям в состоянии здоровья детей.

«Продуктивные способы воспитания: поощрение или наказание?»

Для того чтобы ребенок успешно социализировался в обществе и развился в полноценную личность, он должен слушаться взрослых. Однако не все дети с готовностью соблюдают правила и подчиняются требованиям. В арсенале взрослых есть несколько способов контроля поведения ребенка:

- негативные способы: наказания, запреты, окрики, приказы, замечания;
- позитивные способы: просьба, похвала, поощрение, модификация поведения.

Какой же из этих способов воспитания эффективней?

Самым демократичным способом воспитания являются просьбы. Однако они не всегда бывают эффективны, особенно при взаимодействии с маленькими детьми. Например, нет смысла уговаривать ребенка не трогать утюг в тот момент, когда его рука уже почти коснулась горячей поверхности.

Без применения запретов и замечаний воспитывать ребенка практически невозможно. Смысл замечания заключается в том, чтобы эффективно пресечь недопустимое поведение и предложить ребенку более конструктивные способы выхода из сложившейся ситуации. Но для того, чтобы запреты, требования и замечания взрослых в полной мере подействовали на ребенка, они должны быть им услышаны и приняты к действию. Как правильно выдвигать свои требования и запреты? Психолог Шейла Айберг предлагает следовать следующим правилам:

1. Требований и запретов не должно быть слишком много. Наличие большого количества ограничений и запретов, распространяющихся на все сферы жизни, ведет к развитию безволия и нерешительности у ребенка.

2. Требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Например, мы не должны ограничивать потребность ребенка в движении или его исследовательские интересы только потому, что боимся, что он что-нибудь разобьет. Лучше создать для него безопасные условия. Исследовать лужи можно, но только в резиновых сапогах. Даже бросать камни в цель можно, если позаботиться при этом, чтобы никто не пострадал.

3. Не давайте смутных, неясных и уклончивых указаний. Все требования, обращенные к ребенку должны быть конкретными. Это позволит ему лучше понять, что от него хотят. Пример: смутное требование – веди себя прилично, конкретное – пожалуйста, говори тише. Уклончивое требование – иди сядь, конкретное – сядь рядом со мной.

4. Давайте короткие и четкие указания. Ребенку проще следовать коротким, нежели огромным требованиям, которые могут казаться невыполнимыми. Пример: короткое требование – положи книжки на полку, сложное – уберись в комнате.

5. Давайте позитивные указания. Говорите ребенку, что ему делать, а не что ему не делать. Дети негативно относятся к требованиям, начинающимся со слов «прекрати», «не». Пример: негативное требование – прекрати качаться на стуле, позитивное – слезь со стула и подойди ко мне.

6. Проявляйте уважение, не унижайте ребенка. Произносите требования нейтральным тоном. Не умоляйте и не кричите. Это делает общение между вами и ребенком более приятным. Требования и запреты, данные в сердитой или властной форме, воспринимаются вдвойне тяжелее. Пример: Немедленно встань рядом со мной!!! На вопрос: "Почему нельзя?" - не стоит отвечать:

"Потому что я так велю!", "Нельзя, и все!". Нужно коротко пояснить: "Уже поздно", "Это опасно".

7. Давайте ребенку только те указания, которые он сможет выполнить. Нечестно будет наказывать за непослушание, если ребенок не в состоянии выполнить ваше требование. Пример: невыполнимое указание – нарисуй знак «стоп», выполнимое указание – нарисуй картинку.

8. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы родителями между собой.

Наказания помогают добиться желаемого и дисциплинируют ребенка. Но не следует ими злоупотреблять. Поскольку любое наказание вызывает у ребенка негативные эмоциональные переживания и гнев, либо постоянное подавление этого гнева. Подавляемый гнев может перерасти в пассивно-агрессивные формы поведения. В этом случае, ребенок может начать действовать исподтишка, специально делать что-либо «назло».

К чему это может привести? Во-первых, к ухудшению взаимоотношений между родителями и ребенком, а, во-вторых, постоянное ожидание наказания может подавить проявление инициативы у ребенка. Он будет бояться самостоятельно принимать решения и браться за новое дело, так как у него станет преобладать мотивация «избегания неудач», а не «достижения успеха». Все это может значительно усложнить его жизнь в будущем.

Поэтому наказывать ребенка можно лишь в крайних случаях, используя при этом конструктивные формы наказания:

1. Используйте "Естественное наказание". Оно представляет собой отказ от помощи ребенку в ситуации непослушания. Например, когда ребенок, сидя за столом, балуется со стаканом сока, и, в конце концов, его проливает, не спешите бросаться на помощь. Предложите ему взять тряпку и самому вытереть сок, а затем переодеться. Таким образом, он на личном примере усвоит, почему именно с чашками, тарелками и их содержимым имеет смысл обращаться аккуратно. Постепенно ребенок сам научится устанавливать причинно-следственные связи между своими поступками и их результатами.

2. Наказание должно быть справедливым. В этом случае самооценка ребенка не пострадает, а наказание принесет реальную пользу. Например, если он разлил воду на полу, потому что хотел полить цветы, но не удержал в руках тяжелую бутылку, – это повод не для наказания, а для покупки маленькой лейки. А вот если ребенок сознательно совершает какое-то действие, которое ему запрещено, то это можно рассматривать как повод для наказания.

3. Соблюдайте последовательность. Наказание принесет пользу и не причинит вреда в том случае, когда оно закономерное, а не случайное. Поэтому важно, чтобы запреты и наказания оговаривались заранее, а не тогда, когда проступок уже совершен. Ребенок должен знать, как и за что он может быть наказан. Он будет чувствовать себя увереннее, зная, что ему можно, а что – нельзя. А вот наказывать ребенка за то, что он нарушил неизвестное ему правило, бессмысленно и несправедливо. Необходимо объяснить ему, что он поступил неверно, и предупредить, что в следующий раз он будет за это наказан.

4. Наказание должно применяться сразу после совершения проступка, а не спустя какое-то время после него. Ребенок должен увидеть и оценить результаты своего проступка сразу же, иначе сложившаяся ситуация потеряет смысл и никаких полезных выводов он не сделает.

5. Подход к наказанию должен быть разумным. Наказание должно содержать в себе какие-то возможности для обучения, овладения позитивными навыками. Желательно, чтобы оно было логически связано с проступком. Например, нет смысла в качестве наказания оставлять ребенка без прогулки, если вместо нее он будет разбрасывать игрушки.

6. Необходимо учитывать индивидуальные особенности ребенка. Например, если у вас гиперактивный ребенок, то дисциплинарные меры воздействия в виде постоянных наказаний, замечаний, окриков и нотаций не приведут к улучшению поведения, а наоборот, ухудшат его. С такими детьми нужно общаться мягко и спокойно.

7. Лучше наказывать ребенка, лишая его чего-то хорошего, чем делая ему плохо.

Ребенка ни в коем случае нельзя наказывать:

- когда он болеет;
- перед сном и сразу после сна;
- во время еды (ребенок буквально "проглатывает" негативные сигналы, это может привести к развитию психосоматических заболеваний);
- непосредственно после душевной или физической травмы;
- когда ребенок искренне старается что-то сделать, но у него не получается;
- когда сам воспитатель находится в плохом настроении.

Ни в коем случае нельзя применять физические наказания, поскольку они отрицательно сказываются на личности ребенка, способствуя возникновению нежелательных свойств характера. Систематическое применение физических наказаний может надломить волю ребенка, превратить его в покорного и неспособного принимать самостоятельные решения человека.

В процессе воспитания ребенка необходимо использовать похвалу и поощрение. Психологами доказано, что положительное подкрепление гораздо эффективнее отрицательного, так как оно сразу формирует необходимое поведение, а похвала помогает ребенку приобрести уверенность в себе. В качестве положительного подкрепления для ребенка может выступать: внимание и ласка со стороны воспитателя, похвала, положительные эмоции, которые малыш получает, когда достигает поставленной цели.

Похвала складывается из двух компонентов – наших слов и выводов детей. Наши слова должны выражать четкую положительную оценку детских поступков, намерений и достижений, для того, чтобы ребенок мог сделать из них реалистический вывод о себе и своих способностях.

Однако не всякая похвала приносит пользу. Как правильно хвалить ребенка?

1) Не следует хвалить ребенка за то, что ему дается легко (за то, что дано ему природой). Похвала не за усилие и достижение, а за наличие способности, не дает никакого стимула к развитию.

2) Вредно, захваливать ребенка безо всякой необходимости и неискренне. Это обесценивает похвалу. Повторение похвалы без необходимости действует как наркотик: ребенок привыкает к ней и ждет ее. Это может привести к развитию эгоизма и чувства превосходства над другими.

3) Похвала и поощрение должны производиться вовремя. Они не должны как запаздывать, так и даваться слишком быстро. Похвала, данная вовремя, приведет к концентрации усилий, а запоздалое подкрепление не будет иметь должного эффекта.

4) Важно хвалить конкретный поступок ребенка, а не его личность в целом. Иначе можно сформировать у него завышенную самооценку и эгоизм. Если в дальнейшей жизни ребенок столкнется с тем, что окружающие люди не столь высоко ценят его, как он сам о себе мнит, то это может привести к неврозу.

Например: Правильная похвала: «Спасибо за то, что ты убрал все игрушки». Неправильная похвала: «Ты просто молодец!». Правильная похвала: «Ты нарисовал такой красивый рисунок». Неправильная похвала: «Ты настоящий художник».

5) Нельзя ставить одного ребенка в пример другому. Ругая одного и хваля другого, вы тем самым навязываете его пример первому, противопоставляете их друг другу. Это отнюдь не вызывает желания «брать пример» с того, кого (несправедливо) хвалят. Противопоставление детей друг другу, может вызвать у них негативизм, нездоровое соперничество, отказ от тех видов деятельности, которые не гарантируют успеха.

Наиболее эффективным способом воспитания дошкольников является техника модификации поведения. Ее суть в том, что за хорошее поведение ребенок получает поощрение, а за плохое — наказание или лишение привилегий.

«Нужен ли ребенку дневной сон?»

Дети, посещающие детский сад, довольно быстро свыкаются с тем, что "тихий час" для них обязателен. Увы, но в большинстве семей нет традиции укладывать детей спать днем в выходные дни. Вот и получается, что "детсадовские" дети по выходным отдыхают от режима, а малыши, не посещающие детский сад, зачастую и вовсе лишены дневного сна. Большинство педиатров, детских невропатологов и опытных родителей считают, что до 6-ти лет каждому ребенку просто необходимо около 2-х часов дневного отдыха. И чем младше ребенок, тем больше он нуждается в этом отдыхе. К 4-м годам дети отдают дневному сну около 12-ти, а с 6-ти лет - 10-ти часов. Уже к 7-8 годам организм начинает перестраиваться на монофазовый

(исключительно ночной) сон. С этого времени от привычки спать днем можно отвыкать.

Многие мамы, перестав укладывать малышей днем, оправдываются тем, что сделать это практически невозможно. И все же, если вы проявите немного настойчивости, послеобеденный отдых наверняка наладится. Во-первых, для того, чтобы быть здоровым. Дело в том, что биоритмы сна и бодрствования очень важны для нашего организма. По ним природа проявляет все остальные биоритмы: от многолетних циклических процессов до микроритмов. Освободив малыша от дневного сна, вы создаете почву для рассогласовывания многих процессов в организме, создавая предпосылки для так называемого " десинхроза биоритмов".

Следствием этого зачастую становится как повышенная возбудимость, так и быстрое утомление детей, задержки нервно - психического, а в сложных случаях и физического развития. Наблюдается ослабление иммунитета, склонность к простудам и инфекциям, задержке роста. Такие дети часто устают, они слабее своих сверстников. Во время сна организм вырабатывает особые вещества, позволяющие организму лучше адаптироваться к повышенным нагрузкам.

Очень многие родители идут на поводу детей и утверждают, что идти против воли ребенка совершенно бессмысленно. Конечно, очень часто за этим стоит простое нежелание тратить нервы и время на непростой процесс укладывания карапуза спать против его желания. Некоторым детям в возрасте до 6-ти лет нужно до получаса для нормального засыпания, а родителям или некогда, или просто не хочется возиться с капризным ребенком столько времени. Не ленитесь, этим вы мешаете собственному ребенку нормально развиваться.

Многие дети не хотят укладываться спать днем. Оптимальный способ убедить малыша спать - просто прилечь вместе с ним, рядом. Увидев, что вы тоже начали укладываться, дети довольно быстро успокаиваются и засыпают.

И еще - любые крайности вредны. Не стоит бояться и обратного, то есть любого кратковременного отклонения от режима. Изредка отступая от него, мы тренируем собственные биоритмы. Нашему организму такие встряски идут на пользу и помогают держать себя в тонусе.

«Безопасное детство»

Уважаемые родители! Обращаем Ваше внимание на необходимость более внимательного отношения к собственным детям!

Конституцией Российской Федерации установлено, что забота о детях, их воспитание и обязанность родителей (ч.2 ст.38 Конституции РФ).

В соответствии со ст.63 Семейного кодекса РФ родители имеют право и обязаны воспитывать своих детей. Все эти обязанности закреплены в статьях 64 и 65 Семейного кодекса РФ. Родители несут ответственность за воспитание и развитие своих детей. Они обязаны заботиться о здоровье, физическом, психическом, духовном и нравственном развитии своих детей. Обязанности

по воспитанию детей родители и лица, их заменяющие, несут до совершеннолетия ребенка.

С началом учебного года, каникул, несовершеннолетних может подстерегать повышенная опасность на дорогах, в лесу, на игровых площадках, в садах, во дворах. Этому может способствовать, прежде всего, отсутствие должного контроля со стороны взрослых и незанятость детей организованными формами отдыха.

Чтобы дети были здоровыми родителям надо помнить ряд правил и условий при организации отдыха и времяпрепровождения.

1. Не допускается нахождение детей в возрасте до 16 лет с 22 до 6 часов в период с 1 сентября по 31 мая включительно или с 23 до 6 часов в период с 1 июня по 31 августа включительно и детей в возрасте от 16 до 18 лет с 23 до 6 часов в общественных местах без сопровождения родителей. При отправлении с ребенком куда-либо вне дома, необходимо заранее условиться с ним о месте встречи, на случай если ребенок потеряется.

2. Особое внимание необходимо уделять поведению детей на улице (общению с незнакомыми людьми, играх на необорудованных игровых площадках).

3. Необходимо разъяснить ребенку соблюдение правил дорожного движения, пожарной безопасности и обращения с электроприборами.

4. К частым и распространенным нарушениям относится несоблюдение правил дорожного движения, езды на велосипедах.

5. Необходимо помнить, а также разъяснить несовершеннолетним, что детям, не достигшим 14 лет, запрещено управлять велосипедом на автомобильных дорогах.

6. Необходимо обращать внимание детей на случаи и причины возникновения пожаров из-за неосторожного обращения с огнем: шалости, непотушенные костры, сжигание мусора в лесу, поджигание травы.

7. Необходимо напомнить ребенку или выучить с ним номера телефонов экстренных служб, позвонив по которым он, попав в сложную ситуацию, будет сориентирован специалистом службы спасения о дальнейших правильных действиях. Телефоны службы спасения «01», с мобильного – «112» или «101».

8. Не оставляйте детей без присмотра в комнатах с открытыми окнами даже на короткий срок, так как это может привести к необратимым последствиям.

Дополнительным фактором риска для ребенка является бесконтрольный доступ детей в сеть «Интернет» и социальные сети, где много небезопасной, а также запрещенной к распространению информации для детей. Рекомендуется установить защиту на компьютеры и ограничить допуск детей к некоторым ресурсам.

Родителям несовершеннолетних рекомендуется формировать у детей навыки обеспечения личной безопасности путем проведения с детьми индивидуальных бесед, а также личным примером.

Старший помощник Ирбитского межрайонного прокурора: Илья Кулиш

«Какие игрушки необходимы детям»

Развитие богатого эмоционального мира ребёнка немислимо без игрушек. Именно они позволяют ребёнку выразить свои чувства, исследовать окружающий мир, учат общаться и познавать себя. Выбор игрушек для ребёнка - очень важное и серьёзное дело. Только сам ребёнок способен выбрать из огромного количества игрушек именно то, что ему необходимо. Этот выбор внутренне обусловлен теми же эмоциональными побудителями, что и выбор взрослыми друзей и любимых.

У каждого ребёнка должна быть такая игрушка, которой он может пожаловаться, которую поругает и накажет, пожалеет и утешит. Именно она поможет преодолеть ему страх одиночества, когда родители куда-то уйдут, страх темноты, когда выключается свет и надо уснуть, но не в одиночестве, а с подружкой-игрушкой. На них иногда злятся, их наказывают и даже ломают, забрасывая в дальний угол, но их вспоминают в минуты детского горя, достают из угла, чинят, дорисовывают стёршиеся глаза и губы, шьют новые наряды, пришивают уши и хвосты.

В "подружки" маленькие мальчики и девочки скорее выберут Барби, Мишку, котёнка, зайчонка, то есть существо, очень на человека, близкое ему и понятное. Поэтому, узнав о заветной мечте ребёнка иметь ту или иную игрушку, подумайте сначала, нужна ли она ему.

Игрушки из реальной жизни.

Кукольное семейство (может быть и семья зверюшек), кукольный домик, мебель, посуда, машины, лодка, касса, весы, медицинские и парикмахерские принадлежности, часы, стиральные машины, плиты, телевизоры, мелки и доска, счёты, музыкальные инструменты, железные дороги, телефон и т.д.

Игрушки, помогающие "выплеснуть" агрессию.

Солдатики, ружья, мячи, надувные груши, подушки, резиновые игрушки, скакалки, кегли, а также дротики для метания и т.д.

Игрушки для развития творческой фантазии и самовыражения. Кубики, матрёшки, пирамидки, конструкторы, азбуки, настольные игры, разрезные картинки или открытки, краски пластилин, мозаика, наборы для рукоделия, нитки, кусочки ткани, бумага для аппликаций, клей и т.д.

При покупке игрушек пользуйтесь простым правилом: игрушки следует выбирать, а не собирать!

К трём годам набор игрушек расширяется. К ярким, разноцветным, с чёткой формой игрушкам прибавляются простейшие конструкторы, которые малыши собирают вместе со взрослыми, всегда при этом испытывая удовольствие и восторг от того, что из странных кусочков может получиться замечательная, понятная ребёнку фигура-игрушка. На этом возрастном этапе ребёнок начинает активно включаться в мир реальных жизненных ситуаций,

узнаёт, что люди заняты в жизни работой и имеют разные профессии, сталкиваются с проблемами и находят выход из конфликтов. Поэтому чаще всего ребёнок выбирает сюжеты для ролевых игр из той жизни, которая его окружает. Дети играют в "дочки-матери", "в папу и маму", в "магазин", в "доктора", "детский сад" и т.п. Стремление ребёнка жить общей со взрослыми жизнью свидетельствует о новом этапе в развитии эмоций и социальной адаптации. Основное требование - "бытовые игрушки" должны быть похожи на "оригинал" и быть достаточно прочными.

К четырём годам ролевая игра становится основным видом деятельности ребёнка. Усложняется содержание игры, многие игрушки становятся ненужными, т.к. детская фантазия способна превратить конкретные предметы в воображаемые. Так, карандаш может стать волшебной палочкой, зелёные листья - деньгами, нарисованные орнаменты на бумаге - коврами в кукольной квартире. Именно поэтому в таком возрасте наибольшую пользу ребёнку принесут не дорогие и бесполезные игрушки, а функциональные, пусть даже сделанные своими руками.

И ещё один совет. Не водите ребёнка слишком часто в игрушечный магазин с множеством соблазнительных, но очень дорогих игрушек. Только, когда вы сами готовы подарить ребёнку радость, ведите его в магазин и делайте ему праздник.

Есть поговорка "Нельзя всю жизнь в игрушки играть". Это правда, но согласитесь, взрослые, как иногда приятно получить смешной сувенир от приятного человека! Дарите своим детям радость не только в дни рождения и в Новый год, но и просто так, от хорошего настроения.

«Не обращать внимания на детские ошибки или поправлять?»

Всегда у родителей возникает вопрос: как относиться к колоритным, но грамматически неправильно построенным детским словам? Закономерности возникновения ошибок позволяют проследить ход речевого развития ребенка.

Одна из ошибок связана с заменой одного поставленного звука другим («масина» вместо «машина»).

Необходимо поправлять неправильное произнесение ребенком звука. Чем раньше слово, употребляемое в неправильной форме, попадет в лексикон ребенка, тем сложнее исправляется в дальнейшем.

Придуманные детьми слова, которые не употребляются в речи взрослого. Взрослые могут восторгаться словотворчеством малыша, но не должны хвалить при ребенке то или иное придуманное им слово. Таким поощрением взрослые могут закрепить неправильное слово в его словаре. Услышав неправильно произносимое слово ребенком, необходимо сразу поправить ребенка. Нужно очень четко произнести слово и попросить малыша повторить его.

Следующей ошибкой является построение глагольных форм по образцу одной более легкой для ребенка формы. («вставаю» вместо «встаю»). Когда

ребенок усваивает какую-нибудь одну форму языкового значения, то он распространяет ее на другие.

Ошибки с изменением существительных по падежам. («Возьмем все стулы...»)

Ошибки в окончаниях существительных и в употреблении сравнительной степени прилагательных. Речь ребенка в дошкольном возрасте еще бедна прилагательными. Прилагательные сложны для восприятия ребенком. Дошкольник в своей речи использует небольшое количество прилагательных, с которыми их знакомит взрослый во время игры или в повседневной деятельности: страшный, злой, добрый, хороший.

Обязательно нужно исправлять ошибки в речи своего ребенка. Делать это нужно тактично. Не нужно смеяться над речью ребенка, обидите его. Он может на какое-то время замолчать, а также он может потерять к вам доверие.

Нужно обязательно развивать интерес ребенка к свойствам предметов (большой, маленький, красный и т. д.), и людей (злой, добрый, сильный, слабый).

В возрасте двух лет ребенок способен отличить качество от количества или действия.

Наибольшую сложность для ребенка представляет соотнесение качественных характеристик предмета. (размер с размером, цвет с цветом). Ребенок путает эти понятия.

Ирина Штельма

"Читаем дома"

«Книга – это окошко, через которое дети видят и понимают мир и самих себя»

В.А.Сухомлинский

Задача взрослого - открыть ребёнку то необыкновенное, что несёт в себе книга, то наслаждение, которое доставляет погружение в чтение.

Правила, которые сделают чтение вслух привлекательным:

1. Показывайте ребёнку, что чтение вслух доставляет вам удовольствие. Не бубните, как бы отбывая давно надоевшую повинность. Ребёнок это почувствует и утратит интерес к чтению.

2. Демонстрируйте ребёнку уважение к книге. Ребёнок должен знать, что книга - это не игрушка, не крыша для кукольного домика, и не повозка, которую можно возить по комнате.

Приучайте детей аккуратно обращаться с ней. Рассматривать книгу желательно на столе, брать чистыми руками, осторожно перевёртывать страницы. После рассматривания уберите книгу на место.

3. Во время чтения сохраняйте зрительный контакт с ребёнком.

Взрослый во время чтения или рассказа должен стоять или сидеть перед детьми так, чтобы они могли видеть его лицо, наблюдать за мимикой,

выражением глаз, жестами, так как эти формы проявления чувств дополняют и усиливают впечатления от прочтения.

4. Читайте детям неторопливо, но и не монотонно, старайтесь передать музыку ритмической речи.

Ритм, музыка речи чарует ребёнка, они наслаждаются напевностью русского сказа, ритмом стиха.

5. Играйте голосом: читайте то быстрее, то медленнее, то громко, то тихо - в зависимости от содержания текста. Читая детям стихи и сказки, старайтесь передать голосом характер персонажей, а также смешную или грустную ситуацию, но не «перебарщивайте». Излишняя драматизация мешает

ребёнку воспроизводить в воображении нарисованные словами картины.

6. Читайте сказки всегда, когда ребёнок хочет их слушать. Может быть, для родителей это и скучновато, но для него - нет.

7. Читайте ребёнку вслух каждый день, сделайте из этого любимый семейный ритуал. Непременно продолжайте совместное чтение и тогда, когда ребёнок научится читать: ценность хорошей книги зависит во многом от того, как отнеслись к книге родители и найдут ли для неё должное место в своей семейной библиотеке.

8. Не уговаривайте послушать, а «соблазняйте» его. Полезная уловка: позвольте ребёнку самому выбирать книги.

9. Читайте вслух или пересказывайте ребёнку книги, которые вам самим нравились в детстве.

Прежде, чем прочитать ребёнку незнакомую вам книгу, попробуйте прочитать её сами, чтобы направить внимание ребёнка в нужное русло.

10. Не отрывайте ребёнка от чтения или рассматривания книжки с картинками. Снова и снова привлекайте внимание детей к содержанию книги, картинок, каждый раз раскрывая что-то новое.

На воспитание детей оказывают влияние самые разнообразные жанры художественного слова -

сказки и рассказы, стихи и потешки, пословицы и поговорки.

Произведения социально-нравственного содержания в помощь родителям для чтения детям 3-4 лет:

Книги о дружбе

К. Ушинский «Вместе тесно, а врозь скучно»,

Е. Пермяк «Самое страшное»,

Е. Серова «Нехорошая история»,

Г. Остер «Сказка с подробностями»,

Л. Толстой «Два товарища»; «Девочка — ревушка».

Н.Носова «Приключения Незнайки и его друзей»

А.Линдгрен «Малыш и Карлсон»,

Х.Хайне «Друзья навсегда».

Успенский, Эдуард Николаевич. Крокодил Гена и его друзья

«Бременские музыканты», братья Гримм, пер. снем. А. Введенского

Д. Самойлов. «У слонёнка день рождения»

Отношения к природе

А. Фет. «Мама! Глянь-ка из окошка...»

Е. Баратынский. «Весна, весна» (в сокр.)

Бунин. «Листопад» (отрывок)

А. Майков. «Осенние листья по ветру кружат...».

Я. Аким. «Первый снег»

И. Суриков. «Зима»

О вежливости

К. Чуковский. «Телефон»

С. Маршака «Урок вежливости»,

К.И. Чуковского Мойдодыр»

«Что такое хорошо и что такое плохо» В. Маяковского;
русская народная сказка «Лиса и журавль»;

«Ежели вы вежливы» С. Маршака

«Правила поведения для детей» О. Журавлева;

«Волшебное слово» В. Осеевой;

«Уроки вежливости» А. Усачева.

О доброте

К. Чуковский. «Федорино горе»;

стихотворения О. Дриз «Добрые слова»;

В. Осеевой «Хорошее»;

А. Толстой «Золотой ключик, или Приключение Буратино»;

П. Ершов «Конек — Горбунок».

Пословицы о доброте:

Добрый человек придёт, словно свету принесет.

Доброе слово – половина счастья.

Добрый скорее делает дело, чем сердитый.

Доброе дело веками помнится.

Добрый человек в добре живет век.

Жизнь дана на добрые дела.

О помощи

«Красная Шапочка», из сказок Ш. Перро, пер. с франц. Т. Габбе

В.Бианки. «Подкидыш»

В. Осеева. «Волшебная иголочка»

В. Осеева «Заячья шапка»,

В. Осеева «Добрая хозяйюшка»,

О трудолюбии

С.Михалкова «Важные дела».

Александр Щедрецов«Два медвежонка»

Толстой «Заяц пляши-гуляй».

«Скучен день до вечера коли делать нечего»

«Играть - играй, да дело знай»

«Всё готово, да бестолково»

«Поспешишь - людей насмешит».

Прочтите и вдумайтесь в эти замечательные строки:

Если у ребенка слезы и капризы,
Не берите, мамы, в помощь телевизор.
Сын не разберется, что там, на экране,
И добрей и лучше от него не станет.
Не упустите в этой жизни мига:
Покажите детям, что такое книга.
Книга – дар бесценный, что как солнце, светит.
Пусть полюбят дети светлые страницы –
И улыбкой доброй озарятся лица.
Каждый родитель мечтает, чтобы дети радовали их своей
сообразительностью и образованностью.
Книга призвана содействовать процессу воспитания и образования
ваших чад.

ЗАКАЛИВАНИЕ ДЕТЕЙ ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

Как вырастить своего ребенка крепким и здоровым? Как защитить его от всех болезней мира? Эти вопросы беспокоят каждую маму и каждого папу. Ответ один: повысить иммунитет, улучшить естественные защитные механизмы. Ни один чудо-препарат не может заменить то, что дано матушкой-природой. Почему в одном и том же детском коллективе один малыш сразу заболевает, как только на него кто-то чихнул? А другой за целый год даже не кашляет?

Защитные механизмы детского организма до конца не сформированы. Единственный и самый эффективный способ их тренировки – закаливание детей дошкольного возраста. Для достижения максимального результата начинать нужно с раннего возраста.

Что такое закаливание - это адаптация организма к холодным воздействиям. Данное определение очень примитивно и не раскрывает всей сути понятия.

Закаливание детей дошкольного возраста характеризуют следующие положения -это система определенных процедур в ритме дня. Своего рода, образ здоровой жизни, который родители закладывают своему ребенку, определяя формирование его мышления и дальнейшей деятельности. Это не самоцель. Оно является средством укрепления и сохранения здоровья ребенка.

Основные принципы закаливания детей дошкольного возраста:

- Регулярность процедур (ежедневные занятия в одно и то же время);
- Постепенность процедур (поэтапный переход от более слабых форм закаливания к более сильным);
- Чередование общих процедур с местными (невозможно достичь желаемого эффекта, ежедневно только растирая грудь холодной водой);
- Использование для закаливания всего, что предлагает природа (земли, воздуха, солнца, снега, воды);

- Комплексность процедур (это не только обливание водой, это и прогулки на свежем воздухе, и катание на лыжах, и плавание, и бег, и баня);

- Процедуры должны вызывать у ребенка только положительные эмоции
Общие правила закаливания:

- Одевать ребенка по погоде, в особо холодные дни – чуть теплее себя (дорогие родители, детей не нужно кутать; «чуть теплее» вовсе не означает больше на две кофточки);

- Укладывать малыша спать в хорошо проветренной комнате.

(ночная температура в помещении для сна должна быть на два-три градуса ниже, чем дневная;)

- После сна ополаскивать лицо и кисти прохладной водой;

- Ежедневно гулять с ребенком на улице (независимо от погоды);

- в помещении ребенок должен находиться в легкой одежде.

- Если малыш болел, он должен полностью восстановиться после болезни.

Закаливание детей в домашних условиях:

Проводя любые закаливающие процедуры, необходимо ориентироваться на состояние ребенка. Если малыш колотится от холода, Вы явно переборщили с этим самым холодом. Каждый ребенок индивидуален, поэтому при проведении закаливающих процедур и выборе температур нужно ориентироваться именно на свое чадо.

Итак, есть разные методики и правила закаливания детей дошкольного возраста:

Воздушная ванна по утрам в одних трусиках. В течение десяти-пятнадцати минут при открытой форточке сделайте с ребенком гимнастику.

Умывание до пояса. Сначала теплой водой мойте ребенку лицо, руки до локтя, шею, грудь, спинку. Постепенно температуру воды снижайте. После умывания промокните полотенцем крупные капли воды. Растирать и массажировать не нужно. Умываться необходимо утром и вечером.

Полощите ежедневно нос, рот и горло теплой водой. Если ребенок часто болеет, используйте для полосканий травяные отвары (с ромашкой, календулой, шалфеем, мать-и-мачехой, березовыми почками) или раствор морской соли (чайная ложка на стакан воды). Как полоскать нос? Наберите в ладошку воды и дайте ребенку втянуть ее носом. Затем – высморкаться. И так несколько раз. Дети спокойно выполняют эту процедуру с четырех лет.

Позволяйте малышу периодически ходить босиком. Сначала в носочках по пушистому ковру. Затем – без носочков. Летом обязательно разрешайте ребенку ходить босиком по песку и траве (конечно, на безопасных участках). Хождение босиком по улице не только отличная процедура, но и хорошая профилактика плоскостопия.

Закаливание водой. Постепенно начинайте обливать стопы холодной водой утром и вечером.

Ежедневно гуляйте с ребенком. Ходите пешком в парк, в лес. Четырехлетний малыш вполне способен двигаться на своих ногах без перерыва до сорока минут. Используйте эти его способности.

Детки любят кататься зимой на санках с горы. Пусть катаются в свое удовольствие! Только не тащите его санки на гору сами. Ребенок должен двигаться, чтобы не озябнуть. Приучайте малыша и к другим зимним забавам: к лыжам (с четырех лет можно начинать учить, сначала без палок), к конькам (профессиональные спортивные клубы принимают детей с четырех лет). И еще. Завязывать шарфом рот и нос нельзя. Заставляйте ребенка дышать носом.

В какие игры можно поиграть с детьми?

У большинства родителей, имеющих детей 3 – 6 лет (до 75%), есть желание «научить играть». Однако многие с годами теряют определенные пределы своей игровой активности и веселости, как бы позволяя детству уйти от себя. Одного желания «научить играть» недостаточно, нужно развивать собственную игровую позицию и практические навыки, шире видеть возможности. Например, макароны могут превратиться в бусы кукле на день рождения, газета может стать в игре мячом, шариком, лодочкой. В транспорте или в очереди уместным игровым средством становится кроссворд, ребус. В игре есть своеобразная передышка от родительских директив и важный источник поддержки эмоциональных сил ребёнка.

Вот несколько игр, в которые можно поиграть с детьми:

«Что пропущено?»

Взрослый ведет счет по порядку, пропуская при этом какое-нибудь число. Ребенок, после того как взрослый окончит счет, должен сказать, какое число пропущено. Игра повторяется.

Игра «Подбери пару»

На столе перед ребенком лежит 6 предметов. Нужно дать ребенку подумать и для каждого предмета найти пару. Например, попросите найти пару к блюдцу. Ребенок берет чашку и говорит: «В блюдце наливают чай из чашки». Если ребенок затрудняется с ответом, ему необходимо помочь.

Игра «Что бывает...»

Предложите ребёнку задавать друг другу вопросы:

Что бывает большим? – Дом, машина, радость, страх и т.д.

Что бывает узким? – тропа, лента, лицо, улица и т.д.

Что бывает низким? Что бывает высоким?

Что бывает длинным, коротким?

Игра «Угадай число»

В игровой форме дети с удовольствием угадывают предыдущее и последующее числа. Очень любят загадывать числа и отгадывать задуманное. Задумайте, например число 10 и попросите ребёнка называть разные числа. Он называет, а вы говорите, названное число больше задуманного вами или меньше. Затем поменяйтесь с ребенком ролями.

«Зеркало»

Данная игра научит ребёнка внимательно следить за движениями взрослого и подражать им. Предложите ему быть вашим зеркалом и повторять

все ваши действия. Вы поднимаете одну руку – ребёнок тоже, вы топаете двумя ногами – ребенок тоже и т.д.

«Сколько шагов»

Попробуйте угадать, сколько шагов от угла до стола. Дети пытаются угадать, а потом проверяют правильность своего предположения.

Варианты:

Сколько гигантских шагов?

Сколько маленьких шагов?

Сколько шагов составляет метр?

Где шагов больше – между диваном и дверью или между креслом и столом?

«Измерение ладошками»

Покажите детям, как определяются размеры предметов с помощью ладони. Сколько ладоней составляет длина стола, полки? Предложите детям сначала оценить на глаз длину различных предметов, а потом померить ладонями.

Варианты: используйте палец, стопу, прыжки. Всегда предлагайте детям предварительно оценить расстояние на глаз.

Что мы узнаём и развиваем? Ребята осваивают простой способ измерения предметов. Учатся видеть связь между абстрактными мерами длины (этот стол длиной в два метра) и конкретным способом измерения. Дети пробуют оценить размеры и расстояния на глаз и рассчитывать. Практикуются в счете.

«Потерянные в рисе»

Высыпьте рис в коробку. Чем больше риса, тем увлекательнее игра. Соберите по паре различных мелких предметов (ложки, скрепки, пуговицы, монеты, ластик.....).

Закопайте в рисе по одному предмету. Раздайте детишкам по одному предмету, попросите их ощупать, а затем найти пару для каждого. Для детей постарше закопайте в рисе «сокровища». После этого предложите спрятать несколько предметов для вас.

Что мы узнаём и развиваем? Дети учатся слушать с помощью пальцев. Каждый раз, когда мы помогаем ребятам быть спокойными и сосредоточенными, мы оказываем им огромную услугу. Поиск предметов требует концентрации внимания, учит фокусировать внимание, отыскивая определенное количество предметов, ребенок учится считать.

«Игра в следопытов»

Обрисуйте на листах бумаги по 1 или по 2 стопы ребёнка.

По желанию ребёнок может раскрасить свои следы (в горошек, в радугу, в полоску.....) Выложите листы дорожкой. Если 2 следа – прыгать двумя ногами, 1 – одной ногой (правой или левой). Если листы близко – короткие прыжки, если далеко – длинные.

Мультфильм - средство воспитания

Воспитание играет важную роль в развитии ребенка. Для многих родителей это является делом хлопотным, ведь у современных людей сложная работа, разнообразные проблемы, поэтому воспитание ребенка уходит на второй план. Конечно, можно нанять няню, но не у всех есть деньги и, к тому же не факт, что вам не попадется детоненавистница. Не стоит отчаиваться. Выход есть.

Объяснить ребенку «что такое хорошо», «что такое плохо», научиться отличать добро от зла, показать, как поступать нужно, а как не нужно помогут мультфильмы и кинофильмы. Да, это так. Сюжеты многих картин приближены к реальности, жизненные ситуации покажут ребенку, как себя следует вести, покажут картину мира. Ребенок все поймет на подсознательном уровне.

Вспомните себя в детстве. При просмотре мультфильма «Ну, погоди» вы понимали, что волк плохой и злой, что нельзя так поступать, нельзя хулиганить и от таких людей следует держаться подальше.

Дошкольники- народ понимающий, они впитывают поступившую информацию как губка. В наше время намного меньше забот, связанных с просмотром фильмов и мультфильмов. Не нужно ждать, когда ту или иную картину окажут по телевизору. Ведь при наличии интернета можно смотреть фильмы онлайн. Это очень удобно. Можно найти практически любой фильм или мультфильм и заняться с ребенком просмотром. Но не стоит постоянно включать мультфильмы детям.

Хороший мультфильм нужно заслужить, он должен быть наградой. А если ребенок капризничает- наказывать и не включать мультфильмы. Прежде всего следует найти картину по вкусу, которая будет не только интересной и поучительной, но и такую, которая не нарушит психику ребенка и пойдет ему на пользу.

Для дошкольников стоит выбирать российские мультфильмы и фильмы. Их сценарии составляют в соответствии с психологическими требованиями. Российские мультики созданы специально для детей, для их ранимой психики, чтобы не навредить им. Они докажут ребенку, что добро всегда, при любых обстоятельствах побеждает зло. В интернете много контента, множество сайтов которые предлагают посмотреть фильмы онлайн. Но не все они отличаются качественными картинками. Нередко качество видеозаписи очень плохое. Следует выбрать сайт на котором будет хорошее качество видеозаписей, которые не испортят зрение ребенка.

Если вы отнесетесь ответственно к выбору фильмов и мультфильмов, то ваш ребенок получит хорошее воспитание и жизненные уроки, которые пригодятся ему при формировании его мировоззрения.

Собираем ребенка на зимнюю прогулку

Новогодние игры для всей семьи

Правила первой помощи

Безопасность ребенка в зимний период.

(памятка для родителей)

Зимние прогулки всегда приносят огромную радость детям. Дети с нетерпением ждут снега, чтобы покататься на санках, скатиться с горки на ледянке, покидаться снежками и построить снежные башни и лабиринты.

Но зимнее время омрачает радость детей и родителей очень распространенными травмами. Обезопасить себя от неприятных последствий зимних прогулок помогут простые, и, казалось бы, само собой разумеющиеся правила.

Одежда для зимней прогулки

Собираясь на прогулку, заботливых родителей всегда мучает вопрос: как одеть ребенка, чтоб он и не замерз, и не перегрелся? Надо помнить главное: ребенка не надо кутать! Перегрев не лучше, чем охлаждение. Найдите золотую середину! Кроме того, одежда не должна сковывать движения, она должна быть удобной, легкой и теплой одновременно. Зимняя обувь как и любая другая, должна быть удобной. Даже теплым, но все равно собирающим снег, ботинкам лучше предпочесть сапожки, в которые можно заправить штаны, изолировав от попадания снега. Проследите, чтобы подошвы были рельефными - ребенок меньше будет скользить по снегу и льду. Чтобы застраховаться от потери варежек или перчаток, пришейте к ним резинку.

Зимние забавы и безопасность

Катание на лыжах

В целом, катание на лыжах - наименее безопасный вид зимних прогулок. Однако, обратите внимание, может быть горка, на которой Вы собираетесь кататься, слишком крутая, ухабистая или леденистая? Постарайтесь исключить все возможные опасные ситуации.

Катание на коньках

В отличие от лыж, занятие коньками сопряжено все же с определенным риском. Катайтесь на коньках на специально оборудованных катках, опасно кататься на открытых водоемах.

Падения исключить невозможно, поэтому постарайтесь, чтобы ребенок был одет в плотную одежду.

Не отходите от малыша ни на шаг, чтобы в случае необходимости поддержать его и избежать падений.

Катание на санках, ледянках

Для прогулки на санках ребенка надо одеть потеплее. Кататься на санках с горки нежелательно, лучше на ледянках. Объясните ребенку заранее, что на горке надо соблюдать дисциплину и последовательность. Спуск не должен выходить на проезжую часть, и другие препятствия (деревья, заборы). Нельзя разрешать ребенку кататься на санках, лежа на животе, он может повредить зубы или голову. Кататься на санках стоя нельзя! Перевозить ребёнка через дорогу можно только в санках, которые толкаются перед собой. Если у них имеется только веревка-буксир, то ребенка необходимо вынуть. Следует учесть, что по малоснежной дороге с проплешинами асфальта санки едут медленно, поэтому будьте особенно бдительными.

Игры около дома

Не разрешайте детям играть у дороги. Нежелательно валяться и играть в сугробах, которые находятся, например, под окнами домов или около подъезда. И, конечно, не позволяйте прыгать в сугроб с высоты.

Объясните детям, что нельзя брать в рот снег, ледяные корочки, сосульки: в них много невидимой для глаз грязи и микробов, которые могут вызвать болезнь.

При игре в снежки расскажите ребенку, что кидаться в лицо нельзя, и вообще кидать нужно не с силой! И не позволяйте детям строить глубокие снежные туннели, которые могут обвалиться!

Опасности, подстерегающие нас зимой

Обратите внимание ребёнка на сосульки и горы снега, свешивающиеся с крыш домов. Расскажите, чем они опасны и почему такие места надо обходить стороной. Объясните ребенку, что ни в коем случае нельзя заходить в огражденные зоны.

Учите детей, что ходить по обледеневшему тротуару нужно маленькими шажками, наступая на всю подошву. Старайтесь по возможности обходить скользкие места.

Особенно внимательно нужно зимой переходить дорогу - машина на скользкой дороге не сможет остановиться сразу!

Сократите или вовсе исключите прогулку с детьми в морозные дни: высока вероятность обморожения.

Не выходите с ребенком на заледеневшие водоемы! Если лед провалился - нужно громко звать на помощь и пытаться выбраться, наползая или накатываясь на край! Барахтаться нельзя! Если получилось выбраться, надо отползти или откатиться от края.

Вот основные правила безопасного поведения в зимнее время года, которые следует помнить взрослым и учить детей соблюдать их.

«Курс безопасности» для ребёнка лучше начинать как можно раньше: всё, что мы познаём в раннем детстве, остаётся в нашей памяти на всю жизнь;

Уважаемые родители! Помните о том, что формирование сознательного поведения – процесс длительный. Это сегодня ребенок всюду ходит за ручку с мамой, гуляет во дворе под присмотром взрослых, а завтра он станет самостоятельным. Много зависит от вас.

Игры по ознакомлению детей с правилами дорожного движения.

Улица для ребенка – это яркий миф, полный разнообразных, привлекательных для него явлений, насыщенный интересными событиями участниками которых может стать и сам ребенок. Психологи уже давно установили, что дети в силу своих возрастных особенностей не всегда могут правильно оценивать обстановку на дороге. А именно:

- Неустойчивость и быстрое истощение нервной системы;
- Процессы раздражения и возбуждения сильнее процессов торможения;
- Потребность в движении преобладает над осторожностью;
- Стремление подражать взрослым;
- Недостаток знаний об источниках опасностей;

□ Переоценка своих возможностей.

Работа по изучению правил безопасного поведения детей на улице должна проводиться в тесном контакте с родителями. Ведь пример отца и матери – основной ресурс в обучении ребенка безопасному поведению. Игры – единственная область, где мы предоставляем детям более широкую инициативу. Лишь в играх ребенок чувствует себя в некоторой степени независимым. Не всегда ребенок слушает то, что ему говорят родители. И не все родители могут донести правильно и в полной мере ту информацию, которая так нужна ребенку, чтобы он знал правила дорожного движения.

«Угадай, какой знак?»

Цель:

Учить детей различать дорожные знаки, закреплять знания детей о правилах дорожного движения; воспитывать умение самостоятельно пользоваться полученными знаниями в повседневной жизни.

Материал: Кубики с наклеенными на них дорожными знаками: предупреждающими, запрещающими, указательными и знаками сервиса.

Ход игры:

1-й вариант: Ведущий приглашает по очереди к столу, где лежат кубики. Ребенок берет кубик, называет знак и подходит к детям, у которых уже есть знаки этой группы.

2-й вариант: Ведущий показывает знак. Дети находят этот знак на своих кубиках, показывают его и рассказывают, что он обозначает.

3-й вариант: Играющим раздают кубики. Дети внимательно изучают их. Далее каждый ребенок рассказывает о своем знаке, не называя его, а остальные отгадывают этот знак по описанию.

«Водители»

Цель:

Учить детей правилам дорожного движения; развивать мышление и пространственную ориентацию.

Материал: Несколько игровых полей, машина, игрушки.

Ход игры:

Заранее готовится несколько вариантов несложных игровых полей. Каждое поле – это рисунок разветвленной системы дорог с дорожными знаками. Это даст возможность менять дорожную ситуацию. Например: «Ты шофер автомобиля, тебе нужно отвезти зайчика в больницу, набрать бензина и починить машину. Рисунок машины обозначает гараж, откуда ты выехал и куда должен вернуться. Подумай и скажи, в каком порядке нужно посетить все эти пункты, чтобы не нарушить правила дорожного движения. А потом мы вдвоем посмотрим, правильно ли ты выбрал путь».

«Правила поведения»

Цель: Закрепить с детьми правила поведения; обсудить различные опасные ситуации, которые могут возникнуть при играх во дворе дома, на улице; научить необходимым мерам предосторожности.

Материал: Разрезные картинки.

Ход игры:

На доске картинки, на которых изображены люди в различных ситуациях. Предлагается детям рассмотреть их. Дети рассматривают эти картинки, выбирают любую и рассказывают, вспоминая правила дорожного движения, чего нельзя делать и как надо поступать.

Подвижные игры с детьми на летнем отдыхе

Проводите больше времени на открытом воздухе в подвижных играх.

Игры с родителями – это неотъемлемая часть развития детей. Это и укрепление здоровья, и хорошее настроение. Совместные игры сближают родителей и детей. Ваш ребенок придет в восторг, когда увидит серьезного папу, весело играющего в мяч. Для дошкольника «игра – единственный способ освободиться от роли ребенка, оставаясь ребенком». Для взрослого – «единственный способ стать снова ребенком, оставаясь взрослым».

Отправляясь на отдых с детьми за город, с компанией, не забывайте взять с собой необходимые атрибуты для игры, это могут быть мячи, ракетки, а также многое другое, на что хватит выдумки.

Подвижные игры с предметами (с массажным мячом, скакалками, обручем, другим сезонным спортивным инвентарём) соревнования, эстафеты будут способствовать развитию двигательной сферы ребёнка, а именно объёма, силы, переключаемости движений, хорошей координации и моторной реакции, научат формировать стратегию поведения, особенно игры с правилами.

Во что же можно поиграть с ребенком, чтобы это доставило радость вам и вашим детям? Выбирайте те игры, которые доступны вашему ребенку. Учитывайте, что у детей быстро пропадет увлечение, если они не испытывают радость победы. Вспомните игры, в которые вы играли в детстве, научите этим играм своего ребенка. Это доставит огромное удовольствие и ему, и вам, воспоминания детства очень приятны! Попросите ребенка познакомить вас с играми, в которые он играет в детском саду со своими сверстниками. Будьте внимательным слушателем, ведь это самые ценные минуты вашего общения. Кроме отличного настроения игры способствуют улучшению взаимоотношений в семье, сближают детей и родителей. Предлагаем вам некоторый перечень игр, которые вы можете использовать с детьми во время летнего отдыха.

Игры с мячом

«Съедобное – несъедобное»

Это одна из древних игр. Ее правила довольно просты. Игроки стоят в ряд, ведущий кидает мяч по очереди каждому из игроков, при этом произносит какое-нибудь слово. Если слово «съедобное», игрок должен поймать мяч, если «несъедобное» - оттолкнуть. Если игрок ошибается, то он меняется местами с ведущим.

«Назови животное»

Можно использовать разную классификацию предметов (города, имена, фрукты, овощи и т. д.). Игроки встают по кругу и начинают передавать мяч

друг другу, называя слово. Игрок, который не может быстро назвать слово, выбывает из игры. Играя в такую игру, вы расширяете кругозор и словарный запас своего ребенка.

«Догони мяч»

Если у вас на отдыхе оказалось два мяча, можно поиграть в эту игру. Правила очень просты. Игроки передают по команде мяч друг другу, стараясь, чтобы один мяч не догнал другой.

Как бороться с комарами

Укусы комаров не только оставляют после себя мучительный зуд. Эти насекомые могут быть и по настоящему опасными, если они переносят возбудителя малярии. Известно более двух тысяч видов комаров. Причем далеко не все они являются переносчиками малярии. Несмотря на то, что в последнее время количество малярийных комаров в средней полосе увеличилось, в большинстве случаев мы наблюдаем обычные виды этих насекомых. Кровь сосут лишь особи женского пола и лишь тогда, когда они готовятся к откладыванию яиц. Протеины крови необходимы комарихам, для того чтобы отложить как можно больше яиц. Так, «голодная» комариха может отложить не больше 50 яиц, а сытая – уже до 300. Обнаружить свою добычу комар может за несколько километров! Жало его похоже на шприц, игла которого еще прикрыта особым протекторным чехольчиком. Как только жало введено в тело, в ткани человека тут же впрыскивается вещество, препятствующее сворачиванию крови. Для взрослого здорового человека не опасны даже пятьсот укусов комара. Однако для аллергика и одного может быть достаточно, чтобы вызвать тяжелую аллергическую реакцию и даже летальный исход.

Что делать после укуса?

1. Сделать после укуса крепкий раствор пищевой соды и периодически обрабатывать зудящее место.

2. Смазывать укусы спиртовой настойкой календулы, борным спиртом, томатным соком.

3. Сделать холодную примочку.

4. При множественных укусах принять антигистаминное средство.

5. В походной аптечке или на даче непременно следует держать антигистаминный препарат, фенистил или фукорцин (снимают зуд и даже устраняют ожоги крапивы).

Народные методы при укусах комаров:

1. Обработать сметаной или кефиром.

2. Приложить к месту укуса лист черемухи или подорожника.

3. Смазать пораженное место бальзамом «Звездочка».

Хорошего семейного отдыха вам!

«Как научить ребенка держать карандаш»

Письмо – важнейший навык человека, а от того, насколько правильно человек держит ручку, зависит и его почерк, и его осанка. Конечно, в школе все дети научатся держать в руке карандаш, но родителям стоит побеспокоиться об этом раньше.

Развивайте пальчики малыша. Давайте малышу отщипывать пластилин, катать его между пальчиками и лепить на доску. Поиграйте «в Золушку» - смешайте разноцветные крупы и попросите ребенка рассортировать их по разным чашкам. Важно научить его напрягать и расслаблять пальцы, для этого полезны разнообразные пальчиковые игры типа игры «в замок».

Научите ребенка правильно держать карандаш. Для начала поместите карандаш между указательным и большим пальцами. Положите его на средний палец ребенка так, чтобы карандаш находился на нем в равновесии, даже лишенный других опор. При этом он должен опираться на костяшку между верхней и средней фалангами пальца.

Опустите большой палец вашего ребенка сверху на карандаш. Создаваемое им давление фиксирует карандаш, не давая ему сдвигаться с места. После этого положите на карандаш его указательный пальчик – он должен расположиться между средним и большим пальцами. Указательный палец направляет карандаш, заставляет его двигаться в нужную сторону.

Попросите ребенка опустить кончик карандаша на бумагу и провести несколько прямых, волнистых и зигзагообразных линий. Если ощущается неудобство, нужно попробовать сдвинуть карандаш в руке, чтобы пишущий конец стал короче, и затем снова провести несколько линий.

Начните упражнение с большим карандашом или толстым мелом. Во-первых, ребенку его проще держать правильно, а во-вторых, вы лучше разглядите, как на карандаше расположены пальцы. Найдя правильное положение, пометьте его прямо на карандаше. Также в магазинах можно купить трехгранные карандаши, специально предназначенные для обучения малыша правильному захвату.

Сделайте так, чтобы ребенку было интересно учиться. Приготовьте ему для занятий интересную раскраску с любимыми героями или красочную тетрадь для занятий.