

**Ата аналармен - жұмыс**  
**Работа с родителями**  
Класс дошкольной подготовки

месяц	название мероприятия
-------	----------------------

<b>сентябрь</b>	<p><b>1.Родительское собрание</b> :«Старший дошкольный возраст – какой он?»</p> <p><b>2.Анкетирование</b> «Я и мой ребенок».</p> <p><b>3.Консультации:</b> «Особенности развития ребенка 5-6 лет», «Роль семьи в воспитании дошкольников», «Что дети 5-6 лет должны знать о своей стране», «Витаминный календарь» (в уголок здоровья).</p> <p><b>4.Беседа:</b> «Ребенок и родитель».</p> <p><b>5.Памятка:</b> «Как одевать ребенка в садик?».</p>
<b>октябрь</b>	<p><b>1.Консультации:</b> Меры профилактики ГРИППА»</p> <p><b>2.Беседа:</b> « Не балуй!»,</p> <p><b>3.Памятка</b> « О воспитании детей»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>ноябрь</b>	<p><b>1.Литературная викторина</b> «Любимая сказка»</p> <p><b>2.Консультация:</b> «Как провести выходной день с ребенком», «как сделать семью счастливой»,</p> <p><b>3.Консультация:</b> «Как и что читать детям»</p> <p><b>4.Памятка</b> «Правила безопасности дома»</p> <p><b>5.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>декабрь</b>	<p><b>1.Родительское собрание</b> «Копилка семейных советов»</p> <p><b>2.Консультация:</b> "Мой застенчивый ребенок".</p> <p><b>3.Беседа:</b> «Гиперактивность. Как с этим бороться»</p> <p><b>4.Памятка</b> «Правила поведения при пожаре»</p> <p><b>5.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>январь</b>	<p><b>1.Беседа</b> «Гигиенические требования к детской одежде и обуви»</p> <p><b>2.Консультация</b> «Играйте вместе с детьми – это улучшает взаимоотношения»</p> <p><b>3.Памятка</b> «Правила поведения на улице»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>февраль</b>	<p><b>1.Консультация</b> «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей»,</p> <p><b>2.Консультация</b> "Леворукий ребенок- это нормально?",</p> <p><b>3.Памятка</b> «Как отвечать на детские вопросы»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>март</b>	<p><b>1.Консультации:</b> «Формируем навыки самообслуживания у ребёнка»</p> <p><b>2.Памятка</b> "Искусство наказывать и прощать"</p> <p><b>3.Беседа:</b> «Если ребенок невнимателен»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>апрель</b>	<p><b>1.Консультация</b> "Если у ребенка нет друзей»</p> <p><b>2.Консультация</b> "Секреты воспитания вежливого ребенка".</p> <p><b>3.Памятка</b> «Правила пожарной безопасности»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>
<b>май</b>	<p><b>1.Родительское собрание</b> Итоговое</p> <p><b>2.Консультация</b> «Всё о компьютерных играх»</p> <p><b>3.Консультация</b> "Скоро лето»</p> <p><b>4.Индивидуальные беседы с родителями по возникшим вопросам.</b></p>

**Воспитатель:** Здравствуйте, наши уважаемые родители! Мы рады вновь приветствовать вас. А начать я хочу с замечательного стихотворения С. Махотина

«Старший дошкольный возраст – какой он? »

Старшая группа- что это значит?

Значит, никто уже утром не плачет,

Суп не прольет на рубашку никто,

Все надевать научились пальто,

Даже ботинки с тугими шнурками

Не доверяют ни папе, ни маме.

Как быстро летит время! Еще совсем недавно вы проводили бессонные ночи над детской кроваткой, делали с ребенком первые шаги, отвечали на бесконечные "почему", долгие часы проводили за чтением детских книжек вслух, радовались всему новому, что появлялось у малыша. И вот близится время, когда постоянно развивающийся, восклицающий, а иногда и огорчающий вас ребенок перейдет очередной рубеж - станет школьником. Возраст 5 лет самый критический в детском саду. В организме ребенка еще проходят процессы физиологического и психологического становления, но взрослые уже ставят их перед необходимостью жить по установленной «норме». Психологи отмечают значение возраста пяти лет как переломного, в котором возникают новые качества в психике ребенка.

Появляется произвольность в поведении. Пятилетки уже могут играть по правилам, вести себя по правилам. Ребенок, и это совершенно очевидно, становится способным к деятельности, в которых требуется от него самому что-то задумать, и в соответствии со своим замыслом точно выполнить это. В пятилетнем возрасте дети сначала называют, что они будут делать, а потом пытаются сделать похожее, замысливают, а потом пытаются этого достичь.

В пять лет ребенок может спокойно управлять не только трехколесным велосипедом, но и своим поведением. Его целенаправленная деятельность, которую он выбрал для себя, может продолжаться более 40 минут. Также увеличивается и время произвольной деятельности, на которую ребенок может потратить около 20 минут.

В период от 5 до 7 лет важным в развитии ребенка как раз и становится формирование функции контроля, которая тесно связана с произвольным поведением.

К примеру, о низкой функции контроля говорит постоянное напоминание ребенку о том, что он должен убирать за собой игрушки, складывать свою одежду, умываться и чистить зубы.

Многие шестилетние дети начинают противоречить родителям, игнорировать их указания, делать вид, что не слышат или тянуть время выполнения просьбы. Это естественный процесс, который нужно пережить, но не пускать на самотек. Просто, распоряжения нужно давать так, чтобы ребенок смотрел на вас и слушал внимательно. Не следует просить его о чем то, находясь в другой комнате, если ребенок не обладает достаточно развитой функцией контроля. Но, если вы о чем-то попросили, проследите, чтобы ребенок сделал это.

Чтобы добиться послушания от шестилетнего ребенка, достаточно будет использовать логические аргументы. Если ситуация вышла из под контроля, и вы решили наказать ребенка, постарайтесь объяснить ему, почему вы так поступили и узнать какие выводы он сделал.

Важно также практиковать хорошее поведение у малыша, например, давать ему похвалы за выполнение его самого задания, а потом хвалить за выполнение. Такое положительное подкрепление поможет вам и ребенку справиться с более сложной деятельностью. А ребенок будет чувствовать, что он в состоянии решить поставленную задачу, ведь у него уже такой опыт есть.

Шестилетние дети уже более внимательные, а их память стремительно развивается.

Я хочу отметить, что в пятилетнем возрасте качество произвольности хоть и ярко проявляется, но оно только возникает, происходит становление, это еще не развито в полной мере. Многие родители сильно торопятся, и начиная с 5 лет интенсивно готовят ребенка к школе. Это все происходит за счет ущемления игры детей, ущемления той деятельности, в которой и происходит полное развитие ребенка: воображение, образное мышление, произвольность, мотивация, социализация- все это развивается, прежде всего, в игре.

Произвольное внимание это способность дошкольников сознательно направлять внимание на объект.

Развитие такого внимания связано с формированием воли ребенка. Произвольному вниманию свойственна активность. Ребенок под действием воли принимает или отвергает информацию. Развитие произвольного внимания зависит от развитой речи, как второй сигнальной системы. Внимание дошкольников направляется на определенную информацию или объекты только путем вербально представленной задачи.

Произвольность запоминания. Развитие произвольного запоминания осуществляется тогда, когда воспитатель или другой взрослый просит запомнить понравившийся стишок. Или запомнить картинки, а потом назвать, что на них было изображено. Ребенок начинает заставлять себя запоминать.

Развитие речи

На шестом году жизни ребенка происходят важные изменения в развитии речи, становится нормой правильное произношение звуков. Ребенок свободно использует средства интонационной выразительности:

может читать стихи грустно, весело или торжественно, способен регулировать громкость голоса и темп речи в зависимости от ситуации (громко читать стихи на празднике или тихо делиться своими секретами и т.д.).

### Воображение

Важная задача этого этапа- развитие творческих способностей и фантазии. Ребенок начинает активно рисовать, придумывать сюжеты, спонтанно двигаться под музыку. По мнению отечественных психологов.если на данном этапе ребенок не был творцом- не придумывал, не сочинял, не воображал,- то в дальнейшем научиться этому гораздо сложнее, если вообще возможно. А ведь именно это качество ложится в основу будущей социальной и личной успешности.У детей начинает проявляться особая активность, которая выражается в вопросах. Продолжается возраст почемучек, их все интересует, они все подмечают.фантазия

Воображение шестилеток находится в самом расцвете, а вот умения подчиняться правилам в реальной жизни все еще не хватает. Результатом такого расхождения являются всевозможные небывлицы, а иногда и детские обманы. Отчасти, это происходит и из-за отсутствия внутреннего контроля над своим поведением. Отсюда и возникают темы, раскрытые в мультфильме о Маше, которая съела варенье и обвинила в этом кошку. Просто ребенок часто склонен думать так: «Если мама не видела, что я сделал в ее отсутствие, то этого как будто и не было».

При всей значимости развития активного воображения в общем психическом развитии ребенка, с ним связана и известная опасность. У некоторых детей воображение начинает «ПОДМЕНЯТЬ» действительность, создает особый фантастический мир, в котором ребенок без труда достигает удовлетворения любых желаний. Такие случаи требуют особого внимания взрослых, так как иногда свидетельствуют об искажениях в развитии личности ребенка. Большой частью, однако, - это временное явление, которое впоследствии исчезает.

Особенно ярко воображение ребенка проявляется в игре, где он действует очень увлеченно. Развитие воображения обуславливает возможность сочинения детьми достаточно оригинальных и последовательно разворачивающихся историй. Развитие воображения становится успешным в результате специальной работы по его активации.

## Тест для родителей

Вопросы	Ответы		
	<i>Могу и всегда так делаю</i>	<i>Могу, но не всегда так делаю</i>	<i>Не могу</i>
<i>Можете ли вы</i>			
1. В любой момент оставить свои дела и заняться ребёнком?	А	Б	В
2. Посоветоваться с ребёнком, невзирая на его возраст	А	Б	В
3. Признаться ребёнку в ошибке, совершённой По отношению к нему?	А	Б	В
4. Извиниться перед ребёнком в случае своей неправоты?	А	Б	В
5. Сохранить самообладание, даже если ребёнок вывел вас из себя?	А	Б	В
6. Поставить себя на место ребёнка?	А	Б	В
7. Поверить хотя бы на минуту, что вы – добрая фея (прекрасный принц)?	А	Б	В
8. Рассказать ребёнку поучительный случай из детства, предоставляющий вас в невыгодном свете?	А	Б	В
9. Всегда воздерживаться от употребления слов и выражений, которые могут ранить ребёнка?	А	Б	В
10. Пообещать ребёнку исполнить его желание за хорошее поведение?	А	Б	В
11. Выделить ребёнку один день, когда он может делать, что желает, и вести себя так, как хочет, и ни во что не вмешиваться?	А	Б	В
12. Не прореагировать, если ваш ребёнок ударил, грубо толкнул или просто незаслуженно обидел другого ребёнка?	А	Б	В
13. Устоять против детских просьб и слёз, если вы уверены, что это каприз?	А	Б	В

### Ключ к тесту.

**Ответ «А» оценивается в 3 очка,  
«Б» - 2 очка,  
«В» - 1 очко.**

Если вы набрали **от 30 до 39 очков**, значит, ребёнок – самая большая ценность в Вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относиться к нему с уважением, придерживаясь прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения. Другими словами, вы действуете правильно и можете надеяться на хорошие результаты.

Сумма **от 16 до 30 очков**: забота о ребёнке для вас вопрос второстепенный. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой вы чересчур строги, а в других случаях – излишне мягки, кроме того, вы склонны к компромиссам, которые ослабляют воспитательный эффект. Вам следует серьёзно задуматься над своим подходом к воспитанию ребёнка.

Число очков **менее 16** говорит о том, что у вас серьёзные проблемы с воспитанием ребёнка. Вам недостаёт либо знаний, как сделать ребёнка личностью, либо желания добиться этого, а возможно, и того и другого. Советуем обратиться к помощи специалистов – педагогов и психологов, познакомиться с публикациями по вопросам семейного воспитания.

### Беседа «Ребенок и родитель»

Семья является персональной средой жизни ребенка и во многом определяет его развитие.

Дети способны интуитивно чувствовать и понимать взрослых. Родители должны стремиться к преодолению повседневных трудностей. В детстве закладывается основа личности человека и его судьба.

Воспитание ребенка, с одной стороны – огромная радость для родителей. И в то же время – процесс сложный, повседневный нелегкий труд, требующий от родителей времени, сил, терпения, определенных знаний и накладывающий на них большую ответственность.

Воспитание – это индивидуальное дело и единые рекомендации выработать невозможно.

Предоставляя матери и отцу возможность лично воспитывать своего ребенка, закон в то же время подчеркивает что, «родительские права не могут осуществляться в противоречии с интересами детей» под этими интересами подразумевается многое. Как известно ребенок должен находиться в здоровой семейной обстановке, способствующей его правильному развитию и воспитанию.

В отношении своих детей родители имеют равные права и несут равные обязанности. В здоровой крепкой семье родители совместно решают вопросы воспитания ребенка. Конфликты начинаются, когда каждый стремится воспитывать ребенка «по-своему». Разногласия неизбежно плохо влияют на ребенка, а взаимное доверие и доброжелательность оказывают положительное влияние.

Дошкольное образование создано как инструмент помощи семье. Дети в детском саду играют, играя обучаются, получая знания о различных законах окружающего мира, необходимые в дальнейшей жизни.

Необходимо сотрудничать с детским садом, то есть активно включаться в жизнь сада, группы своего ребенка, быть в курсе деятельности ребенка и воспитателя, чтобы совместно развивать своего ребенка, адаптированного к современному социуму. Дошкольное детство – это особый возраст, когда ребенок открывает для себя мир. На сегодняшний день можно сказать, что семья и детский сад в сочетании друг с другом создают положительные условия для вхождения маленького человечка в огромный мир.

В. А. Сухомлинский сказал: «Дети – это счастье, созданное нашим трудом. Мы счастливы тогда, когда счастливы наши дети, когда их глаза наполнены радостью».

Для создания полноценных, удовлетворяющих отношений с ребенком взрослый должен уметь эффективно общаться с ним. Для достижения нормального взаимодействия взрослый должен быть готов: - Прислушаться к чувствам и мыслям ребенка;

- Поделиться своими мыслями и чувствами с ребенком.

Большое значение имеет стиль взаимодействия взрослого с ребенком. Спросите себя: «Обращаюсь ли я к ребенку?» или «Говорю ли я с ребенком?».

Сообщать ребенку о чувствах можно как эффективно, так и не эффективно.

Многие сообщения, которые взрослые посылают детям, содержат слово «Ты»: «Ты не должен так делать»- это сообщение обижает и заставляет ребенка чувствовать себя несчастным.

Формула «Я - сообщение» показывает, какие чувства у вас вызывает поведение ребенка. Например: «Мне не нравится, что игрушки разбросаны по полу». Высказывания в форме «Я - сообщений» более эффективны потому, что они реализуют доверие и уважение и позволяют ребенку сохранить хорошее самочувствие.

Общие правила эффективного общения.

- Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того, что бы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свою критику и видеть позитивную сторону общения с ребенком.
- Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться.
- Снизьте контроль. Он редко приводит к успеху. Более эффективным оказывается спокойное планирование способа деятельности.
- Поддерживайте ребенка. В отличие от награды, поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не допускает успеха.
- Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения. Если какой-то подход окажется неудачным, следует остановиться и проанализировать переживания и поступки - свои и ребенка. В следующий раз вы будете лучше знать, как поступить в подобной ситуации.
- Демонстрируйте взаимное уважение. Родители должны демонстрировать доверие к ребенку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.

Успехов Вам!

### **Памятка «Как одевать ребенка в школу?»**

Прежде всего - так, чтобы ребенок в группе чувствовал себя раскованно и свободно. Одежда вовсе не обязательно должна быть модная, новая и дорогая. Более того - вы же сами дома не ходите в рабочем костюме, а для ребенка школа - на целый день как дом, поэтому ему тоже в строгом костюмчике или в платьице, которое страшно помять, будет неудобно. Потом, ребенок должен легко сам одевать и снимать одежду, а главное - она всегда должна быть чистой и аккуратной! Именно от этого, а не от дороговизны и моды, зависит отношение к вашему ребенку. Пусть он будет одет в тренировочный костюмчик, но в чистенький и не рваный. Понятно, что в садике случаются всякие казусы - играл на полу, облился супом,

упал на улице... Увы, мамам приходится стирать чуть ли не каждый день. Но поверьте, дело стоит того (разумеется, лучше иметь несколько комплектов одежды на смену).

Вообще вспомним опять нашу знаменитую фразу о том, что крайности всегда вредны: как не стоит давать ребенку в садик откровенные обноски - мол, все равно испачкает, так и слишком дорогая одежда не прибавит ребенку значимости в группе. Это наверняка не оценится детьми, а у воспитателей, во-первых, вызовет внутренне напряжение, а во-вторых, заставит их излишне беспокоиться за сохранность одежды вашего ребенка. Что тоже не увеличит их доброго к нему отношения...

### Консультация

#### «Профилактика гриппа у детей».

**Как будет протекать болезнь у ребенка, предугадать никогда нельзя. Поэтому лучше принять меры профилактики гриппа у детей, чтобы постараться и вовсе обезопасить его от заражения.**

Желание любого родителя — уберечь своего ребенка от всех существующих в мире невзгод и болезней.

Профилактика гриппа у детей — это важное и обязательное сезонное мероприятие, с помощью которого вы сможете защитить здоровье ваших детей от опасного вируса.

#### Неспецифические меры профилактики гриппа у детей:

1. Основной неспецифической мерой по профилактике гриппа у детей является личная гигиена. Некоторым из них следует обучать этим правилам ребенка с младшего возраста — например, часто мыть руки, особенно перед едой. Напоминайте ребенку, чтобы он не прикасался руками к лицу в публичных местах — на поручнях, столах и других предметах может оставаться слюна больного человека. Ребенку достаточно схватиться за поручень в автобусе, а затем положить палец в рот — как микробам уже «открыт доступ» в его организм.
2. Часто родители боятся «запустить» ребенка, поэтому весь отопительный сезон форточки и окна в доме закрыты и заклеены и помещения не проветриваются. Сухой и теплый воздух прекрасно способствует распространению вируса. Лучше одевать ребенка потеплее, но проветривать комнату, в которой он находится, хотя бы пару раз в день.
3. Если в доме появляется больной человек, его следует изолировать от ребенка, надеть маску, выделить отдельный комплекс посуды.
4. Лучшая профилактика гриппа у детей — это здоровый образ жизни. Регулярный сон, прогулки на свежем воздухе, сбалансированное питание, отсутствие стрессов — все это укрепит сопротивляемость малыша болезням.

#### Специфическая профилактика гриппа у детей.

1. Вакцинация: прививка от гриппа снижает вероятность заболевания среди детей на 60-90 процентов. Проводить вакцинацию можно от полугода.
2. Иммуномодуляторы: различные иммуно- и биостимуляторы влияют на иммунную систему и усиливают ее защитные свойства. Существует ряд мнений, что активное использование иммуномодулирующих средств может ослабить естественный иммунитет организма. В то же время в качестве поддерживающей терапии рекомендуется применение препаратов на основе эхинацеи, лимонника китайского, леутерококка, радиолы розовой и др. Вопреки распространенному мифу, витамин С не играет никакой роли в профилактике гриппа.
3. Фитонциды. От гриппа может защитить природная дезинфекция — такими свойствами обладают некоторые растения (в основном, хвойные — например, эфирные масла можжевельника, пихты, эвкалипта), а также продукты, содержащие фитонциды (чеснок, лук).

**Профилактика гриппа у детей не требует каких-либо тяжелых или очень затратных мероприятий, так как, по сути, включает в себя вакцинацию, соблюдение правил общей гигиены и здоровый образ жизни. А окупается она самым важным, что только может быть — здоровьем ваших детей.**

Заболеваемость гриппом и ОРВИ среди детей ежегодно

в 4-5 раз выше, чем среди взрослых. Это объясняется возрастным несовершенством иммунных и анатомо-физиологических механизмов, обеспечивающих защиту детского организма. Пока они не сформированы, ребенок чутко реагирует на вирусы и инфекции. По наблюдениям врачей, дети болеют ОРВИ и гриппом от 6 до 10 раз в год. При этом, у детей от рождения до 5 лет ОРВИ и грипп протекают наиболее тяжело, с риском возникновения осложнений.

Наиболее велик риск заражения простудными заболеваниями у детей, посещающих дошкольные учреждения и школы: в больших коллективах инфекции распространяются очень быстро. Переносчиками ОРВИ и гриппа могут стать и члены семьи. К профилактике гриппа у детей надо подходить очень серьезно.

**Профилактика гриппа: как защитить ребенка от вирусов?**

Во избежание инфицирования внутри семьи, всем ее членам рекомендуется проводить как специфическую (вакцинация), так и неспецифическую профилактику гриппа и ОРВИ.

· Вакцинация. Раз в год, осенью, всей семье рекомендуется сделать прививку против гриппа. При выборе вакцины врачи будут учитывать возраст прививаемых и противопоказания к применению. Для вакцинации людей с аллергическими реакциями или наличием хронических заболеваний используются специальные методики. Эффективность вакцинации у детей составляет 70-100%.

· Профилактика при помощи лекарственных препаратов. Вакцинация не решает проблемы предупреждения всего разнообразия респираторных вирусных инфекций. Ее можно дополнить и средствами неспецифической профилактики - принимать по профилактической схеме лекарства от простуды и гриппа. Главное требование к таким препаратам - хорошая переносимость и минимальное количество противопоказаний.

· Витаминная профилактика гриппа и у детей, и у взрослых повышает устойчивость организма к инфицированию респираторными вирусами. Детям и взрослым рекомендовано принимать курсы поливитаминов не реже 2 раз в год (например, весной и осенью). Приобретая витаминно-минеральные комплексы убедитесь, что они не вызывают аллергических реакций и рекомендованы НИИ питания РАМН. Противостоять неблагоприятным воздействиям окружающей среды, в том числе и вирусам, помогает соблюдение правил гигиены и активный, рационально организованный образ жизни, а именно:

- Поддержание гигиены кожи и слизистых верхних дыхательных путей (полоскание горла, промывание носа, частое мытье рук с мылом и регулярные водные процедуры)
- Соблюдение гигиены жилища (регулярные проветривания, поддержание температуры в пределах 20-24С и влажности 30-35%)
- Полноценное сбалансированное питание, включающее достаточно овощей и фруктов, а также продуктов, обогащенных бифидобактериями
- Систематическая физическая активность на воздухе или в проветренном помещении
- Оптимальный режим труда и отдыха

**Если ребенок заболел:**

**Не надейтесь на собственные силы - это опасно для здоровья и жизни ребенка. Вызывайте врача - только он может поставить верный диагноз и назначить эффективный курс лечения.**

Воспитатели и родители часто не могут дать ответ на вопрос: почему дети становятся неуправляемыми; почему ребенок, которому ни в чем нет отказа, возвращает в своей душе жадность и злость; почему родители, желающие своему чаду только добра, наставляющие его и поучающие «правильной жизни», позднее наблюдают «ужасную картину в мрачных тонах»? Почему?!

Ребенку недостаточно лишь дорогих игрушек, красивой одежды и деликатесов. Иногда даже дети из состоятельных семей проявляют большие недостатки воспитания, нежели дети из семей менее обеспеченных, но слаженных. И, значит, дело вовсе не в материальном положении. Просто не хватает ребятам чего-то большего, что не покупается ни за какие деньги.

Если ребенок непослушен, балуется или шкодит сознательно, то, возможно, так он пытается привлечь ваше внимание. Объясните спокойным тоном, что так делать нельзя и почему, а в следующий раз нужно обратиться к взрослым просто с просьбой (почитать книжку, поиграть, помочь).

Если же ребенок начал не к месту паясничать, неосознанно совершив мелкий проступок, то попробуйте на такой случай завести некий обычай. Объясните, что при словах: «Выйди, ребенок плохой, а вернись хороший!», малыш должен прекратить и «исправиться». А если ему непонятно, почему его поведение не вызвало у вас поощрения, то он вправе об этом узнать.

Родители, считающие воспитанием выдачу инструкций: «Это можно, а это нельзя», неправы. Ведь никто не объясняет причин отказа и запрета. Просто ставятся условия и требования выполнения. Человек с жизненным опытом знает, что и почему может быть хорошо или плохо. В каждом природой заложено отторжение давления извне. Вы пытаетесь что-то внушить, навязать, а ребенок, не зная причин запрета, отторгает, сопротивляется. Это нормально. Дайте ему сделать свой выбор под вашим присмотром и обсудите вместе результат. А репликами и криками «можно – нельзя» мы заставляем, добиваясь своего, и не задумываемся о последствиях: либо ребенок станет тупым исполнителем воли родителей, не очень понимая, что и зачем он делает, либо, сопротивляясь, проявит агрессию, наращиваемую с каждым годом.

Позвольте дать несколько советов для устранения недостатков воспитания любимого чада:

- Проводя душевную беседу с отпрыском, не надевайте маску всезнания и абсолютной уверенности в своих словах, разговаривайте с ним на равных, давая и ему возможность высказаться.
- Не запугивайте и не внушайте плохого, – не вселяйте в детскую душу страх.
- Сказки – вещь хорошая, но лучше ребенку узнавать и о жизненных реалиях.
- Не подавляйте интересов и не заминайте заданных вам вопросов, даже если считаете, что они неуместны или заданы преждевременно. Если чего-то не знаете, то ищите ответ вместе.
- Уважайте тайны!
- Не заглядывайте без спроса даже в ящик с игрушками.

### **Памятка родителям о воспитании детей**

---

**Воспитывая ребенка, старайтесь придерживаться следующих правил:**

- Любите своего ребенка, и пусть он никогда не усомнится в этом.
- Принимайте ребенка таким, как он есть – со всеми его достоинствами и недостатками.
- Опирайтесь на лучшее в ребенке, верьте в его возможности.
- Старайтесь внушать ребенку веру в себя и свои силы.
- Стремитесь понять своего ребенка, заглянуть в его мысли и чувства, ставьте себя на его место.
- Создайте условия для успеха ребенка, дайте ему возможность почувствовать себя сильным, умелым, удачливым.
- Не пытайтесь реализовать в ребенке свои несбывшиеся мечты и желания.
- Помните, что воспитывают не слова, а личный пример.
- Не сравнивайте своего ребенка с другими детьми, особенно не ставьте их в пример. Помните, что каждый ребенок неповторим и уникален.
- Не рассчитывайте на то, что ребенок вырастет таким, как вы хотите.
- Помните, что ответственность за воспитание своего ребенка несете именно ВЫ.

#### **Правила, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину.**

1. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни ребёнка.
2. Правил (ограничений, требований, запретов) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими и разумными.
3. Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребёнка (движение, познание, упражнение).
4. Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.
5. Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

- Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты. Или – как ты хочешь. Помоги ему стать не тобой, а собой.
- Не думай, что ребенок твой: он Божий. Он личность.
- Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь: ты дал ему жизнь, как он может отблагодарить тебя? Он даст жизнь другому, тот – третьему: это необратимый закон благодарности.
- Не вымещай на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и взойдет.
- Не относись к его проблемам свысока. Ибо тяжесть жизни дана каждому по силам, и будь уверен: ему его тяжела не меньше, чем тебе твоя. А может и больше. Потому что у него еще нет привычки.
- Не унижай!
- Не мучь себя, если не можешь что-то сделать для своего ребенка, мучь, если можешь и не делаешь.
- Помни – для ребенка сделано недостаточно, если не сделано все.
- Умей любить чужого ребенка. Никогда не делай чужому то, что не хотел бы, чтобы другие делали твоему.
- Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным, взрослым. Общаясь с ним, радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой.

### **Секреты воспитания вежливого ребенка.**

Ваш ребенок будет вежлив и воспитан,  
если Вы, уважаемые родители, ведете себя:

- Деликатно по отношению ко всем окружающим, тем более по отношению к его и своим друзьям;
  - Никогда не оскорбляйте человеческого достоинства своего ребенка, не кричите на него, не говорите при нем или ему грубых слов и, ни в коем случае, не применяйте в виде воспитательной меры физические наказания;
  - Не делайте бесконечных замечаний по пустякам, а, где только возможно, поощряйте самостоятельность своего ребенка;
  - Предъявляйте к детям единые требования и, если кто-то из вас не согласен с замечаниями другого, то высказывайтесь в их отсутствие;
  - Требуя от ребенка выполнения определенных правил, выполняйте их сами;
  - Уважайте достоинство маленького человека, исключив слова: «Ты еще маленький», «Тебе еще рано»;
  - Не забывайте говорить ребенку «пожалуйста», «спасибо», «спокойной ночи», а также часто используйте похвалу.
1. Наказание не должно вредить здоровью детей — ни физическому, ни психическому. Более того, по идее, наказание должно быть полезным.
  2. Если есть сомнение, наказывать или не наказывать, — не наказывайте. Даже если уже поняли, что слишком мягки, доверчивы и нерешительны. Никакой «профилактики», никаких наказаний «на всякий случай».
  3. За один раз — одно. Даже если проступков совершено сразу необозримое множество, наказание может быть суровым, но только одно, за все сразу, а не по одному за каждый.  
Наказание — не за счет любви, что бы ни случилось, не лишайте ребенка заслуженной похвалы и награды.
  4. Лучше не наказывать, чем наказывать запоздало. Иные, чересчур последовательные взрослые, ругают и наказывают детей за проступки, обнаруженные спустя месяц, а то и год (что-то испортил, стащил, напакостил), забывая, что даже в суровых взрослых законах принимается во внимание срок давности правонарушения. Риск внушить ребенку мысль о возможной безнаказанности не так страшен, как риск задержки душевного развития.
  5. Наказан — прощен. Инцидент исчерпан. Страница перевернута, как ни в чем не бывало. О старых грехах ни слова. Не мешайте начинать жизнь сначала!
  6. Без унижения. Что бы ни было, какая бы ни была вина, наказание не должно восприниматься ребенком как торжество нашей силы над его слабостью, как унижение. Если ребенок считает, что мы несправедливы, наказание подействует только в обратную сторону!
  7. Ребенок не должен бояться наказания. Не наказания он должен страшиться, не гнева нашего, а нашего огорчения.
  8. При дефиците любви становится наказанием сама жизнь, и тогда наказания ищут как последний шанс на любовь.

## Литературная викторина «По стране сказок»

**Цель:** Способствовать созданию единого образовательного пространства по использованию сказки в социально-нравственном, творческом и речевом развитии детей.

**Задачи:**

- Привлечь родителей к участию в воспитательно-образовательном процессе,
- Обобщить знания детей о сказках, воспитывать доброжелательность, умение работать в команде, совершенствовать коммуникативные функции речи, активизировать творческий потенциал детей и взрослых.
- Показать навыки детей, формы и методы работы со сказкой.
- Создать положительный эмоциональный настрой всех участников.
- Формировать запас литературных художественных впечатлений, личностную позицию как при восприятии сказок, так и в процессе творчества;
- Развивать такие формы воображения, в основе которых лежит интерпретация литературного образа; развивать индивидуальные литературные предпочтения, прививать неформальное восприятие сказок, развивать чувство юмора;

**Вступительное слово:**

Дети под музыку заходят в музыкальный зал.

**Красная Шапочка:** Здравствуйте дорогие дети! Здравствуйте дорогие взрослые! Сегодня мы с вами поиграем и вспомним наши любимые сказки! Ребята, а кто из вас догадался, как меня зовут? (Ответы детей). Меня зовут Красная Шапочка!

У каждого человека есть любимая сказка. И слышим мы их с детства, как слушали их наши мамы и папы, бабушки и дедушки. Сказка вечна, потому что в ней всегда добро побеждает зло, а дружба помогает преодолеть все трудности. Сегодня мы с вами вспомним наши любимые сказки, побываем в гостях у любимых героев, поиграем и примем участие в конкурсах. Ой, ребятки к вам в гости я пришла не одна, а со своей доброй бабулей. Ну почему-то она задерживается, и я уже начинаю волноваться(смотрит на часы).

Давайте поприветствуем наших участников – команду «Буратино» и команду «Кот в сапогах».

Представляем вам жюри. Жюри оценивает каждый правильный ответ одним баллом.

Итак, мы начинаем!

А вы – болельщики, тоже будьте внимательны, потому что и для вас будут задания. Для начала я хочу узнать, какие русские народные сказки вам знакомы? (Ответы детей). Молодцы!

А теперь послушайте, какие необходимо выполнять правила во время игры – викторины:

- вопросы надо слушать внимательно;
- ответить на задание может любая команда, которая знает ответ и хочет ответить, для этого нужно посоветоваться и капитану поднять эмблему своей команды и таким образом получить право на ответ;
- за правильный ответ будет вручаться жетон, но если команда ответит не правильно, тогда право ответа переходит к второй команде.
- победительницей в игре будет та команда, у которой будет больше жетонов.

Представление жюри:

**Ход викторины**

Дети и взрослые делятся на команды с помощью цветных жетонов и рассаживаются за столы, обозначенные соответствующим жетонам

(Команды: участники викторины получают символы –«Буратино» и «Кот в сапогах»)

Разминка «Загадки».

Необходимо отгадать названия сказок.

(Ведущий по очереди загадывает загадки каждой команде).

1.Сидит в корзине девочка

У мишки за спиной.

Он сам, того не ведая,

Несет ее домой. (Маша и Медведь)

2.Удивляется народ:

Едет печка, дым идет,

А Емеля на печи

Ест большие калачи! (По-щучьему велению)

3.Внучка к бабушке пошла,

Пироги ей понесла.

Серый волк за ней следил,

Обманул и проглотил. (Красная шапочка)

4. Кто работать не хотел,  
 А играл и песни пел?  
 К брату третьему потом  
 Прибежали в новый дом. (Три поросёнка)
5. Девочка спит и пока что не знает,  
 Что в этой сказке ее ожидает.  
 Жаба под утро ее украдет,  
 В нору упрячет бессовестный крот. (Дюймовочка)
6. Красна девица грустна:

Ей не нравится весна,  
 Ей на солнце тяжело!  
 Слезы льет бедняжка!.. (Снегурочка)

**1. Конкурс** «О какой сказке идёт речь?»

**Команда «Буратино»**

1. В дом хозяева вошли — беспорядок там нашли. (Три медведя)
2. Мышка к ним пришла на помощь, вместе вытянули овощ. (Репка)
3. Лечит разных малышей, лечит птичек и зверей. (Доктор Айболит)
4. Помогла нам яблонька, помогла нам печка... (Гуси – лебеди)
5. Нам не страшен серый волк. (Три поросенка)
6. Сяду на пенёк, съем пирожок. (Маша и медведь)
7. Колотил, колотил по тарелке носом. (Журавль и лисица)
8. И сбежали от грязнули и чулки и башмаки. (Мойдодыр)

**Команда «Кот в сапогах»**

1. Приходите, тараканы, я вас чаем угощу. (Муха-Цокотуха)
2. Свет мой, зеркальце, скажи... (Сказка о мертвой царевне и о семи богатырях)
3. Не пей из копытца, козлёночком станешь. (Аленушка и братец Иванушка)
4. Ещё пуще злится злая старуха... (Сказка о рыбаке и рыбке)
5. Я от дедушки ушёл, я от бабушки ушёл... (Колобок)
6. Он ударил в медный таз и вскричал: «Карабарас!» (Мойдодыр)
7. Дёрни за верёвочку, дверь и откроется. (Красная шапочка)
8. Не ходите, дети в Африку гулять. (Айболит)

- 2. Конкурс** «Салат из сказок» Ведущий читает придуманные сказки, где присутствуют персонажи из разных русских народных сказок, а игрокам нужно отгадать, из каких сказок эти персонажи?
- Команда Буратино** 1. "... Сидит Волк у проруби и приговаривает: "По щучьему велению, по моему хотению, ловись, рыбка, большая и маленькая". Потяжелел хвост, стал Волк его тянуть, никак не вытянет. Позвал Волк бабку, бабка – внучку, внучка – Жучку...". ("Лисичка – сестричка и Серый волк", "По щучьему велению", "Репка")

**Команда «Кот в сапогах»** 2. "... Выпил Иванушка водицы из копытца и превратился в козлёночка, увидела это Алёнушка и заплакала. А Иванушка говорит : "Не плачь, Алёнушка, а помоги мне лучше влезть в левое ухо, а вылезти из правого и я снова стану братцем...". ("Сестрица Алёнушка и братец Иванушка", "Крошечка – хаврошечка")

**Команда «Буратино»** ... Покатился Колобок по дорожке и видит: стоит перед ним избушка на курьих ножках. А перед избушкой сидит Иванушка, золотыми яблочками играет. Постучал Колобок и спрашивает : "Тук, тук, тук! Кто в тереме живёт?". "Я – мышка – норوشка, я - лягушка – квакушка...". ("Колобок", "Гуси – лебеди", "Теремок").

**Команда «Кот в сапогах»** Вот пришла зима снежная, намело сугробов до пояса, высыпали ребятишки на улицу поиграть, а старик со старухой на них из окна глядят да про свое горе думают. «А что, старуха, - говорит старик,- давай мы себе из снега дочку сделаем». А старуха отвечает: «Не тужи, Иван – царевич! Ложись – ка спать – почевать, утро вечера мудренее! («Снегурочка», «Царевна-лягушка»)

**Разминка - Подвижная игра "Сказочные герои".**

Правила игры: дети бегают в рассыпную под музыку. На слова "Труселивый зайчик" дети присаживаются на корточки и закрывают руками голову. Опять бегают в рассыпную. На слова "Хитрая лиса" дети останавливаются, ставят ручки на пояс. Опять бегают в рассыпную под музыку. На слова "Сердитый волк" дети останавливаются и поднимают руки вверх, рычат. Игра повторяется несколько раз.

**3. Конкурс «Назови героя сказки»**

Думай, смекай, на вопрос быстро отвечай!

- Кто из героев сказки был хлебобулочным изделием? (Колобок).
- Назовите героиню сказки, которая выросла на огороде? (Репка).

- Какой герой очень любил обувь и его за это прозвали? (Кот в сапогах).
- Какая героиня сказки получила своё имя благодаря головному убору? (Красная Шапочка).
- Какой серый зверь обидел нечётное количество маленьких детишек?( Волк).
- Назовите имя трудолюбивой девочки, которой помогла добрая фея?( Золушка).
- Кто та маленькая девочка, которую из беды выручила ласточка?( Дюймовочка).
- Какой герой сказки лечит детей, лечит птичек и зверей?(Айболит).
- Назовите имя девочки, которая хитростью заставила медведя отнести её из леса домой? ( Маша).
- От кого в сказке убежала вся посуда? (от Федоры).
- Кто родился в Италии? Он не просто мальчик-лук, а надёжный, верный друг (Чиполлино).
- Кто мальчишку с длинным носом из полена смастерил? (папа Карло).
- Кому служил серый волк? ( Ивану-царевичу).
- Как зовут друга Малыша, который живёт на крыше?( Карлсон).

#### **4. Конкурс «Расскажите коротко сказку»**

**Команда «Кот в сапогах» – сказку «Крошечка – Хаврошечка».**

**Команда «Буратино»- сказку «Золушка»**

Разминка .

«Добавь словечко к названию сказки»

- Гуси -...(Лебеди)
- Царевна -...(Лягушка)
- Аленький - ...(Цветочек)
- Вино -....(Пух)
- Маша и ....(Медведь)
- Заюшкина ... (Избушка)
- Крошечка -....(Хаврошечка)
- Сивка -...(Бурка)
- Мальчик ... (С пальчик)
- Красная ... (Шапочка)
- Спящая ....(Красавица)
- Вершки -...(Корешки)

#### **5. Конкурс «Вопрос-ответ».**

Командам нужно за одну минуту ответить на мои вопросы:

- Как звали невесту Пьеро?
- Кому подошла по размеру хрустальная туфелька?
- Кто родился в чашечке цветка?
- Кого так долго тянули из болота?
- Кто взял спички и поджёг синее море?
- Кто сварил кашу из топора?
- Кто съёл золотое яичко?
- Как звали девочку из сказки «Снежная королева»?
- Как называлась деревня, где жил почтальон Печкин?
- Кто лечил больных зверей?
- Назовите героя, который живёт на крыше?
- Кто из героев ездил по улице на печке?
- Что купила муха на базаре, когда нашла денежку?
- Чем ловил рыбу волк в сказке «Волк и лиса»?

#### **6. Конкурс «Найди домик для героя сказки»**

На полу перед каждой командой разложены иллюстрации героев сказок. На магнитной доске размещены домики с разным количеством окошек. Чтобы узнать, кто, где живёт, нужно имена героев поделить на слоги.

Дети берут любую картинку, определяют количество слогов в названии героя сказки и прикрепляют к нужному домику. (Колобок, Кот, Золушка, Дюймовочка, Волк, Русалочка, Лиса, Мальвина, Айболит, Петух)

#### **7. Конкурс «Сказочные задачки».**

Каждой команде нужно внимательно послушать задания и решить сказочные задачки.

Сколько зверей встретил в лесу Колобок?

Назовите три сказки, героями которых были братья?

Сколько лепестков у Цветика-семицветика?

Герои сказки «Три поросёнка» пришли в гости к героям сказки «Три медведя». Сколько их стало всех вместе?

Какой по счёту стояла кошка в сказке «Репка»?  
Назовите пять сказок, героем которых была лиса.  
Сколько героев в сказке «Зимовье зверей»?  
Назовите сказки, где упоминается цифра 7.

8. Конкурс "Сказку видели, не скажем, а сейчас ее покажем".

Команды показывают друг другу сказки: «Репка» и «Теремок»

Жюри оценивает конкурс.

### **9. Конкурс «Рыбалка»**

Помните, в «Сказке о рыбаке и рыбке» занятием старика было ловить неводом рыбу, мы тоже сейчас порыбачим. Рыбки, которых вы поймаете не простые, а с заданиями.

(Ребята по – очереди выходят к доске, “ловят” рыбку и отвечают на вопрос, который написан на обороте. Кто правильно ответит, тот поймал рыбку).

Вопросы на рыбках:

Думай, смекай, на вопрос быстро отвечай!

- Кто из героев сказки был хлебобулочным изделием? (Колобок).
- Назовите героиню сказки, которая выросла на огороде? (Репка).
- Какой герой очень любил обувь и его за это прозвали? (Кот в сапогах).
- Какая героиня сказки получила своё имя благодаря головному убору? (Красная Шапочка).
- Какой серый зверь обидел нечётное количество маленьких детишек? (Волк).
- Назовите имя трудолюбивой девочки, которой помогла добрая фея? (Золушка).
- Кто та маленькая девочка, которую из беды выручила ласточка? (Дюймовочка).
- Какой герой сказки лечит детей, лечит птичек и зверей? (Айболит).
- Назовите имя девочки, которая хитростью заставила медведя отнести её из леса домой? (Маша).
- От кого в сказке убежала вся посуда? (от Федоры).
- Кто родился в Италии? Он не просто мальчик-лук, а надёжный, верный друг (Чиполлино).
- Кто мальчишку с длинным носом из полена смастерил? (папа Карло).
- Кому служил серый волк? (Ивану-царевичу).
- Как зовут друга Малыша, который живёт на крыше? (Карлсон).
- Как звали жениха мертвой царевны? (Королевич Елисей)
  - Сколько лет жили старик со старухой у самого синего моря? (33 года)
  - К кому обращался королевич Елисей в поисках своей невесты? (К солнцу, к месяцу, к ветру). по лбу)
  - Какими словами бранила старуха своего старика? (Дурачина ты..)
  - Какое было 1 желание старухи из “Сказки о рыбаке и рыбке”? (корыто)

### **10. конкурс «Собираем Золушку на бал»**

Помогите Золушке отправиться на бал. Каждая команда рисует красивое платье для Золушки.

### **Для родителей. конверт фиолетовый: «Кроссворд по русским народным сказкам»**

По горизонтали:

2. Тот Илья, что Соловья-разбойника усмирил. 4. Героиня сказок. Она и Премудрая, она и Прекрасная. 7. Цветок, который дружил с жаворонком. 10. В истории про деда и медведя одному из них достались корешки, а другому... 11. Он и от дедушки ушел и от бабушки ушел. 12. Что произошло, когда принц и принцесса встретились?

По вертикали:

1. Птица-разбойник. 3. Баба страшная ... 5. Младший сын деда и бабы. Обычно дурачок. 6. У сестрицы Алёнушки был братец ... 8. Чем поп машет? 9. Сказочный домик, в котором живет много зверей.

**Ведущий** Ребятки наша викторина подходит к концу. Сейчас жюри подведет итоги, и мы наградим команду, занявшую первое и второе место.

Стук в дверь. Заходит бабушка.

**Бабушка:** Здравствуйте ребяташки! Здравствуй моя внучка! Вот корзиночка с гостинцами, там вкусные сладкие пирожки с клубничным джемом.

**Ведущий:** Я же вам ребяташки говорила, что моя бабуля самая замечательная. Сейчас мы объявим результаты нашей викторины, а затем всех приглашаем к столу.

Награждаются все участники викторины.

## Консультация для родителей.

### «Как провести выходной день с ребенком.»

В каждой семье по-своему принято проводить выходные дни. Но в большинстве случаев, это выглядит так: мама с папой заняты своими делами, дети смотрят мультики или сидят за компьютером. Это не только плохо отражается на здоровье дошкольников, но и оказывает отрицательное воздействие на детско-родительские отношения, между родителями и детьми теряется нить дружбы и доверия. На этапе когда дети еще малы, это не так страшно, а вот когда настанет подростковый период, родители начнут пожинать свои плоды.

А ведь выходные можно проводить весело и с пользой для всей семьи. Совместное времяпрепровождение сплачивает семью, а так же дает понять ребенку, насколько он важен для мамы и папы. Но, не стоит забывать о режиме ребенка, ведь после выходных наступят будни и ребенок пойдет в дошкольное учреждение, где ему будет проще адаптироваться к новой «рабочей неделе», если домашний режим совпадает с детсадовским.

В любую погоду и при любом финансовом состоянии можно интересно проводить время со своей семьей.

Это могут быть вылазки на природу: просто прогулки по парку или же можно отправиться в поход, благо в нашей области достаточно достопримечательностей и памятников природы. Интересны будут прогулки по лесу за грибами или же просто полюбоваться природой и подышать воздухом. Осенью очень весело собирать необычные листочки, затем собрав их в гербарий. В любое время года можно отправиться всей семье на увлекательную рыбалку, даже если, вам не повезет с уловом, заряд бодрости и хорошего настроения вам будет обеспечен. Особенно, рыбалка, способствует укреплению отношений папа-сын. Мама же, в это время, может с дочкой рисовать пейзажи, которые будут вокруг или готовить стол к семейному пикнику. Возможно, кого-то привлекает спортивный отдых: бадминтон, футбол, волейбол... это можно осуществить на детской площадке. Или же можно устраивать семейные спортивные соревнования с другими семьями. Это будет не только способствовать укреплению здоровья ребенка, укреплению детско-родительских отношений, но так же благоприятно скажется на умении ребенка общаться с взрослыми и сверстниками. Можно отправиться в путешествие на велосипедах, сейчас большой выбор детских сидений, которые крепятся на взрослый велосипед. В зимнее время года, объединит семью постройка снежных замков или катание с горки, которая предварительно будет построена совместно с ребенком. Кататься на коньках, теперь возможно не только зимой, но и летом, благодаря крытым каткам, которые есть практически в любом крупном городе.

Если семья предпочитает культурный отдых, можно сходить в музей, на выставку, в театр, кино или зоопарк. Там ребенок получит не только положительные эмоции, но и новые знания.

Если за окном погода совсем не радует можно ограничиться домом. Но не просто сидеть у телевизора, а организовать семейный обед, можно пригласить гостей. Семейные обеды, особенно если за ними обсуждать дела каждого члена семьи, их проблемы и радости, так же благоприятно сказывается на укреплении семейных отношений. После обеда можно поставить спектакль, или просто почитать детям интересную книгу или поиграть в настольные игры.

Так же в каждом районе города, сейчас открыто множество центров развлечений, где можно совместить приятное с полезным, отдохнуть всей семьей и совершить необходимые покупки.

Любое своё приключение, не забывайте фотографировать. Как-нибудь, вечером будет приятно посидеть в кругу семьи и вспомнить о весело проведенном времени.

То, к чему вы приучите ребенка с ранних лет, так и останется с ним на всю жизнь и возможно, потом он будет так же проводить время со своими детьми.

## Консультация для родителей

### «Что и как читать детям»

**Цель:** Содействовать воспитанию интереса и любви к чтению, книге; помочь родителям понять значимость литературного воспитания детей.

#### **Задачи:**

Показать родителям ценность домашнего чтения.

Рекомендовать родителям художественные произведения для домашнего чтения в соответствии с возрастом и индивидуальными особенностями ребёнка.

Обратить внимание родителей на возможность развития интереса ребёнка в ходе ознакомления с художественной литературой, вовлечения его в игровую деятельность, рисование.

#### **Ход консультации:**

Еще до того как научиться говорить самостоятельно, малыш прекрасно понимает о чем говорят вокруг него. Ему легко воспринимать речь, которой общаются взрослые в быту, между собой. Воспринимать сказку, которую рассказывает мама, это уже гораздо сложнее дается малышу, ведь то, что было в сказке, не было наяву. Вот именно поэтому нужно знать что почитать ребенку 5 лет и учить малыша воспринимать рассказ, тогда и будет развиваться способность понимать сказки и книги прочитанные мамой. Также большую роль в восприятии играют картинки.

И вот наступил момент, когда ваше чадо выросло и стало самостоятельной личностью. В пять — шесть лет у ребенка уже формируются чувство морали, эстетики, а также интеллектуальные чувства. Со скоростью света развивается познавательная активность. Дети в таком возрасте ждут от взрослых

правдивых, серьезных и вдумчивых ответов на все их вопросы. Таким образом, ребенок проявляет огромное желание делиться с окружающими тем, чем он умеет и знает. Широкий круг интересов положительно сказывается на общении и взаимоотношениях с ровесниками.

### **КАК ПРАВИЛЬНО ЧИТАТЬ ДЕТЯМ**

Дети в возрасте пяти лет любят семейные традиции, и с удовольствием их поддерживают. В этом возрасте как раз время прививать детям любовь к книгам. Для этого нужно чтоб ежедневные чтения книг стали традицией, которую ребенок пронесет потом через всю жизнь. Постарайтесь понаблюдать за ребенком, и найдите время тогда, когда малыш спокоен и готов принимать от вас информацию в виде прочтения книг. У детей такие моменты спокойствия припадают на вечерние или послеобеденные часы. Ребенок в таком возрасте уже умеет сосредоточить внимание на одном достаточно длительное время, и читать им можно уже на протяжении часа. Если это не так и ребенку сложно сконцентрироваться и он постоянно отвлекается, то вам не стоит читать слишком долго, а также полезно будет поделаться упражнения для развития внимания. Нужно помнить о том, что детям в возрасте 5 лет читать нужно с эмоциями, с выражением, особое внимание уделяйте конкретным вещам (природа, персонажи). Дети в этом возрасте обладают прекрасным умением фантазировать, воспользуйтесь этим, и просите ребенка продолжить рассказ, сказку. Не забывайте о чтении в ролях, это поможет хорошо развить память, риторике.

### **ЧТО ПОЧИТАТЬ РЕБЕНКУ 5 ЛЕТ**

В период развития 5 лет родители озадачиваются вопросом, что читать детям. Как и в каждом вопросе мнений, здесь очень много, и спорить тоже можно очень долго. Есть специальные программы для чтения, которые подготовили педагоги, и они тоже имеют различия. Важно то что, читать ребенку в 6 — 7 лет можно то что и 5 летнему и наоборот. Только иногда ребенок младшего возраста может не понять, или ему покажется скучным какое то из произведений.

Ребенку 6 лет что читать в этом возрасте? В возрасте от 5 лет важно читать произведения различных жанров. Но непременно, чтоб присутствовали произведения с которыми ребенок уже знакомился ранее. Перед тем как начать чтение, расскажите в двух словах ребенку о том, что будете читать, кто автор. Это нужно для того, чтоб на будущее ребенок умел сосредоточиться в огромном количестве литературы.

### **КАКИЕ КНИГИ НУЖНО ЧИТАТЬ ДЕТЯМ**

Книги какого жанра читают дети? Все дети любят веселые приключенческие рассказы и стишки, точно сказать сложно ведь дети как и взрослые бывают разные и у каждого свои вкусы.

В 5 — 6 лет у вашего ребенка уже может появиться любимый автор, или даже какой-то определенный жанр. Часто дети любят учить наизусть стихи или читать в ролях. Среди педагогов существует мнение, что к возрасту 7 лет дети должны уметь разбираться в различных жанрах художественной литературы (песня, стих, сказка), назвать любимую сказку, персонажа, знать на память 3-4 стиха (возможно напоминание первых строк). Когда у вашего сына или дочки появится любимый рассказ или книжка, вы об этом обязательно узнаете. Дети, понравившуюся книжку будет читать изо дня в день, везде носить ее с собой, рассказывать о понравившихся героях. Часто малыши себя сравнивают с героями произведения, хотят на них быть похожими. Выбирая, что почитать ребенку 5 лет стоит помнить о песенках, скороговорках, различных видах энциклопедий.

## Памятка «Правила безопасности дома и на улице»

### Вы хотите, чтобы ребенок выполнял правила безопасности при поведении на улице и дома?

#### БЕЗОПАСНОСТЬ РЕБЕНКА.

Вы хотите, чтобы ребенок выполнял правила безопасности при поведении на улице и дома? Отлично!

Первое, что нужно сделать – неукоснительно выполнять их самим.

Именно наши действия дети копируют, зачастую до мелочей. Поэтому нет специальных «правил для детей» – есть правила безопасности для всех. И только от вас зависит, будет ли ребенок соблюдать эти правила или нет. Помните, что привычные для взрослых действия зачастую влекут опасность для ребенка.

1. Даже если вы ждете в гости друзей, при звонке в дверь не мчитесь открывать, а обратите внимание ребенка: «Звонят в дверь. Мы ждем гостей, но все равно я сейчас посмотрю в глазок и спрошу, кто там. Если там незнакомые люди, я не буду открывать». И именно так и сделайте.

2. Объясняйте ребенку свои действия, если они идут вразрез с тем, что вы от него требуете. Например: «Я вошла в лифт с этим человеком, поскольку я взрослая и, с моей точки зрения, я смогу с ним справиться, даже если он попробует на меня напасть. Но для тебя, ребенка, правило только одно: никогда и ни с кем незнакомым не заходить в лифт!»

3. Мы легко и просто общаемся с незнакомыми людьми в общественном транспорте и общественных местах. Ребенок повторяет наши действия, а преступник очень часто пользуется именно этим. Что делать? Объяснить ребенку, что для него любой человек, не являющийся членом семьи – посторонний. Общение с посторонними людьми при отсутствии поблизости родителей должно ограничиваться только приветствиями. На все предложения посторонних нужно отвечать «Нет!» — и немедленно уходить от них, даже если они знают или зовут ребенка по имени. В разговоре с незнакомцами не рассказывайте о своей работе, доходах, адресе, распорядке дня членов семьи – и если свидетелем разговора стал ребенок, обязательно потом вернитесь к обсуждению этого момента и подчеркните, например: «Я разговаривала с незнакомым человеком, поэтому сказала только, что мы живем в Строгино. Но я не стала бы называть ему свой адрес!».

4. Внушите ребенку, что слушаться он должен только членов семьи. Нельзя беспрекословно слушаться всех взрослых! Приведите пример, что вы, допустим, выполняете распоряжения своего начальника, но не стали бы слушаться первого попавшегося человека с улицы.

5. Следите за своей речью. Ищите грань между воспитанием разумной осторожности и «паникерством». Чтобы не запугать ребенка, не превратить в паникера и труса, избегайте выражений типа «не разговаривай с незнакомыми людьми», «кругом полно психов», «детей постоянно крадут», «гулять в парках очень опасно», «никому нельзя доверять» и т.п. Вместо этого скажите: 1. С незнакомыми людьми надо вести себя следующим образом... 2. Большинству людей можно доверять, но... 3. С тобой ничего не случится, если... 4. Если кто-нибудь подойдет к тебе и скажет..., делай так... 5. Ты можешь обратиться за помощью к...

6. Проигрывайте вместе с ребенком самые различные ситуации. Например, «что ты сделаешь, если на улице незнакомый человек предложит, что покажет красивого щенка, кошечку? Что ты сделаешь, если незнакомец предложит тебе покататься в красивой машине? Что ты сделаешь, если кто то предложит тебе пойти на работу к маме вместе с ним, а мама тебе об этом ничего не говорила и не звонила? Что ты сделаешь, если кто то назовет тебя по имени на улице и скажет, что папа попал в аварию и вам вместе надо поехать к нему?» Попробуйте сами побыть в роли ребенка, а ребенок пусть побудет «преступником». Это может дать совершенно необычный и очень запоминающийся опыт! По итогам игры обязательно устраивайте «разбор полетов»! Но не ругайте ребенка, если он что-то сделал неправильно, а объясните, что было не так и как следует делать.

7. Если вам пришлось возвращаться домой поздно вечером — расскажите ребенку, что вы предприняли для обеспечения своей безопасности. Например, так: «я не хотела идти безлюдной темной улицей, хотя это и короче. Вместо этого я выбрала освещенную дорогу, по которой ходят люди. Я пришла на пять минут позже, но зато я чувствовала себя уверенно». Или так: «мне пришлось сегодня поздно ехать в электричке, поэтому я заранее сняла золотые серьги и кольца и сложила их в сумочку, чтобы не привлекать внимания. А потом позвонила папе, чтобы он встретил меня у станции». Достаточно нескольких таких историй, чтобы основные правила «вечерней безопасности» отложились у ребенка в голове намного прочнее, чем если бы вы просто требовали соблюдения этих правил от него.

8. И самое главное: выстраивайте ваши отношения с детьми на основе доверия с самого раннего детства. Не бойтесь рассказывать ребенку о своих проблемах – это поможет ему рассказать вам о своих. Учите детей не бояться родителей и говорить им правду обо всех случаях в их жизни – это поможет в дальнейшем избежать многих проблем.

## Родительское собрание «Моя семья — что может быть дороже»

**Оборудование:** компьютер для просмотра видеоклипа к песне «Гимн семье», магнитофон, доска, рисунки детей, памятки для родителей, солнышко с лучиками, слова песни «Песенка о нашей семье», шарики.

### План проведения:

1. Приветствие воспитателя (Слайд с афоризмами о семье)
2. Выступление воспитателя на тему «Что такое семья». Обмен мнениями, обсуждение.
3. Игра «Я начну, а ты закончи» (пословицы и поговорки)
4. Совместное исполнение песни «Песенка о нашей семье». Выставка рисунков «Моя семья»
5. Демонстрация «генеалогические древа» семьи детьми и родителями и рассказ о своих родословных  
Вручение грамот.
6. Выставка рисунков «Моя семья».
7. Обобщение воспитателя по первой части собрания, памятка родителям от ребенка.
8. Тестирование родителей «Мой стиль воспитания ребенка в семье».
9. Подведение итогов, памятка для родителей по созданию благоприятной семейной атмосферы.
10. Чтение стихотворений о семье детьми.
11. Прослушивание и просмотр видеоклипа к песне «Гимн семье». Вручение подарков родителям (ромашка).

### Программное содержание:

- Научить родителей слышать и понимать своего ребенка;
- Повысить уровень педагогической культуры родителей;
- Приобщить родителей к участию в жизни детского сада через поиск и внедрение наиболее эффективных форм работы;
- Пробудить желание увидеть проблемы своего малыша изнутри, сотрудничать со специалистами с целью их решения;
- Использовать образовательный потенциал родителей для обучения и воспитания детей.

### Подготовительный этап

#### Предварительная работа:

1. Подготовить памятки для родителей по созданию благоприятной семейной атмосферы, распечатать слова песни «Песенка о нашей семье».
2. Подготовить приглашение на собрание каждой семье. (Совместно с детьми изготовить приглашения в виде открыток)
3. Подготовить выставку детских рисунков на тему: «Я и моя семья».
4. Подготовить и вывесить на доску размышления психологов А.С. Макаренко, Сухомлинского, на тему о семье и детях.
5. Изготовить с детьми ромашки.

### Организационный этап

Пока родители собираются, тихо звучат записи детских песен про семью «Под крышей дома твоего» и другие; столы расставлены полукругом, стулья для детей стоят перед родителями.

### Основной этап

Добрый вечер, уважаемые родители! Мы благодарим Вас, что в таком круговороте дел, работы, занятости вы нашли время и пришли к нам на встречу. Мы рады видеть вас за нашим круглым столом.

Это означает, что нас всех объединяет интерес к теме родительского собрания, а она действительно заслуживает внимания.

Самое главное и ценное в жизни - это семья! Семья - это замечательные мама и папа, добрые бабушка и дедушка, веселые и дружные братья и сестры.

Семья - это слово родное!

Сколько в нем света добра и тепла!

Как мы гордимся своими родными,  
за все их заслуги, за все их дела!

- Что такое семья? (ответы родителей) Что такое семья - этот вопрос стоит задать себе до попытки ее создать.

Семья - это счастье, к которому нужно готовиться.

Создание семьи – это искусство и это искусство должен освоить каждый.

(Чтение стихотворения)

Как появилось слово “семья”? (включить тихую музыку)

Когда-то о нем не слыхала Земля...

Но Еве сказал перед свадьбой Адам:

Сейчас я тебе семь вопросов задам;

“Кто деток родит мне, богиня моя”?

И Ева тихонько ответила “я”,

“Кто их воспитает, царица моя”?

И Ева коротко ответила “я”  
Кто пищу сготовит, о, радость моя”?  
И Ева все так же ответила “я”  
“Кто платье сошьет?

Постирает белье?

Меня приласкает?

Украсит жилье?

Ответь на вопросы, подруга моя! ”

“я”, “я” ... тихо молвила Ева – “я”, “я” ...

Сказала она знаменитых семь “я”

Вот так на земле появилась семья.

Для чего человеку семья?

Думаю, каждый ответит по-своему, но наверняка прозвучит одна простая и верная мысль – для счастья.

Да, человеческое счастье вряд ли возможно без семьи. Ни самая увлекательная работа, ни друзья не могут дать то, что может дать семья.

Сегодня мы собрались здесь, чтобы поговорить о семье, семейных ценностях, их роли в воспитании подрастающего поколения. Как хорошо, что мы все вместе. У вас, конечно же, много неотложных дел и забот, но забудьте о них на некоторое время и постарайтесь хорошо отдохнуть.

И начнем мы с разминки. Ответать надо громко, четко, одним словом:

1. Сбор родителей для решения педагогических проблем (Родительское собрание)
2. Женщина по отношению к своему ребенку (мама)
3. Мама отца или матери (бабушка)
4. Мужчина по отношению к своему ребенку (отец)
5. Маленький доносчик (ябеда)
6. Папа и мама ребенка (родители)
7. Группа живущих вместе родственников (семья)

Что такое семья?

Слово это понятно всем, как слова «хлеб» и «вода». Семья - это дом; это мама, папа, бабушка, дедушка; это любовь и забота, труд и радость, несчастья и печали, привычки и традиции. Это внутренняя близость людей. Когда она есть, тогда и семья есть.

В народе говорят, что каждый человек должен в своей жизни вырастить дерево, построить дом и воспитать ребенка. Вырастить дерево - значит любить его и ухаживать за ним. Построить дом - не у всех сегодня есть средства на строительство собственного жилья. А вот вырастить храм души, не загубив его алчностью, эгоизмом, завистью, дать ему небесную чистоту может каждый, если постарается. Вырастить ребенка - не просто вырастить тело, а сотворить дух, подобный себе. Вот тогда весть о тебе будет доброй, а совесть чистой.

С давних пор о доме и семье всегда говорили с улыбкой и любовью. Издалека до нас дошли легенды, сказки, пословицы и поговорки.

Давайте их вспомним. Я начинаю, а вы заканчивайте:

При солнышке тепло, (а при матери добро).

В гостях хорошо, (а дома лучше).

Не красна изба углами, (а красна пирогами).

Не нужен клад, (когда в семье лад).

Птица радуется весне, (а младенец матери).

Дети не в тягость, (а в радость).

Когда семья вместе (и сердце на месте).

Нет лучше дружка, (чем родная матушка).

Мой дом -... (моя крепость).

Продолжая рассматривать тему семейного воспитания, хочется особое внимание обратить на ценности.

Сегодня мы попробуем все вместе определить их. Вот перед вами «восходящее солнце», которое мы так и назовем «Ценности семейного воспитания», а лучей у него пока нет. Лучами будут те самые фундаментальные, понятные и необходимые всем детям ценности.

В любые времена семью укрепляют эмоциональные связи родителей и детей. Людям дана такая роскошь, как человеческое общение, а умеем ли мы пользоваться этой роскошью в своих семьях, и учим ли мы этому своих детей? Для детей очень важно знать, что ему доверяют, чувствовать свою значимость и нужность.

Совместные дела воспитывают в детях чувство ответственности, уверенности, повышают самооценку, развивают положительные эмоции: чувство радости, удовлетворения, а главное сближают его с родителями, братьями, сестрами и другими членами семьи. Самым ярким элементом семейного воспитания являются **СЕМЕЙНЫЕ ТРАДИЦИИ** - (прикрепляется первый лучик) .

Очень важно, чтобы ребенок был активным участником семейных традиций, а не наблюдателем, чтобы он вместе со всеми переживал, готовился, участвовал, только тогда она станет и для него, и для будущей его семьи настоящей и востребованной традицией.

А какие вы можете назвать традиции в своих семьях?

Выступления родителей (из опыта): пение песен, походы, коллекции, настольные игры, семейные альбомы, вязание, вышивание, шитье мягких игрушек и т. д.

Одна из названных семейных традиций - петь песни. Наверное, вы знаете много детских песен. Сейчас мы это проверим.

**Музыкальный конкурс** – отгадайте, о ком или о чем идет речь:

1. Если с ним ты вышел в путь. (Друг.)
2. Она все лежит, да на солнышко глядит. (Черепашка.)
3. Он ничего не проходил, ему ничего не задавали. (Антошка.)
4. Они сделаны из цветочков и звончков. (Девчонки.)
5. Они бегут неуклюже. (Пешеходы.)
6. Он бежит, качается. (Голубой вагон.)
7. Рисунок мальчишки. (Солнечный круг.)
8. С нею весело шагать по просторам. (Песня.)
9. От нее станет всем теплей. (Улыбка.)

(Родителям раздают листы с текстом «Песенки о нашей семье»)

Так давайте исполним все вместе песню о семье.

**Песенка о нашей семье** (под музыку песни «Где-то на белом свете»)

Где-то на белом свете наша семья живет,  
Горя и бед не знает, дружною слывет.  
Вместе читаем книги, вместе в кино идем,  
В праздник поем и пляшем, в будни дела найдем!

Ла-ла-ла... Дружная у нас семья!

Мама белье стирает, сын подметает пол,

Папа обед готовит, слушая футбол.

Спорится вмиг работа, каждый к труду привык.

И отдыхать умеем, жарим в лесу шашлык!

Ла-ла-ла... Дружная у нас семья!

Молодцы! Я вам хочу загадать задачку. Попробуйте ее решить. Сколько человек в семье?

Послушай: вот моя семья:

Дедуля, бабушка и брат.

У нас порядок в доме, лад

И чистота. А почему?

Две мамы есть у нас в дому,

Два папы, два сыночка,

Сестра, невестка, дочка,

А самый младший - Я.

Какая же у нас семья? (7 человек)

С помощью этой задачки мы коснулись очень интересной темы - родственных отношений. Разобраться в родственниках нелегко, но нужно, чтобы сохранять основу крепости каждого дома.

Попробуем... Назовите, кто это?

Тесть –... отец жены,

Зять- ... муж дочери, сестры,

Свекровь- ... мать мужа,

Невестка, сноха- ... жена сына,

Теща- ... мать жены,

Шурин – ... брат жены,

Свекор – ... отец мужа

Деверь – ... брат мужа,

Свояченица -... сестра жены,

Золовка – ... сестра мужа.

Вокруг каждого из нас много людей, родственников, с которыми мы связаны в истории человечества одной кровью. И каждый из нас - продолжатель своего рода. И тот род силен, кто предков своих помнит, уважает и бережет. Таким образом, **СВЯЗЬ ПОКОЛЕНИЙ** - это ценность семейного воспитания – прикрепляется второй лучик.

Родственниками называют близких по родству людей. А что означает слово «род»? Род - одна большая семья. Каждый род имеет свое начало. Самыми уважаемыми считаются самые старшие по возрасту члены

семьи. Мы уважаем и любим их за то, что они дали жизнь вашим родителям, а ваши родители вам. Так и образовывается семья.

Знать свою родословную очень важно, потому что она осуществляет связь прошлого, настоящего и будущего, знакомит каждое новое поколение членов семьи с историей, **традициями, символами, достижениями рода.**

Дома вы всей семье хорошо постарались, изучили своих предков, и составили свои родословные, изобразили генеалогическое древо своей семьи. Кто хочет рассказать о своем роде?

(Дети вместе с родителями демонстрируют свои «генеалогические древа» и рассказывают своих родословных).

Родственники - это одна большая семья, где все помогают друг другу. Отец – добытчик, кормилец. Мать – хозяйка, воспитатель детей. Дети – радость и помощь дома. А старики - его мудрость. А где можно увидеть сразу всех членов семьи? Конечно, в семейном альбоме.

Семейный альбом-это огромное осмысленное пространство жизни, очень простое и доступное, даже для малыша, а с другой стороны загадочное и удивительное. Порой дети не понимают и удивляются, а иногда даже не верят, что взрослые тоже были когда-то детьми. Очень полезно рассказывать своему ребенку о событиях своего детства, используя при этом фотографии. Это могут быть истории веселые, успешные и наоборот.

Очень хорошо помогает фотоальбом в приобщении к семейным традициям. Старайтесь оформлять некоторые странички альбома вместе с детьми. Каждая страничка будет ассоциироваться с какой-то историей и надолго запомнится. В альбом можно поместить и какие-то рисунки ребенка, тогда запомнится, в каком возрасте он его нарисовал. (В каждой группе оформлена выставка детских рисунков «Моя семья»).

Предлагаем поместить эти рисунки в семейный фотоальбом, а рядом фото вашей семьи. Итак, еще один лучик - **СЕМЕЙНЫЙ ФОТОАЛЬБОМ.**

Существует много различных видов деятельности, позволяющих воспитывать в ребенке любовь к семье, добрые чувства, заботливость.

И вы, наверняка, ответите, какой самый главный вид деятельности, который бесспорно является ценностью семейного воспитания, мы еще не назвали. Какое занятие больше всего сближает взрослых и детей? Что для ребенка остается самым интересным и захватывающим? Конечно это – **СОВМЕСТНЫЕ ИГРЫ - ПРИКРЕПЛЯЕТСЯ СЛЕДУЮЩИЙ ЛУЧИК.** Чтобы детство наших детей было счастливым, основное, главное место в их жизни должна занимать игра. В детском возрасте у ребенка есть потребность в игре. И ее нужно удовлетворить не потому, что делу – время, потехе – час, а потому, что играя, ребенок учится и познает жизнь.

«Игра пронизывает всю жизнь ребенка. Это норма даже тогда, когда малыш делает серьезно дело. У него есть страсть, и ее надо удовлетворить. Более того, следует пропитать этой игрой всю его жизнь. Вся его жизнь – это игра»

Все взрослые должны знать сказки. **Литературная игра** поможет это проверить.

1. Сколько лет жил старик со старухой у самого синего моря? (33 года.)
2. Что было нарисовано на холсте у папы Карло? (Очаг.)
3. Трое пытались поймать того, кто оставил без обеда немолодых мужа и жену. Но этот тип трижды уходил от них. Четвертый же, прикинувшись глухим, поймал. и съел. Кого? (Колобка.)
4. Нам кажется, что имя этой сказочной героини очень красиво, но на самом деле оно произошло от названия одного грязного вещества. О ком идет речь? (Золушка.)
5. Как звали сына царя Салтана? (Гвидон)
6. Персонаж сказки, который пел песенку «Во саду ли, в огороде» (белка)
7. Жилище которое разрушил медведь (теремок)
8. Сказочный персонаж, превративший нагревательный прибор в транспортное средство (Емеля)

Мы для детей – правосудие. Мы должны уметь принимать мудрое решение. Сколько бы ни было ситуаций, как бы вы их не решали, помните: вам обязательно нужно оставаться ребенку другом. Ребенок до 7 лет – царь, с 7 до 14 – слуга, а с 14 – друг. Не портите детям жизнь своими нотациями.

Чтобы воспитание ребенка было правильным, надо, чтобы в семье действовали **законы семьи.** Их всего четыре:

1. **Закон единства требований отца и матери.**
2. **Закон значимости похвалы для ребенка.**
3. **Закон трудового участия каждого члена семьи в жизни всей семьи.**
4. **Закон разделения в равной мере материальных и моральных благ между взрослыми и детьми.**

Если эти законы в семье сохраняются, если отец и мать оптимисты и друзья своего ребенка значит, он состоится как человек и как личность.

Говорят, чем мы старше становимся и чем труднее мы живем, тем нужнее нам праздники.

Если из семьи уходят шутки, юмор, игра, то семья становится ущербной.

Праздник – это детство. И если оно закрыто от нас годами и неточностью воспоминаний, значит мы далеки от ребенка, который зовет нас в детство.

А еще кто – то сказал, что взрослые – это очень уставшие дети. Очень бы хотелось, чтобы это было не про вас. Так давайте улыбнемся празднику, игре, песне, хорошему человеку.

Посмотрите, какое солнце встало над нами. Очень хочется пожелать, чтобы вы не забывали вот такие правила.

### **Памятка для родителей**

- Чаще показывайте детям, как вы их любите, не скрывайте этого.
- Не бойтесь попросить совета у вашего ребенка – это только сблизит вас.
- Старайтесь, чтобы друзья вашего ребенка обязательно бывали в вашем доме – вы должны их хорошо знать.
- Обсуждайте возникшую проблему спокойно, без крика и раздражения – тогда ваш ребенок ничего не будет от вас скрывать.
- Будьте примером для ребенка, ведь как сейчас вы относитесь к нему, так и к вам будут относиться в старости.

Помните, что ребенок – гость в вашем доме, который со временем покинет родное гнездо, и воспитать его надо так, чтобы он никогда не забывал свою семью и тепло родного дома.

Сколько нам надо терпения, чтобы всё время помнить, что перед нами человек со своими переживаниями, чувством собственного достоинства. Самое дорогое для нас - дети. Давайте будем терпимыми к ним, ведь и мы взрослые часто ошибаемся. А чтобы узнать, какой стиль воспитания ребенка у вас в вашей семье, давайте проведем небольшое тестирование.

Вот и подошло к завершению наше собрание.

Сегодня мы убедились, что воспитание и обучение ребенка процесс очень трудоёмкий и непосильный, если его будут осуществлять только в детском саду и он не найдёт продолжение дома. Поэтому, родители и воспитатели должны быть берегами одной реки и лежать параллельно.

И напоследок хотелось бы вам рассказать вот такую притчу.

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более ста человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей, всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете, но дело в том, что была она особая – мир и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров. Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи; расскажи, мол, как добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Писал долго. Видно, не очень силен был в грамоте.

Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: ЛЮБОВЬ, ПРОЩЕНИЕ, ТЕРПЕНИЕ. И в конце листа: Сто раз ЛЮБОВЬ, Сто раз ПРОЩЕНИЕ, Сто раз ТЕРПЕНИЕ. Прочел владыка, почесал, как водится, за ухом и спросил:

- И все?

-Да, - ответил старик,- это и есть основа жизни всякой хорошей семьи. – И, подумав, добавил: - И мира тоже.

И я желаю счастья вашим семьям и успехов в воспитании детей, ведь дети не только наше будущее, но и наше настоящее.

Я от всей души желаю вам и вашим семьям здоровья, счастья, любви, взаимопонимания, взаимоуважения.

Будьте терпимее друг к другу!

## Консультация

### Тема: «Застенчивый ребенок»

В психологии «застенчивость» рассматривается как комплекс ощущений неловкости, растерянности, стыда, препятствующий нормальному общению, наиболее часто проявляется в ситуации знакомства с новыми людьми.

Как правило, застенчивость, как характеристика поведения, начинает складываться в дошкольном возрасте. С течением времени её проявления становятся более устойчивыми и распространяются на всю коммуникативную сферу человека.

Быть застенчивым - значит бояться общения. На сегодняшний день в психологии распространена точка зрения, что застенчивость формируется в результате негативных переживаний, которые возникают у ребёнка в процессе общения и постепенно закрепляются в сознании.

Основные затруднения в общении застенчивого ребенка с другими людьми лежат в сфере его отношения к самому себе и отношения к нему других людей. Традиционно считается, что у застенчивых детей снижена самооценка, что они плохо думают о себе. Однако исследования показали, что это не совсем так. Как правило, застенчивый ребенок считает себя очень хорошим, то есть, отношение к себе как к личности у него самое положительное.

Проблема заключается в другом. Он часто сомневается в положительном отношении к себе других людей, особенно незнакомых. В общении с близкими людьми характер отношения взрослых ясен для ребенка, а в общении с посторонними – нет, поэтому в общении с ними застенчивость проявляется ярче всего.

С возрастом у застенчивых детей наблюдается тенденция к разрыву в оценке себя самими и другими людьми. Они продолжают высоко оценивать себя со своей точки зрения, но все ниже – с точки зрения взрослых. Сомнение в положительном отношении к себе других людей вносит дисгармонию в самоощущение ребенка, заставляет его мучиться сомнениями относительно ценности своего «Я». Все, что делает такой малыш, проверяется им через отношение других. Чрезмерная тревога о своем «Я» часто заслоняет содержание его деятельности. Он сосредоточен не столько на том, что делает, сколько на том, как его оценят взрослые. Признание и уважение всегда выступают для него в качестве главных, заслоняя и познавательные и деловые интересы, что препятствует реализации своих подчас очень хороших способностей и адекватному общению с другими.

Но в ситуациях, когда ребенок "забывает о себе", он становится таким же открытым и общительным, как и его незастенчивые ровесники.

Застенчивые дети ведут себя, как правило, тихо и спокойно. Они всегда послушны, исполнительны, редко делают что-либо недозволенное, не проявляют инициативу. В играх и других видах деятельности занимают, как правило, второстепенные роли, либо вообще не принимают участие, сидят тихо и занимаются каким-либо своим делом. Дети испытывают страх любых публичных выступлений, даже если это всего-навсего необходимость отвечать на вопросы знакомого педагога или воспитателя на занятиях. Они редко выступают на праздниках, при выступлении часто теряются, забывают слова, стремятся быть незаметными в группе сверстников. Как правило, проявляют скованность в новой ситуации. В контакте со взрослыми стараются избегать встречаться с собеседником глазами. Застенчивые дети постоянно ориентированы на оценку своих действий.

Внешне кажется, что такие дети уравновешенны, спокойны, но это не так. Все переживания, негативные эмоции остаются внутри и могут стать причиной серьезных заболеваний.

Помочь ребёнку преодолеть застенчивость, сформировать у него желание общаться - задача вполне выполнимая. Чем раньше начнём преодолевать застенчивость, тем лучше. С возрастом ребёнок произвольно фиксирует внимание на своей застенчивости и особенностях своего характера, у него формируется стереотип застенчивого поведения, оно закрепляется и тяжело корректируется.

В работе с застенчивыми детьми важна тактичность, терпение. Застенчивому ребенку необходимо помочь развить все его внутренние потенциалы, чтобы в дальнейшем он чувствовал себя полноценным членом общества.

### ***Рекомендации для родителей по предупреждению и преодолению застенчивости у детей дошкольного возраста***

1. Принимайте ребенка таким, какой он есть на самом деле со всеми его «плюсами» и «минусами», со всеми особенностями личности.

2. Не сравнивайте ребенка с другими детьми и не акцентируйте внимание на неудачах. Наоборот, старайтесь подмечать все его малейшие достижения и хвалить за успехи. Главная ваша задача – верить в ребенка так сильно и убедительно, чтобы малыш поверил вам и «заразился» вашей верой. Тогда он станет уверенным в себе человеком. Ведь известно: добиться чего-то в жизни, можно только веря в свои силы.

3. Не торопите ребенка, давайте ему время привыкнуть к новому. Застенчивому, робкому ребенку требуется определенное время, чтобы познакомиться, приглядеться, понять законы, которые

действуют в новой ситуации, будь то компания сверстников, новый воспитатель, новая квартира. Если ребенку предстоит поступление в школу, то желательно побывать в помещении школы и в том кабинете, где будут проходить занятия, познакомиться с учителем. Только убедившись, что ему там ничего не угрожает, он сможет успокоиться.

4. Не заставляйте ребенка «быть смелым». Ваши увещания и нотации не принесут результата. Тревоги малыша иррациональны по своей природе, ведь сам ребенок лет до семи живет в мире чувств и образов, а не здравого смысла. Говорить словами «здесь нет ничего страшного» бессмысленно. Нужно дать ребенку почувствовать себя в безопасности. А что лучше прогоняет страх, чем мамина ласка, мамина близость?

5. Нельзя кричать ни на детей, ни в присутствии детей!

6. Просьба, обращенная к застенчивому ребёнку, должна содержать конкретные задания. Важно, чтобы она была высказана спокойным, мягким голосом, содержала обращение по имени и сопровождалась ласковым прикосновением. В общении с застенчивыми детьми необходимо исключить громкие резкие интонации, обращения в виде приказов, унижительные или критические высказывания. Главное – это тактичность и терпение.

7. Полезно завести четвероногого друга, гуляя с которым ребенок может познакомиться с новыми людьми, такими же хозяевами животного.

8. При контакте с застенчивым ребенком важно использовать невербальные средства общения, жесты открытости и доверия, установить контакт глаз.

9. Обязательно хвалите ребенка, когда он работает над собой, чтобы преодолеть свой внутренний барьер.

#### ***Рекомендации для родителей по организации общения застенчивых детей дошкольного возраста***

1. Не стоит постоянно беспокоиться за ребёнка, стремиться полностью оберегать его, нужно создать условия для развития самостоятельности и веры в себя. Дайте ребенку определённую меру свободы действий. Но не менее важно не бросать его наедине с трудностями, к которым он пока не готов. Постоянно укрепляйте в ребёнке уверенность в своих силах.

2. Расширяйте круг общения своего ребёнка, чаще приглашайте к себе друзей ребёнка, берите малыша в гости к знакомым, расширяйте маршрут прогулок, учите ребёнка спокойно относиться к новым, неизвестным местам.

3. Привлекайте ребёнка к выполнению разнообразных поручений, связанных с общением. Поощряйте контакты застенчивого ребёнка с «чужими взрослыми»: попросите его купить хлеба или спросить в библиотеке книгу. При этом старайтесь находиться рядом с малышом, чтобы он чувствовал себя уверенно и спокойно.

4. Научите ребенка начинать и заканчивать разговор. Составьте вместе с ребенком перечень фраз, которыми легко начинать разговор с разными группами людей, например, что он мог бы сказать знакомому человеку; взрослому, с которым он раньше не встречался; приятелю, с которым он не виделся некоторое время; ребенку, с которым он хотел бы поиграть на площадке. Затем, меняясь ролями, репетируйте беседу до тех пор, пока ребенок не станет свободно и самостоятельно пользоваться этими фразами.

Подсказка: тренировка разговорных навыков по телефону с доброжелательным собеседником не так страшна для застенчивых детей, как беседа лицом к лицу.

5. Отрабатывайте поведение в разных социальных ситуациях. Подготавливайте ребенка к предстоящему событию – рассказывайте о предстоящей встрече гостей и подготовке к празднику. Затем помогите ему потренироваться, как поздороваться с гостями, как вести себя за столом, о чем говорить и даже как элегантно попрощаться.

6. Поддерживайте ребёнка, подчёркивайте его успехи в делах, а также рассказывайте ребёнку о том, как много нового и интересного можно узнать, общаясь и играя с другими детьми и взрослыми.

*Будьте терпеливы, и вскоре ваш ребенок будет свободно общаться!*

## **Беседа «Гиперактивность»**

**Цели и задачи:** предоставить родителям информацию о гиперактивных детях; помочь родителям правильно вести себя с гиперактивными детьми.

### **Беседа.**

-Сегодня мы по вашим просьбам с вами поговорим о том, кто такой гиперактивный ребенок и можно ли назвать вашего ребенка гиперактивным.

### **Портрет гиперактивного ребенка**

-Такого ребенка часто называют «живчиком», «вечным двигателем», неутомимым. Малыш, встав на ножки, сразу побежал, с тех пор торопится куда-то, опережая сам себя. Он весь как будто на шарнирах. Особенно непослушны руки, они все трогают, хватают, ломают, дергают, бросают. А ноги? У гиперактивного ребенка нет такого слова, как «ходьба», его ноги целый день носятся, кого-то догоняют, вскакивают, перепрыгивают. Даже голова у этого ребенка в постоянном движении. Но стараясь увидеть больше, ребенок редко улавливает суть. Взгляд скользит лишь по поверхности, удовлетворяя сиюминутное любопытство. Любознательность ему не свойственна, редко задает вопросы «почему», «зачем». А если и задает, то забывает выслушать ответ. Хотя ребенок находится в постоянном движении, есть нарушения координации: неуклюж, при беге и ходьбе роняет предметы, ломает игрушки, часто падает. Тело его в царапинах и шишках, занозы невозможно перечесать, но тем не менее он снова набивает те же «шишки», не делая вывод из предыдущего опыта. У такого малыша инстинкта самосохранения как будто совсем нет. Неусидчивость, рассеянность, невнимательность, негативизм – характерные черты его поведения. Такой ребенок импульсивнее своих сверстников, у него очень быстро меняется настроение: то безудержная радость, то бесконечные капризы. Часто ведет себя агрессивно. Обычно он самый шумный, в центре драки, кутерьмы, так, где баловство, проказы. Такой малыш с трудом усваивает навыки и не понимает многие задания. Самооценка у него чаще всего заниженная. Малыш не знает, что такое расслабление, успокаивается, только когда спит. Но днем его не уложишь, спит лишь ночью, но очень беспокойно. В общественных местах такой ребенок сразу привлекает к себе внимание окружающих, потому что пытается все потрогать руками, везде залезть, что-то схватить, совершенно не слушается родителей. Родителям гиперактивных детей приходится несладко с самого рождения малыша. С самого начала он плохо, мало и очень беспокойно спит, рано отказывается от дневного сна. С таким малышом постоянно приходится быть рядом, следить за каждым его движением.

### **Причины гиперактивности**

Существует много мнений о причинах возникновения гиперактивности. Многие исследователи отмечают, что количество таких детей растет с каждым годом. Изучение таких особенностей развития идет полным ходом. На сегодняшний день среди причин возникновения выделяют:

- генетические (наследственная предрасположенность);
- биологические (органические повреждения головного мозга во время беременности, родовые травмы);
- социально–психологические (микроклимат в семье, алкоголизм родителей, условия проживания, неправильная линия воспитания).

### **Как определить, является ли Ваш ребенок гиперактивным**

Но не спешите сразу ставить своему ребенку диагноз! Гиперактивность (СДВГ) – медицинский диагноз, который вправе поставить только врач на основе специальной диагностики, заключений специалистов. Мы же можем заметить особенности поведения, определенные симптомы и обратиться к врачу – невропатологу, психологу - за консультацией, а затем вместе с ними помогать ребенку. Если диагноз «гиперактивность» поставлен достаточно рано и родители выполняют рекомендации специалистов, к школе симптомы сходят на нет. Но, к сожалению, многие родители обращаются за помощью, когда ребенок уже посещает школу и, начались проблемы с учебой. Резко ухудшается общее состояние и поведение ребенка, теряется интерес к учебе, не усваивается программа, появляется неадекватное поведение.

Чтобы определить, есть ли у Вашего ребенка особенности, характерные для детей с гиперактивностью, ознакомьтесь с системой критериев, по которым она определяется.

#### **1. При невнимании:**

- имеет незаконченные проекты;
- отличается нарушением устойчивого внимания (не может долго сосредотачиваться на интересном занятии);
- слышит, когда к нему обращаются. Но не реагирует на обращение;
- с энтузиазмом берется за задание, но не заканчивает его;
- имеет трудности в организации (игры, учебы, занятий);
- часто теряет вещи;
- избегает скучных задач и таких, которые требуют умственных усилий;
- часто бывает забывчив.

#### **2. Сверхактивность:**

- ерзает, не может усидеть на месте;
- проявляет беспокойство (барабанит пальцами, постоянно двигается, даже сидя);
- мало спит, даже в младенчестве;
- находится в постоянном движении (с «мотором»);
- очень говорлив.

#### **3. Импульсивность:**

- отвечает до того, как его спросят;
- не способен дождаться своей очереди;
- часто вмешивается, прерывает;
- резкие смены настроения;

- не может отложить вознаграждение (сразу и сейчас же);
- не подчиняется правилам (поведения, игры);
- имеет разный уровень выполнения заданий (на одних занятиях спокоен, на других – нет).

Если в возрасте до 7 лет проявляются 6 из перечисленных моментов, требуется консультация специалиста. Необходимо сначала проконсультироваться с педагогами, психологом, а потом уже обращаться к невропатологу. Важно не перепутать проявление гиперактивности с различными заболеваниями, а также с темпераментом холерика.

#### **Как помочь гиперактивному ребенку**

- Установите причину гиперактивности, проконсультируйтесь со специалистами. Часто в анамнезе такого ребенка есть родовая травма, ММД (минимальная мозговая дисфункция).
- Если врач- невропатолог назначает курс лекарств, массаж, особый режим, необходимо строго соблюдать его рекомендации.
- Сообщите педагогам, воспитателям о проблемах ребенка, чтобы они учитывали особенности его поведения, дозировали нагрузку.
- Всегда убирайте опасные предметы из поля зрения малыша (острые, бьющиеся предметы, лекарства, бытовую химию и т.д.).
- Вокруг ребенка должна быть спокойная обстановка. Любое разногласие в семье усиливает отрицательные проявления.
- Важна единая линия поведения родителей, согласованность их воспитательных воздействий.
- С таким ребенком необходимо общаться мягко, спокойно, т.к. он, будучи очень чувствительным и восприимчивым к настроению и состоянию близких людей, «заражается» эмоциями, как положительными, так и отрицательными.
- Не превышайте нагрузки, не стоит усиленно заниматься с ребенком, чтобы он был таким, как другие сверстники. Бывает, что такие дети обладают неординарными способностями, и родители, желая их развить, отдают ребенка сразу в несколько секций, «перескакивают» через возрастные группы. Этого делать не следует, т.к. переутомление ведет к ухудшению поведения, к капризам.
- Не допускайте перевозбуждения. Важно строго соблюдать режим до мелочей. Обязателен дневной отдых, ранний отход ко сну на ночь, подвижные игры и прогулки должны сменяться спокойными играми, прием пищи в одно и то же время и т.д. Друзей не должно быть слишком много.
- Старайтесь делать меньше замечаний, лучше отвлеките ребенка. Количество запретов должно быть разумным, адекватным возрасту.
- Чаще хвалите за то, что получается. Хвалите не слишком эмоционально во избежание перевозбуждения.
- Когда просите что-то сделать, старайтесь, чтобы речь не была длинной, не содержала сразу несколько указаний. («Пойди на кухню и принеси оттуда веник, потом подмети в коридоре» – неправильно, ребенок выполнит лишь половину просьбы.) Разговаривая, смотрите ребенку в глаза.
- Не заставляйте ребенка долгое время спокойно сидеть. Если Вы читаете сказку, дайте ему в руки мягкую игрушку, малыш может встать, походить, задать вопрос. Следите за ним, если вопросов становится слишком много и не по теме, ребенок ушел в другой угол комнаты, значит, он уже устал.
- Приобщайте ребенка к подвижным и спортивным играм, в которых можно разрядиться от вьющейся ключом энергии. Ребенок должен понять цель игры и учиться подчиняться правилам, учиться планировать игру. Желательно занять каким-то видом спорта, доступного по возрасту и темпераменту.
- Освойте элементы массажа, направленные на расслабление и регулярно проводите его. Поможет сосредоточиться легкое поглаживание по руке, по плечу в процессе чтения или другого занятия.
- Прежде чем отреагировать на неприятный поступок ребенка, сосчитайте до 10 или сделайте несколько глубоких вдохов, постарайтесь успокоиться и не терять хладнокровие. Помните, что агрессия и бурные эмоции порождают те же чувства и у малыша.
- Повремените с оформлением такого ребенка в детский сад.
- Гасите конфликт, в котором замешан Ваш ребенок, уже в самом начале, не ждите бурной развязки.
- Гиперактивный ребенок - особый, являясь очень чувствительным, он остро реагирует на замечания, запреты, нотации. Иногда ему кажется, что родители его совсем не любят, поэтому такой малыш очень нуждается в любви и понимании. Причем в любви безусловной, когда ребенка любят не только за хорошее поведение, послушание, аккуратность, но и просто за то, что он есть!
- Когда становится совсем тяжело, вспомните, что к подростковому возрасту, а у некоторых детей и раньше, гиперактивность проходит. Важно, чтобы ребенок подошел к этому возрасту без груза отрицательных эмоций и комплексов неполноценности.

## Памятка для родителей "Правила поведения при пожаре"

### УВАЖАЕМЫЕ РОДИТЕЛИ!

Расскажите детям о пожарной безопасности. Не секрет, что пожары чаще всего происходят от беспечного отношения к огню самих людей. Значительная часть пожаров происходит в жилье. Здесь гибель и травматизм людей от дыма и огня составляет 9 случаев из 10. Неосторожное обращение с огнем при курении и приготовлении пищи, использование электробытовых приборов, теле-, видео- и аудиотехники, не адаптированной к отечественной электросети или неисправных, проведение электросварочных работ при ремонтных работах в квартирах, детские шалости с огнем:

Пожарная безопасность в квартире: Спички - это одна из причин пожаров. Не оставляйте без присмотра включенные электроприборы, особенно утюги, обогреватели, телевизор, светильники и др. Уходя из дома, не забудьте их выключить. Не сушите белье над плитой. Оно может загореться. Не забывайте выключить газовую плиту. Если почувствовали запах газа, не зажигайте спичек и не включайте свет. Срочно проветрите квартиру. Ни в коем случае не зажигайте фейерверки дома.

Пожарная безопасность в лесу. Пожар - самая большая опасность в лесу. В сухую жаркую погоду достаточно одной спички или искры от фейерверка, чтобы лес загорелся. Если пожар все-таки начался, немедленно выбегайте из леса. Старайтесь бежать в ту сторону, откуда дует ветер. Выйдя из леса, обязательно сообщите о пожаре.

Если начался пожар: поступайте так: Если огонь небольшой, можно попробовать сразу же потушить его, набросив на него плотную ткань или одеяло, заливая водой или засыпая песком. Если огонь сразу не погас, немедленно убегайте из дома в безопасное место. И только после этого позвоните в пожарную охрану по телефону `101` или попросите об этом соседей. Если не можете убежать из горящей квартиры, сразу же позвоните по телефону `101` и сообщите пожарным точный адрес и номер своей квартиры. После этого зовите из окна на помощь соседей и прохожих. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Большинство людей при пожаре гибнут от дыма. Если чувствуете, что задыхаетесь, опуститесь на корточки или продвигайтесь к выходу ползком - внизу дыма меньше. Если в помещение проник дым, надо смочить водой одежду, покрыть голову мокрой салфеткой и выходить пригнувшись или ползком. Обязательно закройте форточку и дверь в комнате, где начался пожар. Закрытая дверь может не только задержать проникновение дыма, но иногда и погасить огонь. Наполните водой ванну, ведра, тазы. Можете облить водой двери и пол. Запомните самое главное правило не только при пожаре, но и при любой другой опасности: `Не поддавайтесь панике и не теряйте самообладания! Опасные игры, неосторожное, неумелое обращение с огнем, детские игры и шалость с огнем – это причины пожаров в результате случайного нарушения правил пожарной безопасности.

Остается без комментариев тлеющая сигарета, зажженная спичка, конфорка газовой плиты (лампа, фонарь). Все они часть нашего быта. Необходимо постоянно помнить, что любой из этих источников способен воспламенить горючий материал, а дети, оставленные без присмотра взрослых, зачастую сами не подозревают, что обычные вещи таят в себе опасность. Если мы этому не обучим детей, начиная с дошкольного возраста, затем младшего школьного возраста, мы тем самым запланируем настоящие и будущие пожары из-за незнания элементарных правил пожарной безопасности. Соблюдение этих правил должно стать для детей таким же обязательным и естественным, как соблюдение санитарно-гигиенических правил. Помочь им в этом обязаны мы, взрослые. Поэтому детям необходимо разъяснять опасность игр и шалостей с огнем, правила предосторожности в обращении с электробытовыми приборами. Научить детей пользоваться первичными средствами пожаротушения (огнетушителями, вызывать на помощь пожарную охрану. Дети должны сознательно выполнять в детском саду, дома, на улице, в лесу требования правил пожарной безопасности.

В целях вашей безопасности и безопасности ваших детей, как можно чаще беседуйте с малышами о том, как себя вести в чрезвычайных ситуациях.

Но главное: избегайте потенциальную опасность, например, опасность ПОЖАРА!

Не забывайте с детьми повторять правила пожарной безопасности!

Вопросы, на которые каждый ребенок должен знать ответы:

1. Что нужно знать, если возник пожар в квартире?
2. Можно ли играть со спичками и зажигалками?
3. Чем можно тушить пожар
4. Можно ли самостоятельно пользоваться розеткой?
5. Знать номер пожарной службы
6. Главное правило при любой опасности (не поддаваться панике)
7. Можно ли без взрослых пользоваться свечами?
8. Можно ли трогать приборы мокрыми руками?

**В СЛУЧАЕ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ПОЖАРА НЕОБХОДИМО ДЕЙСТВОВАТЬ СЛЕДУЮЩИМ ОБРАЗОМ:**

1. Если огонь небольшой можно попробовать сразу же потушить его, набросив на него плотную ткань, одеяло или вылить кастрюлю воды
2. Если огонь сразу не погас, немедленно убегайте из дома в безопасное место. И только после этого позвоните в пожарную охрану или попросите об этом соседей.
3. Если не можете убежать из горящей квартиры, сразу же позвоните, сообщите пожарным точный адрес и номер своей квартиры. После этого зовите из окна на помощь соседей или прохожих.
4. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Если чувствуете, что задыхаетесь, опуститесь на корточки или подвигайтесь к выходу ползком: внизу дыма меньше.
5. Нельзя прятаться в ванну, под шкаф, нужно выбежать из квартиры
6. При пожаре никогда не садитесь в лифт. Он может отключиться, и вы задохнётесь
7. Ожидая приезда пожарных, не теряйте головы и не выпрыгивайте из окна
8. Когда приедут пожарные, во всём их слушайтесь и не бойтесь. Они лучше знают, как вас спасти.

## **Беседа «Гигиена одежды и обуви детей дошкольного возраста»**

**Одежда** служит человеку для защиты от неблагоприятных воздействий внешней среды, предохраняет поверхность тела от механических повреждений и загрязнений. С помощью одежды вокруг тела создается искусственный микроклимат, значительно отличающийся от климата внешней среды. Температура его колеблется в пределах от: 28° до 34°, относительная влажность невелика (20—40%), скорость движения воздуха незначительна. Создавая свой микроклимат, одежда существенно снижает теплопотери организма, способствует сохранению постоянства температуры тела, облегчает терморегуляторную функцию кожи. Теплозащитная роль одежды является ее основным назначением. Для того чтобы при этом не препятствовать дыхательной функции кожи, одежда должна быть в достаточной степени воздухопроницаемой. Она должна также способствовать удалению влаги с поверхности тела. Воздухопроницаемость и гигроскопичность — важные свойства одежды.

**Гигиенические свойства одежды** зависят от физических свойств ткани и от покроя. Для зимней одежды используют ткани, обладающие высокими теплозащитными свойствами; летнюю одежду шьют из тканей, обладающих большой воздухопроницаемостью. Ткань белья, прилегающая к телу, должна быть гигроскопичной, воздухо- и паропроницаемой. Наружный слой верхней одежды не должен быть воздухопроницаемым и гигроскопичным.

**Гигиенические требования к детской одежде** основываются на возрастных анатомо-физиологических особенностях детей.

По мере развития дети осваивают новые движения, совершенствуют приобретенные двигательные умения и навыки. Одежда их должна соответствовать величине и пропорциям тела, давать свободу движениям. Эти качества обеспечиваются размером и покроем одежды. Тесная одежда ограничивает движения, затрудняет кровоток, а иногда препятствует свободному дыханию. Все это мешает росту и развитию. Из одежды детей следует исключить тугие пояса, узкие проймы, опоясывающие резинки. Основную тяжесть одежды необходимо переносить на плечи. Слишком свободная, большая по размеру одежда также затрудняет движения. В соответствии с возрастными стандартами физического развития установлены стандартные размеры детской одежды. Один размер одежды может быть использован для детей с разницей в росте не более 10—12 см.

Детскому организму свойственно несовершенство терморегуляторной функции, тем более выраженное, чем моложе ребенок. Одежда ребенка должна обладать высокими теплозащитными свойствами, предохранять тело от охлаждения, но вместе с тем она не должна способствовать и перегреванию. Лишь при строгом соответствии одежды температурным условиям окружающей среды обеспечиваются оптимальные условия для поддержания постоянства температуры тела без напряжения механизмов терморегуляции.

Кожа ребенка тонкая и нежная. В связи с этим возрастает и защитная роль одежды. Одежда, предохраняя от травм, не должна травмировать сама. На изготовление детской одежды используются мягкие эластичные ткани.

Гигиенические требования к детской одежде зависят от ее назначения. При этом одежда детей каждой возрастной группы имеет свои особенности. Одежда для детей 2—3 лет и для дошкольников существенных различий не имеет. Терморегуляция в этом возрасте уже достигает значительного развития, и организм лучше справляется с температурными колебаниями наружного воздуха. Покрой одежды должен обеспечивать большой доступ воздуха к телу. Штанишки шьются до колена, нижние рубашки — с большим вырезом. Закаленные дети и зимой в помещении могут ходить в носках. Белье и платье для детей этого возраста целесообразно шить из хлопчатобумажных тканей, обладающих высокими гигиеническими свойствами и хорошо переносящих стирку.

Гигиенические требования к одежде для пребывания на воздухе зависят от времени года и климатических условий.

Летом в теплые и жаркие дни одежда состоит из 1—2 слоев. Свободный покрой ее обеспечивает широкий доступ воздуха к поверхности тела. На пошив используются ткани, обладающие высокой воздухопроводностью: тонкие сорта хлопчатобумажной ткани, шелковая, льняная. На юге для предохранения от чрезмерной радиации целесообразно носить одежду из льняных тканей, очень мало пропускающих ультрафиолетовые лучи. В средней полосе и северных широтах, где отмечается недостаток ультрафиолетовой радиации, лучше использовать ткани из искусственного шелка, пропускающие значительную часть ультрафиолетовых лучей. Чтобы предупредить перегревание, применяются ткани светлых тонов. Во время пребывания на солнце обязательно надевать легкий головной убор (панаму, косынку).

В переходное время года следует надевать теплый шерстяной трикотажный костюм или осеннее пальто. В дошкольном возрасте пальто может быть заменено комбинезоном из водоотталкивающей ткани на шерстяной подкладке.

Верхняя одежда, предназначенная для холодного времени года, должна обладать высокими теплозащитными свойствами, отличаться малой воздухопроницаемостью и малой гигроскопичностью. Лучшие условия для свободы движений создаются при ношении комбинезонов. Появление новых синтетических тканей открывает перспективу создания более легкой и теплой зимней одежды.

**Спортивные занятия** сопровождаются высоким теплообразованием и усиленным потоотделением. В связи с этим *спортивная одежда* должна быть максимально облегченной. Для занятий в физкультурном зале и летом на участке используются футболка или майка, трусы или короткие шорты и спортивные тапочки. Зимняя спортивная одежда состоит из нижнего белья, шерстяного трикотажного костюма, шерстяной шапки и специальной обуви. Шерстяной трикотаж является незаменимым для изготовления этой одежды. Шерстяная ткань хорошо впитывает влагу с поверхности тела, при этом сохраняет свои теплозащитные свойства, так как в ее порах остается значительное количество воздуха. Испарение влаги с поверхности ткани происходит медленно, в связи с этим охлаждение тела невелико. В ветреную погоду поверх шерстяного костюма надевают куртку из ветрозащитной ткани.

**Обувь** также предохраняет организм от неблагоприятных метеорологических влияний и от механических повреждений. Будучи нерационально построенной, она может препятствовать нормальному функционированию стопы и приводит к различным деформациям — плоскостопию, искривлению пальцев, и др. Известно, что не только у взрослых, но и у детей довольно часто возникают, уплощения стопы, деформации пальцев, потертости. Обувь может препятствовать нормальному развитию стопы.

К детской обуви предъявляются гигиенические требования, основывающиеся на морфологических и функциональных особенностях детской стопы. В детском возрасте стопа довольно быстро растет. Среднегодовой прирост стопы у дошкольника равен в среднем 10—11 мм. В возрасте 7—9 лет прирост уменьшается, составляя в год около 4 мм, в предпубертатный период — вновь увеличивается. Разница между соседними номерами обуви составляет 6,67 мм. Исходя из этого, в дошкольном возрасте примерно через каждые полгода следует менять номер обуви, в последующем смена номера обуви осуществляется через большие отрезки времени. В раннем возрасте в подошвенной части имеется жировая подушка, которая к 5—6 годам исчезает. Целесообразно поверхность стельки моделировать по форме следа стопы.

**Для занятий физкультурой ребенку обязательно понадобятся спортивные тапки** или кеды. При покупке выбирайте обувь без шнурков и завязок, например, на резинке или на липучке. Обувь должна плотно прилегать к ноге и не хлябать, иначе малыш может упасть во время бега или прыжка. Верх обуви должен быть сделан из материалов, пропускающих воздух. Подошва обуви должна быть плотной, не гибкой, но податливой для амортизации при ходьбе. Обращайте особое внимание на наличие супинатора.

Ортопеды не рекомендуют надевать чужую обувь, бывшую в употреблении. Обувь следует подбирать соответственно размеру стопы, чтобы не стеснять ногу и не нарушать кровообращения. Спортивная обувь должна быть легкой, удобной. Как показали длительные наблюдения и исследования, для физкультурных занятий очень удобны и гигиеничны тапки или кеды, которые изготавливаются из прорезиненной ткани с рифленой подошвой.

Спортивная одежда должна храниться в специальных мешках, которые удобно вешать на крючок (или в шкаф) для каждого ребенка. Обувь хранится отдельно.

## КОНСУЛЬТАЦИЯ «ИГРАЙТЕ ВМЕСТЕ С ДЕТЬМИ - ЭТО УЛУЧШАЕТ ВЗАИМООТНОШЕНИЯ»

### 1. С малышами до трёх лет:

- Предоставьте ребёнку уютное местечко, набросайте туда подушки и мягкие игрушки, чтобы он мог там понежиться.
- Поиграйте с ребёнком в прятки или в кошки-мышки с участием мягких игрушек или домашних животных.
- Поиграйте с водяными игрушками (ситечками, воронками, чашками и лодочками) в пластиковом тазике или переносном бассейне. Добавьте в воду голубой или зеленый краситель для большего эффекта.
- Почитайте вместе с ребенком его любимые книжки.

### 2. С детьми от трёх до семи лет:

- Сыграйте для ребенка какую-нибудь роль из его любимого произведения. Пригласите ребёнка присоединиться, но не настаивайте на его участии.
- Спойте вместе детскую песенку.
- Проговорите вместе детские считалочки.
- Имитируйте вместе «танцы» животных, например ящерицы, лягушки, кенгуру.
- Постройте вместе домики из песка или конструктора.
- Почитайте вместе книжки.
- Послушайте вместе аудиозаписи детских произведений (песни, музыкальные сказки).
- Соберите вместе конструктор.
- Поиграйте вместе в настольные игры.
- Посмотрите вместе по телевизору передачу о природе, животных или путешествиях.
- Разгадывайте вместе загадки.
- Прочитайте и сыграйте роли ваших любимых персонажей из книг.
- Погуляйте вместе с ребенком и домашними животными или покормите птиц в парке.
- Поиграйте вместе в мяч.
- Разыграйте пантомиму, например, изобразите действия рассеянного человека, у которого носки разного цвета, или человека, который забыл, как его зовут.
- Попробуйте изобразить разные эмоциональные чувства: веселость, недовольство, гнев, грусть, гордость или непонимание.
- Поиграйте вместе в компьютерные игры.
- Посмотрите вместе видеофильм.
- Слепите животных из глины или пластилина.

## **Памятка «Правила поведения на улице»**

Наш современный динамичный мир таит в себе огромное количество опасностей. Даже взрослые на наших улицах часто с ними сталкиваются, а что говорить о детях. Некоторые родители стараются не отпускать их одних, но со временем этого все равно не избежать — они быстро растут и имеют право на самостоятельность. Именно поэтому родители обязаны подсказывать и рассказывать им обо всех угрозах, которые их могут коснуться вне дома.

**Правила поведения ребенка на улице** (под улицей понимается дворовая и придомовая территория) должны стать не просто рекомендациями, а обязательными навыками, которые он будет всегда помнить и главное неукоснительно соблюдать.

Когда дети гуляют с родителями: первые шаги к безопасности

Правилам безопасности нужно обучать с самого раннего детства. Лучший способ научить свое чадо соблюдать их — личный пример с пояснениями своих действий. При прогулках, на отдыхе, играх во дворе с маленькими детьми каждый родитель должен уделять внимание некоторым моментам безопасности. Можно использовать специальные игры и игровые ситуации, проводить беседы с детьми о различных жизненных ситуациях, возникновение которых может нанести вред, давать комментарии своему поведению. Обучить всем правилам безопасности сразу вряд ли получится — это постепенный целенаправленный процесс, осуществляемый родителями, работниками детских садов и школ. Не нужно пытаться сделать это моментально. Информацию о безопасности на улице нужно давать постепенно. Большое количество ужасающих фактов обо всех опасностях лишь напугает ребенка, в результате он вообще станет бояться выходить из дома даже с родителями. Чем старше становится ребенок, тем более сложные правила он может усвоить, не нужно обгонять его развитие.

Когда дети гуляют одни: несколько «нельзя»

В первую очередь ребенка нужно научить избеганию потенциальных угроз, которые исходят от разных субъектов и объектов: люди, животные, транспорт, многое другое. Для обеспечения безопасности нужно выполнять требования следующей памятки:

- Нельзя поддерживать разговор с незнакомыми людьми, нельзя принимать от них подарки, сладости, не уходить с ними и не садиться в машину, а если посторонний человек начинает удерживать силой, то нужно очень сильно кричать и бежать в людное место;
- Нельзя заходить в подъезд, лифт если у входа стоит незнакомый человек;
- Нельзя подходить к опасным сооружениям (заброшенные здания, подвалы, чердаки, стройки, трансформаторные подстанции, электрические щитки, канализационные люки);
- Нельзя брать в руки, даже близко подходить к предметам, представляющим опасность (ножи, стекло, шприцы);
- Нельзя надевать на улицу украшения, брать с собой другие аксессуары, например, дорогой мобильный телефон, привлекающие внимание посторонних не всегда доброжелательных людей;
- Нельзя носить с собой крупные деньги, нужно быть осторожным при расчете за билеты в транспорте, при покупках;
- Нельзя вешать ключи на шею;
- Нельзя уходить далеко от дома;
- Нельзя убегать от родителей, прятаться от них.

## **Консультация «Рекомендации родителям по укреплению здоровья детей»**

### **Физическое воспитание ребёнка в семье.**

Долг родителей – укрепить здоровье ребёнка в данный момент и обеспечить благоприятное развитие детского организма в будущем. Нормальное развитие и состояние здоровья обеспечивается созданием оптимальных условий, то есть организацией правильного режима.

В физическом воспитании детей дошкольного возраста используются физические упражнения (ходьба, бег, упражнения в равновесии, метание, лазанье, подвижные игры), спортивные упражнения, гигиенические факторы (режим дня, питание, сон и т.п.), естественные силы природы (солнце, воздух, вода).

#### **Физические упражнения.**

- Задания и объяснения должны быть ясными и чёткими, давать их надо бодрым голосом и тут же показывать все движения.

- Упражнения должны быть интересными, в них следует использовать хорошо запоминающиеся образные сравнения, например, «Птичка», «кошка», «паровоз». Основной принцип, которого должны придерживаться родители, занимаясь физическими упражнениями с малышами, - изображать всё в виде игры. Весёлый тон, шутка, смех, активное участие взрослого всегда увлекают ребёнка.

- Количество повторений для дошкольников обычно колеблется от 2 – 3 до 10. После наиболее трудных упражнений необходимо давать кратковременные паузы отдыха (3- 60с).

- Средние значения показателей двигательной активности детей за полный день – 17000 движений; интенсивность 55 – 65 движений в минуту.

Физические упражнения только тогда приносят пользу, когда ими занимаются систематически. ***Родители обязаны ежедневно находить время для занятий физическими упражнениями со своими детьми и тщательно следить за их здоровьем, обращая внимание на внешний вид, настроение и самочувствие ребёнка.***

#### **Режим дня дошкольника.**

Приучая детей к определённому режиму, к выполнению гигиенических требований, мы создаём у них полезные для организма навыки и тем самым сохраняем их здоровье. Твёрдый режим дня, установленный в соответствии с возрастными особенностями детей, - одно из существенных условий нормального физического развития ребёнка.

Основное требование к режиму – это точность во времени и правильное чередование, смена одних видов деятельности другими. Должно быть установлено время, когда ребёнок ложится спать, встаёт, гуляет, ест, выполняет несложные, посильные для него обязанности. Время это необходимо точно соблюдать.

**Сон.** Только во время сна ребёнок получает полный отдых. Сон должен быть достаточно продолжительным: дети 3-4 лет спят 14 часов в сутки, 5-6 лет – 13 часов, 7-8 лет – 12 часов. Из этого времени необходимо, особенно для младших детей, выделить часа полтора для дневного сна. Дети должны ложиться не позднее 8-9 часов.

**Питание.** Дети получают питание 4-5 раз в день. Первая еда даётся через полчаса после пробуждения ребёнка, а последняя – часа за полтора до сна. Между приёмами пищи должны быть установлены промежутки в 3-4 часа, их надо строго соблюдать. Наиболее сытная еда даётся в обед, менее сытная – на ужин.

**Прогулки.** Как бы точно не соблюдалось время сна и еды, режим нельзя признать правильным, если в нём не предусмотрено время для прогулки. Чем больше времени дети проводят на открытом воздухе, тем они здоровее!

#### **Компьютер: «За» и «против».**

Современные дети очень много общаются с телевидением, видео и компьютером. Если предыдущее поколение было поколением книг, то современное получает информацию через видео ряд.

+ **Достоинства компьютера:** компьютер может помочь развитию у детей таких важнейших операций мышления как обобщение и классификация;

- В процессе занятий на компьютере улучшается память и внимание детей;
- При игре в компьютерные игры у детей раньше развивается знаковая функция сознания, которая лежит в основе абстрактного мышления (мышления без опоры на внешние предметы);
- Компьютерные игры имеют большое значение не только для развития интеллекта детей, но и для развития их моторики, для формирования координации зрительной и моторной функций;

Детям 3-4 лет не стоит сидеть у компьютера больше 20 минут, а к 6-7 годам это время ежедневной игры можно увеличить до получаса.

#### **- Недостатки компьютера:**

Чрезмерное обращение с компьютером может привести к ухудшению зрения ребёнка, а так же отрицательно сказаться на его психическом здоровье. Особенно это опасно для застенчивых детей.

И главное, нельзя уповать только на компьютер. Ребёнок – маленький человек, он может формироваться и развиваться, только общаясь с людьми и живя в реальном мире.

**Прогулки – это важно.**

Дети должны проводить на воздухе, как можно больше времени, чтобы быть здоровыми и крепкими. В летнее время дети могут находиться более 6 часов в день на улице, а в осеннее и зимнее время дети должны быть на воздухе не менее 4 часов. Лучшее время для прогулки с детьми – между завтраком и обедом (2-2,5 часа) и после дневного сна, до ужина (1-2 часа). В сильные морозы длительность прогулок несколько сокращается.

Причиной отмены прогулки для здорового ребёнка могут быть исключительные обстоятельства: проливной дождь, большой мороз с вильным ветром.

На опыте работы детских садов установлено, что дети дошкольного возраста, приученные к ежедневным прогулкам, могут гулять и при температуре 20-25 мороза, если нет сильного ветра и если они одеты соответственно погоде. На прогулку в холодные зимние дни дети должны выходить в тёплом пальто, шапке с наушниками, валенках, и тёплых варежках.

Время от времени полезно совершать с детьми длительные прогулки, постепенно увеличивая расстояние – для младших до 15- 20 минут ходьбы, для более старших – до 30 минут, с небольшими остановками на 1-2 минуты во время пути. Придя на место, дети должны отдохнуть или спокойно поиграть перед тем, как возвращаться обратно.

### **Как сохранить зрение ребёнка?**

**Правило 1.** Старайтесь, чтобы малыш больше двигался, бегал, прыгал.

**Правило 2.** Включите в рацион полезные для глаз продукты: творог, кефир, отварную морскую рыбу, морепродукты, говядину, морковь, капусту, чернику, бруснику, клюкву, петрушку, укроп.

**Правило 3.** Следите за его осанкой – при «кривой» спине нарушается кровоснабжение головного мозга, которое провоцирует проблемы со зрением. Запомните: расстояние между книгой и глазами должно быть не менее 25-30 см.

**Правило 4.** Не допускайте, чтобы ребёнок подолгу сидел перед телевизором, а если уж сидит, то только строго напротив не ближе трёх метров.

**Правило 5.** Не читать лёжа, тем более как можно меньше при искусственном освещении.

**Правило 6.** Не забывайте, что смотреть телевизор в тёмной комнате нежелательно.

**Правило 7.** Дошкольник может играть на компьютере не более получаса в день, после 7 лет – 1 час или 2 подхода по 40 минут.

**Правило 8.** Про игры на сотовом телефоне лучше забыть!

**Правило 9.** Ежедневно делайте вместе гимнастику для глаз – превратите эту процедуру в увлекательную игру.

### **Комплекс упражнений для глаз.**

Предлагаем специальный комплекс упражнений для глаз, который при регулярном выполнении может стать хорошей тренировкой и профилактикой для сохранения зрения. Упражнения лучше проводить в игровой форме, с любыми игрушками ребёнка, передвигая их вправо-влево, вверх-вниз.

Упражнения выполняются сидя, голова неподвижна, поза удобная, с максимальной амплитудой глаз.

1. Жмурки. Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счёт 1-4, затем раскрыть глаза, расслабив мышцы глаз, посмотрев вдаль, на счёт 1-6. Повторить 5 раз.
2. Ближе – далеко. Посмотреть на переносицу и задержать взор на счёт 1-4. До усталости глаз доводить нельзя! Затем открыть глаза, посмотреть вдаль на счёт 1-6. Повторить 5 раз.
3. Лево – право. Не поворачивая головы посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счёт 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счёт 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх, вниз.
4. Диагонали. Перевести взгляд быстро по диагонали: направо вверх – налево вниз, потом прямо вдаль на счёт 1-6; затем налево вверх, направо – вниз и посмотреть вдаль на счёт 1-6. повторить 4 раза.

**Следите за своими глазами. Мир так прекрасен, особенно если мы его видим...**

### **Закаливание – первый шаг на пути к здоровью.**

Закаливание детей необходимо для того, чтобы повысить их устойчивость к воздействию низких и высоких температур воздуха и за счёт этого предотвратить частые заболевания.

При закаливании детей следует придерживаться таких основных принципов:

- проводить закаливающие процедуры систематически;
- увеличивать время воздействия закаливающего фактора постепенно;
- учитывать настроение ребёнка и проводить процедуры в форме игры;
- начинать закаливание в любом возрасте;
- никогда не выполнять процедуры, если малыш замёрз;
- избегать сильных раздражителей: продолжительного воздействия холодной водой или очень низких температур воздуха, а также перегревания на солнце;
- правильно подбирать одежду и обувь: они должны соответствовать температуре окружающего воздуха и быть из натуральных тканей и материалов;
- закаливаться всей семьёй;

- закаливающие процедуры сочетать с физическими упражнениями и массажем;
- в помещении, где находится ребёнок никогда не курить!

### **Способы закаливания.**

Основные факторы закаливания – природные и доступные «Солнце. Воздух и Вода». Начинать закаливание детей можно с первого месяца жизни и после осмотра малыша врачом-педиатром.

#### **«Холодный тазик».**

Налейте в таз холодную воду не выше +12С и облейте ступни ребёнка, стоящего в ванне. Попросите ребёнка потопать ножками, пока стекает вода. Отверстие для стока воды должно быть открытым. Промокните ноги полотенцем. В первый день продолжительность ходьбы – 1 минута, ежедневно добавляйте по 1 минуте, доводя до 5 минут. Лучше проводить закаливание в течение 1 минуты в хорошем настроении ребёнка, чем 5 минут с капризами.

#### **«Холодное полотенце».**

Если ребёнку не нравится холодное обливание водой, постелите в ванне полотенце, смоченное холодной водой (тем 12С). Попросите ребёнка потопать ножками (не стоять) на нём в течение 2 мин. (утром и на ночь).

#### **«Контрастный душ».**

Ребёнок вечером купается в ванне. Пусть он согреется в тёплой воде. А потом скажите ему: «Давай мы с тобой устроим холодный дождик или побегаем по лужам». Вы открываете холодную воду, и ребёнок подставляет воде свои пяточки и ладошки.

Если ребёнок боится воздействия холодным душем, то можно вначале поставить тазик с холодной водой и сказать: «А ну, давай с тобой по лужам побегаем!». И вот из тёплой ванны в холодный таз (или под дождик), а потом опять в ванну. И так не менее 3-х раз. После процедуры укутайте ребёнка в тёплую простыню не вытирая, а промокая воду, потом оденьте его для сна и положите в кровать.

### **Босохождение – элемент закаливания организма.**

Ещё один способ закалки – это прогулки босиком. Хожение босиком не только закаливает, но и стимулирует нервные окончания, находящиеся на стопе, положительно влияет на работу внутренних органов. По мнению некоторых специалистов, подошвы ног – это своеобразный распределительный щит с 72 тыс. нервных окончаний, через который можно подключиться к любому органу – головному мозгу, лёгким и верхним дыхательным путям, печени, почкам, эндокринным железам и др. органам.

Как и когда лучше заняться босохождением?

- Разумеется, зимой в холода приучать ребёнка к подобному не стоит, но весной и летом, малыш вполне может бегать босиком по полу дома, а ещё лучше по зелёной траве.
- Ребёнок должен регулярно ходить босиком, настоящий закаливающий эффект наступает лишь после длительных систематических тренировок.
- Используйте специальные резиновые коврики с шиповым рифлением. Каждое утро начинайте зарядку с ходьбы босиком на таком коврике.
- Полезно массировать стопы ног с помощью скалки или круглой палки, катая их подошвами по несколько минут в день.

При ходьбе босиком увеличивается интенсивная деятельность почти всех мышц, стимулируется кровообращение во всём организме, улучшается умственная деятельность!

### **ПОГУЛЯЕМ, ПОИГРАЕМ!**

*(Рекомендации для родителей при проведении прогулок)*

Взаимодействие с ребенком на прогулке может стать очень важным и продуктивным компонентом его развития. Но для многих родителей прогулки – это простое «выгуливание» ребенка, когда ему предоставляют возможность подышать свежим воздухом, подвигаться, встретиться со сверстниками.

Обычно стайку детей сопровождает компания взрослых, которые за время прогулки успевают обсудить массу тем и лишь краем глаза присматривать за своим чадом. Редко когда мамы и папы предлагают на прогулке детям те или иные игры. Обычно они предоставляют им почти полную свободу.

Конечно, ребенок может и сам придумать элементарные, но не всегда безопасные игры: пошлепать по лужам, ползать по деревьям, подпрыгнув, подергать листья с деревьев. Просторы парков и скверов, их зеленые лужайки и цветочные поляны вызывают особый восторг, и ребенок готов бежать и бежать куда глаза глядят.

Он жаждет движения, и нужно дать ему возможность реализовать это желание. Самое лучшее, что можно посоветовать, - подвижные игры: они удовлетворяют его страсть к движению. В ходе игры дети получают необходимую мышечную нагрузку и положительные впечатления, при этом избегая эмоциональных и двигательных перегрузок и находясь в поле зрения взрослых.

Для веселой прогулки большой мяч просто не заменим: его можно использовать в разных подвижных играх. Самым маленьким можно дать задание докатить мяч до дерева, скамейки или до мамы, попрыгать, как прыгает мячик; поучится бросать мяч друг другу, перебрасывать мяч через препятствие или подбрасывать вверх. Учите ребенка делать замах и бросать мяч в даль. Бросок в цель использовать для старших детей, так

как он требует более сложной координации. Цель может быть горизонтальной и вертикальной, используйте подручные средства (круг, нарисованный мелом на асфальте или постройке).

Не стесняйтесь показывать пример своему ребенку.

Покажите разные способы бросания мяча: от груди, из-за головы, снизу.

Устройте игру через перешагивания и перепрыгивания через препятствия: бордюр, ручеек, лужицу, ветку, линию, нарисованную на песке или асфальте.

Организуйте для ребенка и его друзей веселые игры в парке, во дворе.

В качестве «инвентаря» подойдут деревья, за ними можно прятаться.

Скамейка, по которой можно катать друг другу мяч, ползать, подлезать под скамью, перелезть через нее.

Пеньки, на которые можно залезать и спрыгивать, обегать вокруг них.

Включайтесь в игру сами, играйте весело с удовольствием. В ходе совместной деятельности у ребенка формируются навыки взаимодействия и общения. Использование игровых упражнений и подвижных игр, является эффективным средством формирования интереса к физической активности, что является одним из главных в укреплении и сохранении здоровья детей, приобщении их к здоровому образу жизни.

### **9 правил закаливания.**

*(Консультация для родителей)*

Одной из форм физического воспитания является закаливание. Оно является существенным, самым эффективным и доступным средством тренировки и совершенствования защитных механизмов организма, влияет на деятельность всех без исключения систем.

Закаливание подразумевает использование комплекса разнообразных процедур с целью укрепления здоровья, повышение устойчивости организма к холоду и профилактики простудных заболеваний. Нередки случаи, когда используют одну процедуру, например, обтирание туловища холодной водой, и надеются таким образом закалиться. Увы! В этом случае вообще не может быть никакого эффекта. И вот почему. Закаленность формируется только при достаточной длительности и интенсивности Холодовых воздействий. Важным условием достижения высокой степени закаленности являются и систематические занятия физическими упражнениями.

Говоря о влиянии закаливания на организм, необходимо упомянуть о специфическом и неспецифическом эффектах.

**Специфический эффект** проявляется в повышении устойчивости к жаре или холоду, в зависимости от того, какой температурный фактор применялся для закаливания.

**Неспецифический эффект** формируется одновременно со специфическим и выражается в повышении устойчивости к некоторым другим внешним воздействиям.

Например: одновременно с повышением устойчивости организма к холоду, обязательно повышается и переносимость недостатка кислорода, уравниваются процессы торможения и возбуждения.

Давайте познакомимся с основными правилами закаливания.

**Первое правило** - понимание необходимости закаляться стало убеждением. Только тогда можно воспитывать такую же привычку к выполнению закаливающих процедур, как привычка умываться, чистить зубы и др. Сознательное отношение формирует нужный психологический настрой, который приводит к успеху.

**Второе правило** - неукоснительное соблюдение здорового образа жизни, составной частью которого является закаливание.

**Третье правило** - систематичность закаливания, а не от случая к случаю. Даже двухнедельный перерыв значительно снижает ранее достигнутое состояние закаленности. Закаливание не следует прекращать даже в случае легкого заболевания, можно лишь уменьшить его дозу.

**Четвертое правило** - длительность и интенсивность закаливающих процедур надо увеличивать постепенно. Каждая новая процедура должна вызывать вначале вегетативные сдвиги: учащение пульса, увеличение частоты и глубины дыхания. Отсутствие этих сдвигов свидетельствует о недостаточном возрастании воздействия закаливающей процедуры. Наоборот, проявление дрожи, «гусиной кожи», побледнения кожных покровов – показатель чрезмерного увеличения силы раздражителя. В первом случае не будет нужного эффекта, во втором – возникает состояния дискомфорта, которое может привести к заболеванию.

**Пятое правило** - учет индивидуальных особенностей организма. У детей разная чувствительность к температурам. Один и тот же фактор может вызвать у одного легкий насморк, у другого – серьёзную болезнь. Эти различия зависят от особенностей строения тела, состояния здоровья, типа нервной системы. Так, у детей с уравновешенным характером устойчивость к холоду вырабатывается быстрее, чем у импульсивных.

**Шестое правило** – необходимость создавать хорошее настроение во время закаливающих процедур. При положительных эмоциях, как правило, отрицательные эффекты не возникают. Все процедуры должны выполняться «на грани удовольствия» и прекращаться при появлении признаков неприятного восприятия процедуры. В зависимости от настроения ребенка закаливающая процедура может быть увеличена по длительности или сокращена, а температура воды понижена или повышена. Учет эмоционального состояния

ребенка, его самочувствия обеспечит постоянный интерес к закаливающим процедурам, сделает их желательными.

**Седьмое правило** – обязательность физических нагрузок. Эффективность закаливания возрастет во много раз, если систематически заниматься физическими упражнениями, соответствующими возможностям организма.

**Восьмое правило** – в целях закаливания надо использовать весь комплекс природных естественных факторов – воду, воздух и солнце.

**Девятое правило** – учет климатических условий конкретного региона, где человек живет постоянно. Климат конкретного региона формирует специфический тип терморегуляции у человека и определяет его чувствительность к холоду.

Закаливание может быть *местным и общим*. При *местном* закаливании холод воздействует на определенный участок тела (ножные ванны, обтирание туловища). *Общим* считается такое закаливание, когда холодовой раздражитель действует на всю поверхность тела (ванна, душ, купание).

**Хорошим средством закаливания, формирования и укрепления свода стопы в летнее время является хождение босиком по песку, траве, земле.**

*Приучать детей к этому надо в жаркие солнечные дни, постепенно увеличивая время хождения босиком с 2-4 до 10-15 минут. Окрепшие ноги могут ходить босиком при +20\*С.*

Постоянные формы закаливания – пульсирующий микроклимат и оптимальная одежда – должны дополняться солнечными и воздушными ваннами, разнообразными водными процедурами и т.д.

### **Как правильно организовать физические упражнения дома?**

Поддерживайте интерес ребёнка к занятиям физической культурой, ни в коем случае не выказывайте своего пренебрежения к физическому развитию. Помните: семья во многом определяет поведение и установки ребёнка, в том числе его отношения к занятиям физкультурой. Пример взрослых чрезвычайно важен. Как вы относитесь к физической культуре, так будет относиться к ней и ваш ребёнок.

1. Высокая самооценка – один из мощных стимулов для ребёнка выполнять любую работу. Будь то домашнее задание или утренняя гимнастика. Всемерно поддерживайте в вашем ребёнке высокую самооценку – поощряйте любое его достижение, и в ответ вы получите ещё больше старания.
2. Наблюдайте за поведением и состоянием ребёнка во время занятий физическими упражнениями. Иногда родители не понимают, почему ребёнок капризничает и не выполняет их требований. Причиной может быть усталость, скрытое желание и т.п. постарайтесь понять причину негативных реакций. В этом вам помогут глубокое знание особенностей своего ребёнка, его доверие, ощущения им своей значимости и значимости собственной личности.
3. Ни в коем случае не настаивайте на продолжении занятий, если по каким-то причинам ребёнок этого не хочет. Выясните причину отказа, устраните её и только после этого продолжайте занятия. Если этого не делать, то возникнет стойкое неприятие любых занятий физическими упражнениями.
4. Важно определить приоритеты вашего ребёнка в выборе физических упражнений. Практически всем детям нравятся подвижные игры, но бывают и исключения.
5. Не ругайте ребёнка за временные неудачи.
6. Не меняйте слишком часто комплекс упражнений. Если они нравятся ребёнку, пусть он выполняет их как можно дольше – в этом случае он не будет «хватать верхушки», а прочно усвоит тот или иной навык, движение.
7. Важно соблюдать культуру физических упражнений. Ни в коем случае не должно быть расхлябанности, небрежности, исполнения спустя рукава. Физкультура – дело серьёзное!
8. Не перегружайте ребёнка: что доступно взрослому, не всегда полезно малышу.
9. В процессе воспитания ребёнка вас должны сопровождать три незыблемых закона: понимание, любовь, терпение.

### **Как облегчить процесс сидения? Что значит правильная посадка?**

#### **Памятка для родителей**

При правильной посадке бедра находятся под прямым углом к позвоночнику и голени, подошвы касаются пола всей поверхностью. Плохо, если ноги не достают до пола или сиденье настолько низкое, что голени выше уровня тазобедренных суставов.

Спина должна быть параллельна спинке стула. Если она наклонена вперёд, может развиться сутулость; если излишне опирается на спинку стула, это будет способствовать формированию круглой спины.

Кисти и предплечья должны свободно лежать на столе. При такой посадке лопатки хорошо зафиксированы и ребёнок может свободно и глубоко дышать.

Очень высокий стол вызывает подъём локтей и компенсаторное искривление позвоночника, при низком столе ребёнок сутулится и сгибает туловище вперёд.

Так что неправильная посадка за столом – это фактор не только неправильной осанки, но и повышенной заболеваемости (ОРЗ, атония кишечника и т.д.)

#### **Что значит для дошкольника стоять?**

Стояние, особенно в определённой позе, очень утомительно для ребёнка, так как мышцы спины быстро расслабляются, не выдерживая статической нагрузки. Поэтому малыш начинает переступать с ноги на ногу, пытается прислониться к чему-нибудь.

Помните! Наказывая ребёнка стоянием в углу, вы наказываете его физически.

### **Как не пропустить нарушений осанки? Предупредить всегда легче, чем лечить!**

На первых порах нарушения преходящи. Если ребёнок, несмотря на правильные профилактические мероприятия, предпочитает неправильные позы, нужно обратиться к врачу – ортопеду или врачу ЛФК и строго выполнять его рекомендации. Постоянное напоминание о том, как правильно ходить, ничего не дадут ребёнку: этом возрасте нужно повторять упражнения от 33 до 68 раз, чтобы он понял и точно воспроизвёл это движение. Здесь на помощь придёт гимнастика – специальные упражнения, способствующие развитию правильной ходьбы и чувства равновесия, координации движений, формированию стопы и укреплению мышечного корсета спины.

**Для развития правильной ходьбы и чувства равновесия** учите ребёнка ходить, ставя стопы параллельно. Это можно делать на дорожках, скамейках, ступеньках, стёсанном бревне, начерченных мелом извилистых дорожках. Кромка тротуара – великолепное пособие для этого.

**Для профилактики плоскостопия** можно использовать любую колючую поверхность – вплоть до резиновых ковриков, о которые мы вытираем ноги, а также любые тренажёры, которые сейчас продаются.

**Для формирования правильной осанки** учите ребёнка ползать под чем-либо (стул, стол, скамейка)

**Здоровье ребёнка - наша общая задача.**

### **Профилактика нарушений осанки.**

Дошкольный возраст период формирования осанки. В этом возрасте формирование структуры костей ещё не завершено, скелет в большей степени состоит из хрящевой ткани, кости недостаточно крепкие, в них мало минеральных солей, мышцы разгибатели развиты недостаточно, поэтому осанка у детей неустойчива, легко нарушается под влиянием неправильного положения тела.

От чего может нарушиться осанка? Таких причин много, назовём лишь некоторые.

1. Мебель не соответствует возрасту ребёнка. Особенно когда он долгое время проводит в вынужденной позе. Поэтому нужно помнить о необходимости соответствия стульев и столов по росту ребёнка, как в детском саду, так и дома, а также не мешать ребёнку больше времени проводить в свободной позе (например, лежать на ковре), как это принято во многих зарубежных дошкольных учреждениях и школах.
2. Постоянное держание ребёнка при ходьбе за одну и ту же руку.
3. Привычка стоять с опорой на одну и ту же ногу. При правильной ходьбе масса тела равномерно распределяется на обе ноги. О равномерном распределении массы тела можно говорить тогда, когда ступни при ходьбе параллельны. Вот почему для формирования правильной ходьбы, ребёнка надо ставить в такую ситуацию, чтобы его ноги были параллельны друг другу, например, тренировать при ходьбе по узкой дорожке, доске, бревну. Если ребёнок выполнил соответствующее упражнение и у него всё в порядке с координацией, то он в состоянии пройти вдоль палки или верёвки.
4. Неправильная поза при сидении (наклонившись вперёд, закинув руки за спинку стула, подложив под себя ногу).
5. Неправильная поза во время сна (спит, поджав ноги к животу, свернувшись калачиком). Спать нужно на жёсткой постели, опираясь на неё костными выступами; при этом мышцы не должны быть в постоянном напряжении, поэтому нужен мягкий матрас и подушка. Лучше, если подушка находится между щекой и плечом, она может быть достаточно мягкой, но небольшой. Лучшая поза для сна – на спине, с разведёнными в сторону руками.
6. Нарушение осанки чаще развивается у малоподвижных детей, ослабленных с плохо развитой мускулатурой, поэтому необходимы гимнастические упражнения для тех мышц, которые обеспечивают хорошую осанку.

Неправильная осанка не только не эстетична, но она неблагоприятно сказывается на положении внутренних органов. Сутулая спина затрудняет нормальное положение грудной клетки, слабые брюшные мышцы тоже не способствуют углублению дыхания. Следствие – меньшее поступление кислорода к тканям.

Очень важно следить за осанкой дошкольника и воспитывать умение правильно сидеть и стоять. Сидение – не отдых, а акт статического напряжения. Дети при сидении, в отличие от взрослых, производят значительную мышечную работу.

Мышцы – разгибатели (особенно, если их не укрепляли раньше) ещё слабы, поэтому дети от сидения быстро устают и стараются быстро изменить позу или встать, чтобы подвигаться. Мы, взрослые, часто не понимаем этого и ругаем детей за неусидчивость.

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ «ЛЕВОРУКИЙ РЕБЁНОК».**

Когда в семье появляется малыш, мама не задумывается о том, правша он или левша. И действительно, ведь в младенчестве здоровые дети растут и развиваются одинаково, ничем не отличаясь друг от друга. Но постепенно с взрослением малыша родители начинают понимать, что их ребенок не совсем такой, как все дети – они замечают, что их малыш – левша. Некоторые родители хватаются за голову, считая леворукость чуть ли не приговором на всю жизнь. Но такая реакция взрослых связана, как правило, с незнанием, кто такие левши, в чем их особенности и так ли это плохо на самом деле. Если вы заметили, что ваш малыш – левша, то не стоит паниковать и расстраиваться. Во многом леворукость – это не наказание, а подарок судьбы, главное знать природу этого явления, особенности воспитания, развития и обучения леворуких детей, не превращать это в комплекс и тогда ваш малыш-левша будет счастливым и умным ребенком. Если раньше левшей было не так уж и много (это связано по большому счету с тем, что всех леворуких детей жестко переучивали, вплоть до привязывания левой руки к туловищу), то в настоящее время левшей становится все больше и больше. На сегодняшний день полностью изменился взгляд на леворукость и никто не считает это явление за неправильность и ошибку природы.

### **Загадка леворукости**

На самом деле природа леворукости и праворукости определяется особенностями головного мозга, ровно как и большинство других особенностей человеческого организма. Головной мозг имеет левое и правое полушария, каждое из них выполняет свой набор функций, причем правое полушарие руководит нашей левой частью тела, а левое полушарие – правой частью тела. Два полушария различаются по своей активности: если доминирует левое полушарие, то ребенок-правша, а если доминирует правое полушарие, то ребенок- левша. Но это далеко не единственно отличие, возникающее по причине доминирования того или иного полушария головного мозга. Каждое полушарие отвечает за обработку определенной информации. Левое полушарие можно назвать логическим, оно отвечает за логическое, абстрактное и аналитическое мышление. То есть благодаря левому полушарию мы можем понимать смысл речи, анализировать происходящее, классифицировать объекты, последовательно решать проблемы, выявляя все возможные варианты. Правое полушарие – это эмоциональная доминанта. Например, если благодаря левому полушарию мы воспринимаем смысл речи, то благодаря правому полушарию мы понимаем ее интонацию. Правое полушарие отвечает за образное мышление и зрительно-пространственные функции. Если доминирует правое полушарие над левым, то есть человек-левша, значит можно говорить, что у него хорошо развита интуиция, творческие способности. Если обратить внимание, то можно заметить, что многие творческие люди: актеры, певцы, писатели и так далее – являются леворукими. Таким образом, если ваш ребенок – левша, то это значит, что у него правое полушарие преобладает над левым со всеми вытекающими отсюда последствиями.

### **Когда можно заметить, что ребенок – левша?**

Однозначного ответа на данный вопрос специалисты не дают, их мнения расходятся. Ряд ученых утверждает, что леворукость можно заметить уже в два-три месяца. Другие специалисты считают, что доминантность той или иной руки полностью сформирована лишь к четырем-пяти годам. В два-три года большинство детей одинаково «управляются» как левой, так и правой рукой. Они в таком возрасте могут держать ложку, карандаш то в правой, то в левой руке – все зависит от его настроения и желания в конкретный момент. Если вы замечаете, что ваш малыш может работать и одной, и другой рукой, то это означает, что в головном мозге еще не сформировалась доминантность одного из полушарий. Но с уверенностью можно сказать, что в пять лет родители уже должны четко знать, левша или правша их ребенок, потому что с этого возраста начинается подготовка к школе, которая включает в себя развитие мелкой моторики – пальчиков, и право- и леворукость играют в этом далеко не самую последнюю роль. Когда ваш ребенок придет в первый класс, и учитель не будет знать, какая рука у ребенка ведущая, то это может привести к серьезным проблемам с письмом и вообще с обучением в целом.

### **Как определить, ребенок – левша или правша?**

Когда ваш кроха еще совсем маленький, то самый лучший способ для определения право- или леворукости – это наблюдение. Когда ваш малыш кушает, рисует, играет и так далее, смотрите, какой рукой он выполняет эти действия. Когда ваш ребенок станет немного постарше, то с ним можно выполнить несколько заданий в игровой форме, которые и позволят окончательно определить доминирующую руку у малыша.

- Игра в мяч. Мяч можно заменить мягкой игрушкой или другим легким предметом.
- Возьмите два шнура средней толщины и не туго их завяжите. Попросите малыша, чтобы он их развязал.
- Возьмите несколько спичечных коробков, уберите из них спички и в каждый коробок положите по разному предмету: монетку, бусинку, конфетку и другие. Называйте малышу предмет, который он должен найти, открывая каждую коробочку.
- Возьмите небольшую бутылочку или баночку с закручивающейся крышечкой и попросите малыша ее

открыть. Крышка должна быть закручена лишь слегка, чтобы малыш не прикладывал усилия при открывании.

- Постройте дом из брусков конструктора.
- Попросите малыша вам помочь вытереть со стола пыль влажной тряпочкой.
- Попросите малыша собрать разбросанные игрушки и другие вещи.

В то время, как ваш малыш выполняет эти задания, наблюдайте, какой рукой он больше работает, то есть какой собирает игрушки, открывает крышки, кидает мяч и так далее. Но для того, чтобы точно определить доминирующую руку, выполнить один раз эти задания недостаточно. Можно даже завести тетрадку, в которой вы будете записывать результаты и наблюдения. Если в итоге окажется, что явно преобладает левая рука, то есть правая рука практически не задействуется или задействуется как вспомогательная, то ваш малыш – левша.

### **Распространенные мифы о леворуких детях**

Что только не приходится слышать о левшах, чуть ли не то, что их посылают на землю инопланетяне! Не верьте, если вам говорят, что левши чаще болеют, плохо спят, отличаются слабым интеллектом, грубостью, застенчивостью, неуверенностью в себе, эмоциональной неуравновешенностью, тревожностью и боязливостью. Все это не более, чем мифы, которые возникают вследствие незнания этого вопроса. Если подобное и наблюдается у леворукого ребенка, то уж точно не по причине того, что он левша, а вследствие других факторов: неправильного воспитания, особенностей психики и темперамента ребенка и других.

### **Реальные факты о левшах**

Ряд проведенных научных исследований практически, а не теоретически показали, что:

- Интеллектуальное развитие леворуких детей ничем не отличается от интеллектуального развития праворуких детей, причем в ходе исследования многие левши показывали более высокий результат.
- В стрессовых ситуациях леворукие дети проявляют большую деликатность и менее подвержены негативному влиянию стресса, у них лучше получается сохранять самообладание и спокойствие, при этом не теряя оптимистичный настрой. А это очень актуально в нашем современном мире, когда каждый день человеку приходится переживать множество стрессов.
- В затруднительных ситуациях левши быстрее находят путь решения проблемы, чем праворукие дети.

### **Необходимо ли переучивать ребенка-левшу?**

Ни в коем случае заниматься этим нельзя, ведь тем самым вы пытаетесь обмануть природу – а делать это бесполезно и крайне не рекомендуется, иначе последствия для малыша могут быть очень печальными. Если вы станете переучивать леворукого ребенка, то это значит, что вы пытаетесь перестроить и изменить работу его головного мозга. При переучивании психика малыша становится все более неустойчивой, и чем настойчивее вы это будете делать, тем нервнее будет становиться ребенок. Кроме этого, переучивание левши грозит неуспеваемостью в школе, отставанием в физическом развитии, нарушением речи и мыслительных процессов. У переученных леворуких детей нарушается сон и аппетит, возможен энурез – недержание мочи, заикание, проблемы с пищеварительной системой и другие весьма неприятные последствия. Таким образом, на вопрос, переучивать ребенка-левшу или нет, можно дать однозначный ответ, что нет, этого делать ни в коем случае нельзя. Потому что тем самым меняется не просто перекладывание ложки, ручки и других предметов из левой руки в правую, а работа полушарий головного мозга.

Если ваш леворукий ребенок пришел в первый класс, и вы замечаете, что педагог ему снижает оценки за каллиграфию при письме, то это неправомерно. Подобная ситуация оговаривается в методических рекомендациях Министерства здравоохранения от 1985 года, которые до настоящего времени никто не отменял. В этом же документе говорится о запрете в переучивании леворуких детей и снижении требований при оценке каллиграфии почерка ребенка-левши. Согласно данным методическим рекомендациям, у леворуких школьников допускается вертикальное написание букв и их наклон влево. Таким образом, именно от родителей во многом зависит по какому пути пойдет развитие леворукого ребенка: он будет нормально развиваться с леворукостью или станет переученным праворуким невротиком, с комплексами, заболеваниями и с психическими расстройствами.

### **Развеиваем комплекс левши**

Вследствие неправильных действий взрослых у леворукого ребенка может появиться комплекс левши. Если человек по тем или иным параметрам отличается от других людей, то у него могут возникнуть комплексы. Помните, как называли сверстники в школе высоких, полных детей, то же самое может произойти и с левшами, хотя дети на леворукость своего сверстника, как, правило, внимания не обращают. Главная причина, когда у леворукого ребенка появляется комплекс, кроется в неправильном поведении взрослых: родителей, педагогов и других. Если не заострять внимание на леворукости ребенка, то комплекс не появится. Поэтому не подчеркивайте эту биологическую особенность вашего малыша, чтобы он не думал, что леворукость – это что-то особенное и этого нужно стесняться. Если вы замечаете, что педагог или другой человек заостряет на этом внимание, то побеседуйте с ним, скорее всего, он это делает в лучших побуждениях, не зная о негативных последствиях этого. Если же ваш разговор не привел к желаемому результату, то лучше оградить общение ребенка с этим человеком. Если этого не сделать, то появится

комплекс левши со всеми его «прелестями»: замкнутостью, эмоциональными расстройствами, необщительностью и так далее. Кроме этого, если у ребенка что-то не получается, то не нужно ставить ему в пример праворукого ребенка. В таких случаях лучше вспомнить его предыдущие успешные результаты или приободрить его, что у него все обязательно получится.

Психологи отмечают следующие качества леворуких детей.

- "Левши" часто отличаются от своих сверстников затянувшимся периодом упрямства.
- Обычно - это художественно одаренные и очень эмоциональные дети. Уже с трех лет они намного лучше, чем другие малыши, рисуют, лепят из глины, воска или пластилина.
- У них нередко хорошие музыкальные способности и абсолютный слух.
- Часто они позже начинают говорить и иногда испытывают затруднения в произношении некоторых звуков.
- Бывает, что им с трудом даются чтение, письмо и математика.
- Ребенок-**левша** непосредствен, доверчив, легко попадает под влияние сиюминутных чувств и настроений. Отсюда - плаксивость, капризность, подверженность ярости и гневу, настойчивость в осуществлении желаний.

Но в то же время специалисты подчеркивают: леворукость – индивидуальный вариант нормы. Ведь и среди детей-правшей упрямых, капризных и возбудимых ничуть не меньше, чем среди левшей.

Причины особенностей левшей и правшей кроются в том, что правое и левое полушария мозга человека ответственны за различные сферы психической деятельности. Это может быть представлено в следующем виде.

#### **Левое полушарие**

1. Конкретное мышление
2. Математические вычисления
3. Сознательное
4. Правая рука
5. Речь
6. Правый глаз
7. Чтение и письмо
8. Двигательная сфера

#### **Правое полушарие**

1. Абстрактное мышление
2. Образная память
3. Бессознательное
4. Левая рука
5. Ритм, восприятие музыки, интонации
6. Левый глаз
7. Ориентировка в пространстве
8. Чувственная сфера

Но не спешите вешать на своего малыша ярлыки "физик" или "лирик". Раньше в школах леворуких детей переучивали. Сегодня физиологи, психологи, педагоги едины во мнении: ни в коем случае этого делать нельзя!

Насильственное переучивание левшей, а тем самым принудительное изменение сложившейся системы головного мозга, как правило, ведет к негативным последствиям. Ребенок может стать раздражительным, вспыльчивым, капризным, плаксивым. Бывают нарушения сна, потеря аппетита, головные боли, жалобы на усталость в правой руке, повышенная утомляемость и снижение работоспособности.

#### **Несколько советов, как нужно вести себя с ребенком-левшой.**

- Принять как должное особенность ребенка и не пытаться превратить его в "правшу". Объяснять ему, что "леворуких" людей очень много и это тоже норма.
- Хвалить за самые малейшие успехи и поощрять его творческие способности, но не стремиться вырастить вундеркинда.
- Не предъявлять завышенные требования к нему и не противопоставлять его другим детям.
- Необходимо создать ребенку определенные условия не только дома, но и в школе: выделить ему место за партой или столом с левой стороны, чтобы он не сталкивался с правым локтем соседа; сделать так, чтобы свет из окна или настольной лампы падал на его рабочее место с правой стороны.
- Учитывая повышенную эмоциональность и впечатлительность такого ребенка, взрослым нужно быть очень чуткими и доброжелательными с ним.

#### **Особенности обучения левши**

Совершенно очевидно, что некоторые особенности леворуких детей нужно учитывать при их обучении и воспитании. Если вы уже точно знаете, что ваш малыш-левша, то как можно раньше нужно начинать развивать левую руку. Например, в этом поможет такое упражнение - пусть малыш положит ладонь на стол

и по очереди отрывает от поверхности стола каждый пальчик, но сама ладонь при этом должна быть неподвижной. Так как у леворуких детей преобладает образное мышление, то это нужно использовать при обучении. Например, обучая буквам, их можно с чем-то сравнивать: букву «Ф» - с очками, «А» - с домиком и так далее. Ассоциации можно подбирать и к цифрам. Необходимо знать, что левши часто пишут буквы зеркально. Научить понимать, какая буква написана правильно, а какая зеркально, поможет простое упражнение: напишите в ряд, например, букву «Б», но одну букву напишите зеркально, пусть ребенок ее найдет. То же самое можно проделать со всеми буквами.

Обратите внимание, что при письме свет должен падать не слева, как у правой, а справа. Если ваш ребенок-левша пишет буквы вертикально или с наклоном влево, то не стоит его за это ругать, просто ему так гораздо удобнее. Очень часто левши находят оригинальные решения тех или иных вопросов, проблем, в связи с чем часто не следуют инструкциям педагога, а предпочитают делать по своему собственному алгоритму. Так, например, складывая числа на математике, педагог учит сначала прибавлять единицы, потом десятки. Но многие левши так не делают. Если требуется к 25 прибавить 14, то они могут к 25 сначала прибавить 15, а потом вычесть 1.

Иногда у левшей можно заметить небрежность и неаккуратность при рисовании, лепке и других занятиях. Категорически не рекомендуется это пресекать, потому что левши в своем большинстве – люди творческие, а, как известно, им свойственна некоторая небрежность.

### **Советы родителям ребенка-левши**

1. Не переучивайте левшу сами и не давайте это делать другим. Перед тем, как ваш ребенок пойдет в первый класс, поговорите с учителем, чтобы он был в курсе и помогал вам в воспитании и обучении ребенка-левши.
2. Если ваш ребенок чрезмерно эмоционален и в чем-то неаккуратен, то не кричите и не наказывайте его за это. Помните, что в этом виноват не он сам, а особенность его головного мозга, вследствие которой, он, например, может расплакаться и эмоционально переживать за героев мультфильма.
3. Левши – творческие дети и их фантазия просто безгранична. Не смейтесь над его небылицами, которые он может рассказывать вам взахлеб. Например, что ночью он был на Марсе, на прогулке в детском саду виделся с загадочным животным и так далее.
4. Помните, левша мыслит и запоминает образами, поэтому во время обучения для лучшего запоминания используйте картинки и другие наглядные пособия.
5. Ребенка-левшу не рекомендуется отдавать в кружки и другие детские объединения, где большое количество детей. Это связано с тем, что леворукие дети с трудом подчиняются жестким правилам.
6. Как можно раньше научите ребенка-левшу правильно держать ручку – так, как это необходимо именно леворукому ребенку. Воспользуйтесь специальными прописями для левшей.
7. Не перегружайте ребенка домашними делами и занятиями, но при этом следите, чтобы он не болтался просто так. Ребенок-левша очень ранимый и чувствительный, старайтесь не кричать и не наказывать его, выберите другую тактику воспитания, способную привести к желаемому результату. Если вам это затруднительно, не бойтесь обращаться к детским психологам за помощью и консультацией.

### **Как самостоятельно определить левша или правша?**

Воспользуйтесь некоторыми простыми советами и упражнениями.

1. Возьмите несколько пустых коробков от спичек и спрячьте мелкий предмет в один из них. Попросите ребенка открыть коробочки и найти спрятанное сокровище. Пока малыш увлечен поисками клада, наблюдайте: какая рука более активно задействована в процессе (берет, открывает, закрывает коробочки).
2. На длинном шнурке завяжите несколько не тугих узелков и попросите ребенка развязать узелки. Основной будет рука, которая развязывает, а не держит узел.
3. Рассыпьте по столу пуговицы. Попросите сложить пуговицы в баночку по одной. Если ребенок собирает пуговицы то одной, то другой рукой, посчитайте: какая рука собрала более количество пуговичек.
4. Прямо перед ребенком положите небольшой мячик. Пусть ребенок бросит мячик вам. Какой рукой он это сделал?
5. На листе бумаги ребенок должен нарисовать домик сначала левой, а затем правой рукой. Какой получился красивее?
6. Какой рукой ребенок будет застегивать пуговицы на своей одежде?
7. Поиграйте в лото. Какой рукой ребенок будет раскладывать карточки – та и ведущая. Вспомогательная рука только придерживает основную карточку.
8. В детском конструкторе нужно закрутить и открутить гайки. Какая рука держит гаечный ключ?
9. Из счетных палочек нужно построить домик. Какой рукой это делает ребенок: левой или правой?
10. В неглубокую баночку насыпьте фасоль, горох или бусинки. Задание для ребенка: достать ложкой и переложить в другую емкость все содержимое баночки. Задание проводится для обеих рук. Какой быстрее и легче справится ребенок – та рука основная.

Если эти домашние тесты на **леворукость (праворукость)** ребенок большинство выполнил левой рукой – не расстраивайтесь. По исследованиям ученых, у левши – очень развито правое полушарие мозга, отвечающее за творческое мышление. Правши – более технические люди.

### **Несколько советов родителям левши:**

- ни в коем случае не пытайтесь переучить его делать все правой рукой. Это может помешать ему гармонично развиваться в дальнейшем,
- создайте ему условия для комфортного развития,
- не высказывайте недовольства и негативных эмоций к доминированию левой руки,
- не списывайте проблемы ребенка в школе на **леворукость**. У **правшей** проблем может быть не меньше, а то и больше, чем у **левшей**.
- если ребенок уже приспособился к рисованию, еде и письму левой рукой – не перекладывайте в правую руку ложку, карандаш либо ручку.
- научиться читать **левше** немного труднее, чем **правше**. Не заставляйте ребенка читать, если он сам отказывается (хотя и знает все буквы алфавита).
- любите своего ребенка таким, какой он есть. **Левша** – это не самая неприятная особенность в жизни. Помогите вашему малышу почувствовать себя уверенно всегда и везде.

### **Заключение**

Если ваш ребенок – левша, то вы просто обязаны знать психологические и другие особенности таких детей. Это позволит вам правильно его воспитать, не привив своему малышу комплекс «леворучки». История знает огромное количество гениальных людей, которые были левшами, и возможно, благодаря именно этой своей особенности, создали свои вечные шедевры. Среди таких людей множество ученых, композиторов, художников, писателей, полководцев и президентов, актеров и других. Левшами были Ньютон и Эйнштейн, Бах и Бетховен, Пикассо и Микеланджело, Леонардо да Винчи и Маяковский, Македонский, Бонапарт и Юлий Цезарь, Авраам Линкольн и Чарли Чаплин, Мэрилин Монро и многие, многие другие. Согласитесь, при таком внушительном звездном списке, наверно, не так уж и плохо быть левшой! Обратите внимание, и возможно, в вашем ребенке-левше скрыты какие-то таланты, которые ему необходимо помочь развить.

## **Памятка для родителей «Как отвечать на детские вопросы?»**

Уважаемые родители!

Дети, часто задавая взрослым вопросы: «почему», «зачем», «как» — ждут на них готовые ответы. Как же правильно отвечать на детские вопросы? Давайте разберемся вместе.

Относитесь к вопросам ребенка с уважением, не отмахиваясь от них. Внимательно вслушайтесь в детский вопрос, постарайтесь, понять, что заинтересовало ребенка в том предмете, явлении, о котором он спрашивает.

Давайте краткие и доступные пониманию дошкольника ответы, избегайте при этом сложных слов, книжных оборотов речи.

} Ответ должен не просто обогатить ребенка новыми знаниями, но и побудить его к дальнейшим размышлениям, наблюдениям.

} Поощряйте самостоятельную мыслительную деятельность ребенка, отвечая на его вопрос встречными: «А ты как думаешь?»

} В ответ на вопрос ребенка постарайтесь вовлечь его в наблюдения за окружающей жизнью, почитать ему книгу, рассмотреть вместе иллюстративный материал.

} Отвечая на вопрос ребенка, воздействуйте на его чувства, воспитывайте чуткость, гуманность, тактичность к окружающим людям.

} Если ответы на вопросы ребенка требуют сообщения сложных не доступных пониманию дошкольника знаний, не бойтесь ему сказать:

} «Пока ты мал и не сможешь многое понять. Будешь учиться в школе, многое узнаешь, сможешь сам ответить на свой вопрос».

} По возможности надо побуждать ребёнка к дальнейшим наблюдениям и рассуждениям, к самостоятельному поиску ответа на возникший вопрос.

} **Помните**, ответы на детские вопросы очень важны для ребенка и сильно влияют на его развитие и знания, старайтесь не давать готовую информацию, а подсказывать, где можно найти ответы и ищите их вместе!

## **КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ФОРМИРОВАНИЕ НАВЫКОВ САМООБСЛУЖИВАНИЯ У ДЕТЕЙ В СЕМЬЕ**

Влияние семьи особенно велико в воспитании у ребёнка навыков самообслуживания. Воспитательные возможности самообслуживания в быту не ограничивается только практическими навыками. В процессе руководства самообслуживанием у ребёнка можно воспитать у ребёнка стремление к аккуратности, привычку к опрятности, чистоте и порядку, самостоятельность, умение и желание прилагать усилия для достижения результата.

### 1. Условия, необходимые для формирования у детей в семье навыков самообслуживания.

Необходимо создать в семье обстановку, обеспечивающую детям возможность не только действовать необходимым образом. Но и вызывать у них положительные эмоции, постепенно превращая действия по самообслуживанию в привычку действовать самостоятельно.

Условия, с помощью которых добиваются, чтобы ребёнок одевался самостоятельно.

Чтобы ребёнок мог сам брать и вешать свою верхнюю одежду, ему выделяют вешалку, соответствующую его росту. Для носовых платков, носков отводят индивидуальную полку или место на полке в нижней части шкафа. Следует приобрести детские вешалки-плечики. Пользоваться ими удобно, практично, эстетически целесообразно.

Укладываясь в постель, ребёнок должен привыкнуть аккуратно складывать одежду в определённое место. Лучше, если это будет соответствующего размера стул. Постоянным должно быть место хранения ночной рубашки или пижамы. Хорошо, если это специальный мешочек. Отдельно должна храниться обувь ребёнка, это важно с воспитательной и гигиенической точки зрения.

Самостоятельность детей в одевании и раздевании зависит и от того, каковы сами предметы туалета. Так, ребёнка легче приучить застёгивать пальто, если петли соответствуют размеру пуговицы. Неудобны платья, кофточки, застёгивающиеся на спине. Затрудняют действия детей различные шнуровки, пояса со сложными замками. Рукава должны легко засучиваться, быть либо на резинке, либо с удобно застёгивающимися манжетами.

Резинки на юбках, трусах, колготках, штанах нужно делать достаточно свободными, чтобы они не давили на тело, позволяли свободно одевать и снимать одежду. Необходимо следить и затем, чтобы шнурки на ботинках, туфлях, сапожках всегда были с твёрдыми наконечниками, а обувь легко надевалась и снималась.

Важно постепенно приучать детей заботиться о своих вещах. Для этого прежде всего хорошо определить место, где малыши могут разложить намокшую на прогулке одежду, взять одежную, обувную щётки, веник для стряхивания снега.

Условия, необходимые для того, чтобы дети самостоятельно умывались и мыли руки.

Прежде всего нужно, чтобы ребёнку было удобно умываться и мыть руки. Целесообразно сделать устойчивую подставку под раковину. Хорошо, когда у детей дома есть не только индивидуальная щётка и паста для чистки зубов, но и отдельная мыльница, куда кладут половинку куска туалетного мыла. Это удобно и гигиенично. В 3-4 года ребёнка приучают чистить зубы. При покупке туалетных принадлежностей, зубной щётки, пасты нужно позаботиться об их внешней привлекательности: яркой окраске, красивой этикетке и т.д.

Малыш без напоминания вешает полотенце на место, если оно постоянно и удобно. Если в семье 2-3 ребёнка. Хорошо подобрать для них полотенца разного цвета, орнамента. Удобный для ребёнка размер полотенца 40-50 см в ширину и 60-70 в длину.

Условия, обеспечивающие самостоятельность ребёнка в еде.

Если в семье нет специальной мебели для ребёнка, стул, на котором он сидит, необходимо привести в соответствие с ростом ребёнка. Под ноги нужно сделать подставку. Если ноги ребёнка «навесу», он утомляется, вертится, капризничает, пытается влезть на стул с ногами.

Столовый прибор (тарелка, чашка, вилка, ложка) должны быть небольшого размера. Детская порция, поданная во взрослой посуде, создаёт у малыша неверное представление о количестве пищи, выглядит не эстетично. Компот, кофе, чай ребёнку подают в чашке, поставленной на блюде. Хлеб нарезают мелкими ломтиками (на 4 части). На столе на доступном для ребёнка расстоянии, ставят хлебницу, салфетницу. Чтобы дети помогали накрывать стол, необходимо посуду, ложки, вилки, другие предметы раскладывать так, чтобы доставая их, детям не приходилось тянуться.

2. Приёмы и методы формирования у детей навыков самообслуживания в семье.

Дети уже многого достигают в самообслуживании. С небольшой помощью они снимают и одевают одежду в определённой последовательности. Значительнее совершенствуется навык мытья рук, умывания, дети самостоятельно умываются, засучив рукава, не разбрызгивая воду, пользоваться мылом, без напоминания пользоваться личным полотенцем, вешать его на место. Самостоятельными дети становятся и в процессе еды, едят самостоятельно, аккуратно, тщательно пережёвывают пищу с закрытым ртом, пользуются салфеткой, учатся правилам завершения процесса еды. Нельзя выходить из-за стола с полным ртом, с куском хлеба в руках. По окончании еды нужно поблагодарить, тщательно вытереть салфеткой губы, пальцы, вставая, тихо задвинуть стул, не мешая тем, кто ещё не закончил есть.

Если ребёнок ещё не усвоил каких-то навыков, не нужно заставлять его их выполнять, не научив предварительно необходимым действиям. Неудачи огорчают детей, они перестают верить в свои силы. Неоднократное повторение неудавшихся попыток, особенно сопровождаемое порицанием или наказанием, может сформировать стойкое нежелание действовать самостоятельно.

Вместе с тем невозможность выполнять в семье правила, усвоенные в детском саду, вызывает у детей чувство недовольства. Прежде чем требовать от ребёнка самостоятельности в самообслуживании, нужно научить его действиям, необходимым в процессе одевания, водных процедур, принятия пищи. Нужно помогать ему выполнять необходимые действия, непосредственно принимая в них участие, то есть показывать пример. Обращать внимание детей следует и на рациональность действий.

Обучая детей выполнению необходимых действий, родителям следует учитывать их опыт. Очень важна последовательность в обучении. Последовательное усложнение требований, постепенный перевод ребёнка на новую степень самостоятельности поддерживает его интерес к самообслуживанию, позволяет совершенствовать свои действия. Лишение возможности действовать самостоятельно, отсутствие требований к умению обслужить себя, постоянная опека над ребёнком не только задерживает развитие, но и часто ведёт к эмоциональным срывам в поведении, дети либо перевозбуждаются, либо становятся пассивными.

Умение себя обслуживать закрепляется повторением. Нужно следить, чтобы ребёнок в определённой последовательности выполнял одну и ту же процедуру, необходимо не только неоднократно повторять в действии, объяснять, но и упражнять его в этом.

Известно, что знание, как нужно поступать и даже умение делать всё правильно не всегда влечёт за собой желаемое поведение. Так, ребёнок отлично знает свои действия, умеет всё делать, но не хочет. Почему? Эту обязанность выполняет за него мама. Или это влияние примера поведения старших братьев, сестёр. Особенно в этом отношении следует обратить внимание на возможность нежелательного подражания им. Ребёнок должен научиться действовать правильно, это может стать правилом на долгие годы.

В самообслуживании нужно научить детей доводить дело до конца и выполнять его качественно. Может случиться так, что ребёнку, освоившему какие-то действия, надоест их выполнять. В таком случае заинтересовать его можно поручением, выполнение которого связано с этим действием. Если родители, давая ребёнку какие-то задания по самообслуживанию, забывают об этом или вспоминают периодически, ребёнок привыкает к необязательности их выполнения.

Для ребёнка результат его усилий прежде всего становится значимым в оценке взрослого. Поэтому хорошему настроению, желанию, старанию сделать что-то самому способствует прежде всего одобрение родителей.

### Памятка «Искусство наказывать и прощать»

1. Чаще хвалите ребенка, чем осуждайте, подбадривайте, а не подмечайте неудачи, вселяйте надежду, а не подчеркивайте, что изменить ситуацию невозможно.
2. Чтобы ребенок поверил в свой успех, в это прежде всего должны поверить взрослые. Наказывать легче, воспитывать труднее.
3. Не создавайте сами опасных прецедентов и резко ограничьте круг запретов. Если вы что-то разрешили ребенку вчера, разрешите и сегодня. Будьте последовательны.
4. Запреты всех взрослых в семье должны быть одинаковыми.
5. Воинственность ребенка можно погасить своим спокойствием.
6. Не ущемляйте достоинство и самолюбие ребенка.
7. Попытайтесь понять ребенка и оценить с его позиции плохой проступок.
8. Если есть сомнение, наказывать или нет, - не наказывайте!
9. Помните, что детское непослушание всегда имеет психологические мотивы:  
Нарочитое непослушание означает, что ребенок хочет быть в центре внимания;  
Проказы свидетельствуют о том, что ребенок жаждет эмоциональных впечатлений;  
Упрямство – свидетельство желания быть независимым;  
Агрессия – ребенок ищет способ самозащиты;  
Суета, беготня – ребенок дает выход энергии.

### Беседа «Если ребенок невнимателен»

Вместо шапки на ходу

Он надел сковороду.

Вместо валенок перчатки

Натянул себе на пятки”

С. Я. Маршак

Наверное, каждый может вспомнить хотя бы одного из своих знакомых, которому подойдет описание знаменитого маршаковского Рассеянного. Забытые очки и не выключенные утюги, постоянные опоздания и потерянные документы — все это начиналось в детстве и уже тогда доставляло немало хлопот и ребенку, и его родителям, и учителям. А как огорчали в школьные годы “глупые” ошибки из-за невнимательности! Мы, как правило, жалеем таких Рассеянных. Вместе с тем, невнимательность не такой уж и безобидный порок. Несчастные случаи, неприятности в личной жизни, неудавшаяся карьера — это часто сопровождает невнимательного человека на протяжении всей его жизни. Поэтому очень важно уже в раннем возрасте определить, нет ли у ребенка так называемого синдрома дефицита внимания (СДВ).

Если ваш ребенок постоянно “витает в облаках”, попробуйте обратиться к психологу. Однако первичную диагностику можно провести и самостоятельно, воспользовавшись несложным тестом.

Итак, ваш ребенок:

- Часто неспособен удерживать внимание на деталях, допускает ошибки по небрежности.
- Обычно с трудом сохраняет внимательность на протяжении всей игры или при выполнении длительного задания.
- Часто, кажется, что ребенок не слышит обращенную к нему речь.
- Не может придерживаться предлагаемых для выполнения задания инструкций, хотя понимает их.
- Систематически испытывает сложности в организации самостоятельной работы.
- Обычно избегает выполнения заданий, которые требуют длительного умственного напряжения.
- Часто теряет вещи.
- Легко отвлекается на посторонние объекты.
- Часто проявляет забывчивость в повседневных ситуациях.

Утвердительные ответы следует давать, если перечисленные признаки проявляются в течение длительного времени (не менее полугода) в детском саду, дома, вне зависимости от ситуации. Если вы ответили утвердительно на 6 и более вопросов, то вашему ребенку нужна срочная психологическая помощь.

Имейте в виду, что внимательность можно развивать точно так же, как память или силу. Лучше всего это делать в игровой форме. Следует заметить, что полезны любые занятия физической культурой или спортом, однако известны игры, особенно эффективные при направленном развитии внимания.

“**Будь внимателен**” (для дошкольников). Ребенок выполняет гимнастические упражнения по словесной команде, например: по команде “**Зайчики!**” - прыжки на месте; “**Птицы**” — взмахи руками; “**Лягушки**” — присесть и скакать вприсядку и так далее. Команды должны быть разнообразными и подаваться с различными интервалами.

## КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ «ЕСЛИ У РЕБЕНКА НЕТ ДРУЗЕЙ»

Еще в древности люди придавали огромное значение дружбе. Цицерон говорил: «В мире нет ничего лучше и приятнее дружбы; исключить из жизни дружбу — все равно что лишить мир солнечного света». Нельзя недооценивать значение дружбы и для развития ребенка.

Если ребенок не рассказывает вам о своих сверстниках и не может назвать своих друзей, то это должно насторожить. Скорее всего, у вашего ребенка просто нет друзей в силу тех или иных причин. И в такой ситуации малышу обязательно нужна помощь взрослого.

В большинстве случаев детей-друзей связывает детский сад, прогулки во дворе или дружба родителей, которые часто проводят досуг вместе. Но далеко не каждый ребенок легко идет на контакт со сверстниками, некоторые из них замкнуты и практически не имеют друзей.

Если вы заподозрили, что у вашего ребенка существует такая проблема, то **не стоит на этом акцентировать его внимание. Помогать ему справиться со своей замкнутостью нужно незаметно**, чтобы малыш не понял, что он какой-то не такой, как другие дети.

Спасти ситуацию вам могут помочь **знакомые, в семье которых есть дети такого же возраста**. Их можно чаще приглашать в гости или договориться выводить детей на прогулку в одно и то же время.

Чтобы ребенок стал более раскрепощенным в общении, набрался коммуникативного опыта, можно **записать его в какую-нибудь секцию, творческое объединение**. Таким образом, он будет заниматься любимым делом и при этом общаться с единомышленниками, ведь общее хобби объединяет не только взрослых, но и детей.

Обратите внимание, возможно, в вашем ребенке нет таких качеств, которые вызывают симпатию и уважение у окружающих. Это такие качества, как **способность идти на компромисс, сопереживание, взаимоуважение и готовность прийти на помощь**. Ребенок, у которого присутствуют эти качества, всегда найдет себе друзей.

Такие качества у детей необходимо развивать своим собственным примером. Безусловно, что за неделю и даже за месяц развить заботу и внимание к окружающим невозможно, но постепенно ребенок этому обязательно научится.

Отсутствие друзей-сверстников у ребенка может быть связано с тем, что он в основном общается с более младшими детьми или взрослыми. Особенно часто это бывает, если ребенок не посещает дошкольное учреждение. Это неплохо, но тем не менее, каждый дошкольник должен уметь находить контакт и со сверстниками, потому что когда он вырастет, ему придется иметь дело с людьми разных возрастов.

Общение со сверстниками – важнейшая составляющая жизни ребенка в дошкольном детстве. Очень важно, чтобы это общение было полноценным и соответствующим возрасту ребенка. И задача родителей – сделать его таковым, не забывая про **свой собственный пример, который лучше всяких слов**.

### Консультация для родителей.

#### «Секреты воспитания вежливого ребенка»

Ваш ребенок будет вежлив и воспитан, если Вы, уважаемые родители будете соблюдать следующие правила:

- Ведите себя деликатно по отношению к окружающим и в том числе к своим детям.
- Никогда не оскорбляйте человеческого достоинства сына или дочери, не кричите на ребенка не говорите при нем грубые слова ни в коем случае не принимайте в качестве воспитательной меры физические наказания.
- Не делайте бесконечных замечаний по пустяковым поводам, где это возможно, поощряйте самостоятельность ребенка
- Предъявляйте к детям единые требования. Если кто-то из взрослых не согласен с замечаниями другого, то осуждайте это в отсутствие ребенка.
- Уважайте достоинство маленького человека, исключив в речи выражения: « Ты еще мал», « Тебе еще рано».
- Не забывайте говорить ребенку: « Доброе утро!», « Спокойной ночи», « Благодарю за помощь».
- Правила культурного поведения прививайте детям систематически, а не от случая к случаю.

**Ребёнок учится тому,**

**Что видит у себя в дому,**

**Родители пример ему.**

**Кто при жене и детях груб,**

**Кому язык распутства люб,**

**Пусть помнит, что с лихвой получит**

**От них всё то, чему их учит.**

**Не волк воспитывал овец,**

**Походку раку дал отец.**

**Коль видят нас и слышат дети,**

**Мы за дела свои в ответе**

**И за слова: легко толкнуть  
Детей на нехороший путь.  
Держи в приличии свой дом,  
Чтобы не каяться потом.**

С.Брандт.

Как показывает практика, большинство пап и мам под словом «вежливость» понимают совершенно разные значения. Бесспорно, что уже с возраста в 3-4 года родители пытаются выставлять своих малышей как истинных джентльменов и леди. Но если рассмотреть данную ситуацию более подробно, выяснится, что одни считают слова «здравствуйте», «до свидания», «спасибо» или «пожалуйста» способом проявления вежливости. А другие считают, что нужно проявлять действия, такие как: подать руку, перевести бабушку через дорогу и т.д.

Вежливость со стороны ребенка нужно начинать проявлять с раннего возраста. Желательно это делать когда малыш начнет понимать себя в окружающем мире как личность. Именно в этот момент ребенок начинает впитывать в себя все знания, как губка.

Если родители начинают объяснять ребенку, как делать хорошо, а как плохо и при этом он каждый день видит как мама и папа ругаются, то, скорее всего никакого результата это не даст. Дело в том, что информация у детей начинает словесно усваиваться чуть позже. В основном ребенок запоминает все, что происходит в округе. А впоследствии он начнет думать: «Раз мама делает так, значит и мне можно». Нельзя забывать, что и вежливость проявляется не только при общении родителей между собой, но и с ребенком. Многие думают, что он еще ничего не понимает. Но если вы будете разговаривать со своим малышом, не употребляя вежливых слов, то негативные последствия могут проявиться в ближайшем будущем. Когда вы просите что-то вам отдать, то не забывайте сказать «пожалуйста». Перед сном малышу нужно говорить «спокойной ночи». Во время еды лучше всего сказать «приятного аппетита».

Порой у детей начинается период, когда они проверяют своих родителей. В сознании малыша появляется вопрос «А действительно мне нельзя того, о чем говорила мама?». Именно в эти моменты ребенок может начать капризничать, задирает других детей или даже начать драку. В такой ситуации не нужно теряться. Происходит это из-за того, что «противный» характер заложен у любого человека с рождения. При этом слово «противный» здесь образовано от слова «против», то есть, делать что-то поперек правилам. Родители просто должны объяснить ребенку о том, что так делать нельзя.

Реакция родителей на происходящее играет большую роль в воспитании ребенка. Эмоции всегда должны быть неизменны. Если ребенок поступил плохо несколько раз, то во всех случаях реакцией мамы или папы он должен понимать, что так делать не хорошо. Однако нельзя реагировать только на плохое поведение. Поощрять и хвалить тоже необходимо. Например, помог вам ваш малыш по дому, обязательно скажите ему какой он молодец.

Все эти секреты воспитания вежливого ребенка, казалось бы, давно знакомы и совсем незначительны. Однако следование им поможет вам привить своему чаду вежливость. Самое главное для родителей – это изначально понять поведение своего ребенка. Если вы все поймете правильно, то впоследствии сможете строить планы на будущее по правильному воспитанию вашего сокровища.

**Памятка для родителей**  
**Правила пожарной безопасности для детей**  
**Уважаемые взрослые!**

**Пожалуйста, изучайте с детьми правила пожарной безопасности!**

**Пожарная безопасность дома**

1. Выучите и запишите на листке бумаги ваш адрес и телефон. Положите этот листок рядом с телефонным аппаратом.
2. Не играйте со спичками и зажигалками, аэрозольными баллончиками. Это может стать причиной пожара.
3. Уходя из дома или из комнаты, не забывайте выключать электроприборы.
4. Не сушите белье над плитой. Оно может загореться.
5. В деревне или на даче без взрослых не подходите к печке и не открывайте печную дверцу. От выпавшего уголька может загореться дом.
6. Ни в коем случае не зажигайте фейерверки, свечи или бенгальские огни без взрослых.

**Пожарная безопасность при пользовании газовой плитой**

1. Если вы почувствовали запах газа, не включайте свет и электроприборы, не зажигайте спички, а сразу же сообщите об этом взрослым. Срочно проветрите комнату.
2. При запахе газа звоните в газовую службу от соседей.
3. Не играйте на кухне, особенно при включенной газовой плите.
4. Уходя из дома, проверьте, закрыты ли газовые конфорки.
5. Никогда не висите на газовых трубах.

**Пожарная безопасность при пользовании электроприборами**

1. Не пользуйтесь неисправными электроприборами.
2. Не дотрагивайтесь до электроприборов мокрыми руками.
3. Не пользуйтесь электроприборами в ванной.
4. Не накрывайте лампы и светильники тканью или бумагой.
5. Не оставляйте включенными утюг и другие электроприборы.

**Правила поведения во время пожара**

1. Если огонь небольшой и горит **не** электроприбор, можно попробовать сразу же затушить пламя, набросив на него плотную ткань, одеяло, или залив водой.
2. Если огонь сразу не погас, немедленно убегай из дома в безопасное место. И только после этого позвони в пожарную охрану или попроси об этом взрослых.
3. Если не можешь убежать из горящей квартиры, сразу позвони по телефону 01 и сообщи пожарным точный адрес (улица, номер дома, номер квартиры, где и что горит). После этого зови из окна на помощь соседей и прохожих криком «Пожар!»
4. Если под рукой нет телефона и ты не можешь выйти из квартиры, сразу зови на помощь из окна. Если сможешь, налей ведро воды, закрой дверь в комнату, в которой ты находишься.
5. При пожаре дым гораздо опаснее огня. Продвигаться к выходу нужно ползком – внизу дыма меньше.
6. При пожаре никогда не садись в лифт, он может отключиться. Спускаться можно только по лестнице.
7. Ожидая пожарных, не теряй головы и не выпрыгивай из окна. Закрой рот и нос влажной тканью. Если есть вода – лей на пол. Тебя обязательно спасут.
8. Когда приедут пожарные, во всем их слушайся и не бойся. Они лучше знают, как тебя спасти.

**Пожарная безопасность в лесу**

1. Пожар - самая большая опасность в лесу, поэтому не разводите костер без взрослых.
2. Никогда не балуйтесь в лесу со спичками. В сухую жаркую погоду достаточно одной спички или искры от фейерверка, чтобы лес загорелся.
3. Не выжигайте траву под деревьями, на прогалинах, на полянах и лугах.
4. Не оставляйте на полянах бутылки или осколки стекла.
5. Если вы оказались в лесу во время лесного пожара, определите направление ветра и направление распространения огня. Выходите из леса в сторону, откуда дует ветер.
6. Выйдя из леса, обязательно сообщите о пожаре взрослым.

## *Консультация для родителей* *«Компьютерные игры и их влияние на ребенка»*

Реальность такова, что **компьютерные** игры стали частью современного детства. Одни из них могут помочь в **развитии способностей**, другие негативно **повлиять** на психику и нравственное **развитие детей**. Существуют еще разнообразные игровые программы для малышей, обучающие письму и счету, языкам и т. д. Они безусловны полезны, и их можно использовать. Кроме того, создано множество интересных логических игр, которые помогают **развивать мышление и память**.

**Но большинство компьютерных игр не способствуют обучению и носят не созидательный, а агрессивный характер.** Как правило, в них для прохождения на следующий уровень требуется либо убивать (червячков, монстров, людей, армии), либо разрушать (ящики, технику, постройки, города, государства, планеты). Как такая игра может повлиять на поведение ребенка в реальной жизни? Самый простой ответ, который первым приходит на ум, для психолога вовсе не так очевиден. И тем не менее начнем именно с него.

Наиболее интересными, но и опасными для детей являются ролевые игры (RPG), или «игры от первого лица». Ребенок, играющий в игру такого рода, погружается в происходящее на экране. Он выступает в роли конкретного или воображаемого компьютерного персонажа. По сведениям целого ряда зарубежных и российских психологов, **именно такте игры способны быстрее остальных компьютерных игр вызвать устойчивую психологическую зависимость.** Только в RPG можно пронаблюдать разделение на «Я виртуальное» и «Я реальное». **В игровой роли ребенок реализует то, что в реальном мире для него недостижимо.** Неоднозначность начинается со слова «реализует».

С одной стороны, **действия в виртуальном мире могут быть впоследствии спроецированы в мир реальный.** Дети начинают использовать реплики, имеющие остро негативные оттенки: «видел, как я ему голову отстрелил?», «бей всех на первом этаже, а я на втором», «мочи их всех!», «зомби съедят тебя!». **Если в игровом мире действие становится привычным, оно может стать шаблоном поведения.**

Роль взрослого в такой ситуации – стать для своего маленького ребенка фильтром, который защитит его от вредных, продуктов этой индустрии. На что нужно обращать внимание?

ü соответствие игровой программы возрасту и способностями вашего ребенка;

ü выбирать для ребенка такие игры, в которых выполнение одного этапа или задания не занимает больше 5-7 минут. Это позволит закончить игру, не превышая лимита времени, который вы устанавливаете для безопасного непрерывного общения ребенка с **компьютером**;

Ваши меры по ограничению продолжительности общения ребенка и **компьютера** могут вызывать конфликты и ссоры. Родители должны не наказывать, а убеждать.

### *Советы по профилактике игровой компьютерной зависимости:*

1. Договоритесь с ребенком о максимальной продолжительности игры.
2. Контролируйте процесс сами или воспользуйтесь специальными программами контроля времени.
3. Старайтесь так организовать время ребенка, чтобы он не играл за **компьютером ежедневно.**
4. С самого раннего возраста выявляйте способности ребенка. Если ребенок увлечется каким-то видом деятельности, то все **компьютерные** игры отодвинутся на второй план.
5. Полезно с раннего возраста приучать ребенка к стабильному режиму дня. Тогда он не будет в любой свободный момент рваться к **компьютеру.**

### *Гимнастика глаз*

Специальная гимнастика для глаз выполняется после того, как ребенок закончил занятия на **компьютере.** Она включает несложные упражнения, которые необходимо делать в течении 2-3 минут.

#### *«Моргание»*

Закрыв глаза, медленно сосчитать до 5. Открыть глаза, быстро поморгать. Повторить 3 раза.

#### *«В разные стороны»*

Медленно двигать глазами из позиции *«прямо перед собой»* в указанных направлениях, возвращая каждый раз взгляд в положение *«прямо»*. Голова при этом должна оставаться неподвижной. Прямо- вверх, прямо - вниз, прямо -вправо, прямо- влево.

Повторить 3-4 раза.

## Консультация для родителей

### «Скоро лето!»

Лето не только время путешествий, но и наиболее благоприятная пора для отдыха, закаливания и оздоровления детей. Поэтому очень важно, чтобы родители с наибольшей пользой распорядились этим драгоценным временем. Вместе с тем возникает немало вопросов, как это лучше сделать. И здесь, как нам кажется, в известной мере вам могут пригодиться наши советы.

#### **Солнце хорошо, но в меру**

Летом дети максимальное время должны проводить на воздухе. Самая большая опасность – перегрев организма, солнечные ожоги, солнечный удар, поскольку маленький ребёнок обладает менее совершенной терморегуляцией и кожа его очень нежна.

До трёх лет световоздушные ванны можно проводить под навесом или в тени деревьев. При этом нужно соблюдать принцип постепенного обнажения тела ребёнка. Сначала от одежды освобождаются руки и ноги, а затем остальные части тела. Уже с 1,5 летнего возраста световоздушные ванны ребёнок может принимать в одних трусиках. Продолжительность первой такой ванны – 5 минут, затем время постепенно увеличивается до 30-40 минут. Световоздушные ванны особенно рекомендованы детям с ослабленным организмом. Лучшее время проведения – с 9 до 12 часов. Каждую световоздушную ванну лучше всего заканчивать водной процедурой.

Дети дошкольного возраста после недельного курса световоздушных ванн могут начать принимать солнечные ванны. Загорать ребёнок может лёжа, а ещё лучше во время игр и движения.

Солнечные ванны в сочетании со световоздушными ваннами, а также водными процедурами оказывают прекрасное укрепляющее действие. Дети становятся устойчивее к гриппоподобным заболеваниям, нежели те ребята, которые мало загорали.

#### **Осторожно: тепловой и солнечный удар!**

Специалисты не делают больших различий между этими состояниями. И это понятно. В основе как теплового, так и солнечного удара лежит перегревание организма. Причиной теплового удара является затруднение теплоотдачи с поверхности тела. Часто это связано с длительным пребыванием в жаркой, влажной атмосфере. При солнечном ударе возникает нарушение кровообращения в головном мозге. Обычно это бывает, когда ребёнок ходит на солнце с непокрытой головой.

Чем меньше возраст ребёнка, тем он чувствительнее к действию жары и солнечных лучей. Поэтому перегрев организма у маленького ребёнка иногда может уже случиться во время приёма световоздушных ванн. При лёгком солнечном или тепловом ударе симптомы в основном однотипны. Это – головокружение, слабость, головная боль. У малышей часто отмечается расстройство кишечника. В тяжёлых случаях могут появиться судороги, рвота, потеря сознания. Во всех таких ситуациях нужно срочно вызвать врача, а до его прихода перенести ребёнка в тень, смочить голову и грудь холодной водой, на переносицу положить холодный компресс, приподнять голову. Дайте ребёнку попить и успокойте его.

*Купание – прекрасное закаливающее средство*

Купаться в открытых водоёмах можно начиная с двух лет. Место для купания должно быть неглубоким, ровным, с медленным течением. Прежде чем дать ребёнку возможность самостоятельно войти в воду, необходимо убедиться в том, что в данном месте нет ям, глубокой тины, коряг, острых камней. В воде вместе с ребёнком обязательно должен находиться взрослый.

*При купании необходимо соблюдать правила:*

Не разрешается купаться натошак и раньше чем через 1-1,5 часа после еды

В воде дети должны находиться в движении

При появлении озноба немедленно выйти из воды

Нельзя разгорячённым окунаться в прохладную воду.