

## *Легко ли научить ребёнка правильно вести себя на дороге?*

На первый взгляд легко. Надо только познакомить его с основными требованиями Правил дорожного движения и никаких проблем.

На самом деле очень трудно. Ведь мы, родители, каждый день на глазах родного чада нарушаем эти самые пресловутые Правила, и не задумываемся, что ставим перед ребёнком неразрешимую задачу: как правильно? Как говорят или как делают?

Когда же ребёнок попадает в дорожное происшествие, то виноваты все: водитель, детский сад, школа, Госавтоинспекция. Почему не научили, не показали, не уберегли? Забывая при этом, что в первую очередь родители своим примером должны научить и уберечь.

Если вы действительно заинтересованы в том, чтобы ваш ребёнок владел навыками безопасного поведения на дороге, то не сводите процесс обучения к пустой и бесполезной фразе: "Будь осторожен на дороге". Она не объясняет ребёнку, чего собственно на дороге надо бояться. Где его может подстеречь опасность? Лучше используйте движение в детский сад и обратно для отработки навыков поведения на дороге.

Ребёнок твёрдо должен знать, что дорогу можно переходить только в установленных местах: на пешеходном переходе и на перекрёстке. Но и в данном случае никто не может гарантировать его безопасность. Поэтому, прежде чем выйти на дорогу, остановитесь с ребёнком на расстоянии 50 см - 1 метра от края проезжей части, обратите его внимание, что посмотреть налево и направо надо обязательно с поворотом головы, и если с обеих сторон нет транспорта представляющего опасность, можно выйти на проезжую часть. переходить дорогу надо спокойным размеренным шагом и не в коем случае не бегом.

Большую опасность для детей представляют не регулируемые пешеходные переходы. здесь ребёнку важно убедиться, что расстояние до автомашин с обеих сторон позволит ему перейти дорогу без остановки на середине проезжей части.

На регулируемом пешеходном переходе объясните ребёнку, что красный и жёлтый сигнал светофора - запрещающие. Особенно опасно выходить на дорогу при жёлтом сигнале, потому что некоторые машины завершают проезд перекрёстка и при этом увеличивают скорость. Зелёный сигнал - разрешающий, но он не гарантирует пешеходу безопасный переход, поэтому прежде чем выйти на дорогу надо посмотреть налево и направо и убедиться, что все машины остановились, опасности нет.

Часто ребята оказываются под колёсами транспорта, когда, выйдя из автобуса или троллейбуса, пытаются перейти на другую сторону дороги. Объясните ребёнку, что в данном случае опасно обходить транспортное средство как впереди, так и сзади, потому что оно большое и из-за него ничего не видно. Надо подождать пока автобус или троллейбус уедет.

Большую опасность для детей представляют предметы, загораживающие обзор (заборы, стоящие автомашины, зимой - сугробы, летом - кустарники, деревья). Лучше отойти от них подальше, и перейти дорогу, где безопасно.

Если ваш ребёнок скоро идёт в первый класс, то уже сейчас неоднократно пройдите с ним маршрут от дома до школы и обратно, обращая внимание малыша не все опасности, которые могут встретиться ему в пути. Заранее оговорите, что в сложной ситуации надо обратиться к помощи взрослых. Дайте возможность ребёнку пройти этот маршрут самостоятельно, наблюдая за ним со стороны. Затем детально проанализируйте вместе с ним все его действия.

## *«Ребенок на даче!»*

### Огонь

Открытый огонь привлекает всех деток без исключения. Им очень хочется познать эту стихию, а взрослые боятся, что это знакомство состоится. Вам не удастся убедить ребенка, что огонь - это не интересно. Даже если вы будете запрещать ребёнку приближаться к нему, малыш всё равно познакомится с огнём, но уже без вас.

Поэтому и вам, и ребёнку будет спокойнее. Если вы научите его правилам безопасности и способам тушения огня. Договоритесь с малышом, что подходить к огню он будет только в вашем присутствии. Объясните, что главная опасность костра заключается не в ожогах (обжечься проще у плиты), а в том, что над открытым огнём очень легко потерять контроль, так как пламя может запросто перекинуться от костра на сухую траву и дачный домик. Можете показать в безопасной обстановке, как моментально вспыхивает и сгорает, например, лист бумаги. У всех людей, в том числе и маленьких, есть природный страх перед огнём. Но у людей, в отличие от животных, есть власть над ним. Обязательно держите рядом с костром ведро воды, а в доме - огнетушитель.

### Страсть к лазанию

Почему-то все дети время от времени стремятся забраться куда-нибудь повыше. Лучший способ обеспечить себе спокойную (а малышу интересную) жизнь - обучить его технике безопасности. Не запрещайте ребёнку лазать по деревьям, а учите его правильно это делать: ставить ноги на ветви как можно ближе к стволу и не забывать о том, что когда-нибудь придётся спускаться... Если у вас есть возможность, попробуйте вместе подняться на крышу.

Малыш станет больше вам доверять, узнав, что и взрослым совсем не чуждо желание взглянуть на мир с непривычной высоты и почувствовать небо над самой головой. Попросите ребёнка позвать вас, когда он захочет залезть на дерево, мотивируя это тем, что вам тоже это интересно, - так вы спокойно можете подстраховать юного верхолаза.

### Опасные растения

Обязательно позаботьтесь о том, чтобы на участке не было ядовитых растений, таких как морозник, безвременник, молочай, аконит, клещевик, борщевник, волчий ягодник, бобовник. Ядовитые вещества содержат олеандр, дурман, майский ландыш, глициния. Помните, что к «агрессивным» относятся растения, которые выделяют много пыльцы, ведь пыльца - один из самых распространённых аллергенов. В этом списке астры, хризантемы, кореопсисы, маргаритки, бархатцы, ноготки, а также ива, сирень, берёза, клён. Даже у младших школьников эти растения могут вызвать серьёзные отравления. Кстати, если даже на вашем дачном участке они не растут, полезно пройтись по дачам соседей (с их разрешения, конечно!) и показать ребёнку, каких растений стоит опасаться.

### Паразиты

Почти все дети любят пробовать природу на вкус: то яблочко зелёное пожевать, то листик, то травинку... Но мы-то, взрослые, знаем, что это опасно: на природе проще простого подцепить кишечных паразитов. Объясните ребёнку, что в принципе в этом нет ничего плохого (если, конечно, растение не ядовито), но всё, что ему захочется попробовать, нужно обязательно помыть. Следите за тем, чтобы ваш малыш как можно чаще мыл руки, пусть даже через несколько минут он снова испачкается.

### Техника безопасности для малышей

- для деток, которые только научились ходить, нужно постараться максимально обезопасить дачный домик: так же, как и в городской квартире, закрыть розетки заглушками, на углы мебели прикрепить специальные накладки (или хотя бы замотать углы поролоном и закрепить скотчем) и загородить лестницы и подвал, чтобы малыш случайно не упал.
- топить печку и жечь костёр нужно очень осторожно, следя за тем, чтобы дым не попал в комнату, где будет спать ребёнок.
- храните садовые инструменты в сарае за закрытой дверью, чтобы малыш случайно о них не поранился.
- любые ёмкости с водой закрывайте тяжёлыми щитами. Маленькому ребёнку достаточно и миски с водой, чтобы утонуть. В связи с этим же не забывайте и о надувных бассейнах: никогда не оставляйте малыша, играющего с водой, без присмотра.
- если вы привезли на дачу маленького ребёнка, на всё время его пребывания забудьте о ядовитых химикатах! Кроме того, следите,

чтобы ваше чадо не смогло добраться до ядовитых (чистотел) или колючих (роза, шиповник) растений.

## *«Здрвье всему голова!»*

### **Запомни:**

- Здоровье дороже богатства
- Здоровым будешь - всё добудешь
- Здоровье не купишь
- В здоровом теле - здоровый дух

Режим приёма, а также дозы лекарственных средств надо обязательно согласовывать с врачом.

### **Как повысить иммунитет**

Все процедуры необходимо проделывать с утра до 11.00 в течении 7-10 дней каждый месяц (в один месяц по одной процедуре)

- Настойка элеутерококка (1 капля на 1 год жизни)
- Сок моркови (50,0г)
- Сок свёклы (50,0г)
- «Флорента» - 1 ч.л. на ¼ стакана воды, курс 10 дней («Арго», ул.Шагова,4)
- «Аевит» (витамины)
- Рыбий жир
- Оротат калия (курс лечения 10 дней)
- 100г - дрожжи, 1 ст.л. - сах. песка, 1 ч.л. - какао растопить, добавить 100г тёртого ореха (Применять по 1 десертной ложке в день)
- 100г изюма, 100г кураги, 100г грецких орехов, лист столетника перемолоть, добавить 100г мёда и сок 1 лимона (Принимать по 1 столовой ложке в день)

### **Лук от семи недугов**

Бронхит, сопровождающийся сухим кашлем с трудно отделяемой мокротой, можно лечить тёртым луком с мёдом (1:1). Принимают смесь по 1 ст.л. 4 раза в день вои время еды.

При гриппе свежим соком лука смазывают слизистую оболочку носа или вдыхают его пары через нос в течении 2-3 минут 3-4 раза в день. Особенно эффективно это лечение в начале заболевания. Вместо указанных процедур можно ставить марлевые тампоны с тёртым луком, закладывая их в каждую ноздрю на 10-15 минут 3 раза в день.

Кашица из запечённого лука способствует созреванию абсцессов, фурункулов и отхождению из них гноя. Тёплую кашицу накладывают на фурункул и прибинтовывают. Повязку меняют 2 раза в день.

Свежий сок лука является хорошим ранозаживляющим средством при гнойных, долго не заживающих язвах и ранах. Он способствует ликвидации зудящих высыпаний на коже, угрей и веснушек.

Сок и кашицу лука используют для укрепления и предупреждения выпадения волос, втирая в кожу головы на ночь. Процедуру проводят через день в течении 3-4 недель.

### Грипп

Грипп - чрезвычайно заразное острое инфекционное заболевание, характеризующееся симптомами интоксикации и слабым дыханием верхних дыхательных путей.

Мы предлагаем наиболее доступные в домашних условиях методы профилактики гриппа:

- Избегать массового скопления людей
- Применять препараты, содержащие витамин С (аскорбиновая кислота ½ драже 3 раза в день или сироп шиповника 1 ч.л. 3 раза в день)
- Смазывание носа оксолиновой мазью
- Вдыхание паров лука и чеснока
- Настойка элеутерококка 2 раза в день утром и в обед за 30 минут (1 капля на год жизни детей)
- 300г грецких орехов, 300г кураги, 300г изюма, 2 лимона с цедрой пропустить через мясорубку. Добавить 300г мёда. Применять по 1-2 ч.л. в день
- Чеснок натереть на тёрке, смешать с мёдом (1:1). Принимать детям по 1 ч.л., взрослым по 1 ст.л., запивая водой, перед сном.
- Смазывать заднюю стенку глотки растительным маслом (оливковым, персиковым, абрикосовым, маслом шиповника). Для этого 2-3 раза в день закапывайте масло в нос (половину пипетки в каждую ноздрю), после этого сразу же лягте на спину, чтобы масло прошло через полость носа и, достигнув задней стенки глотки, смазало её. Достаточно полежать 5-10 минут.

### Ларингит

Острый ларингит - это воспаление слизистой оболочки гортани. В результате голос хрипит, иногда полностью пропадает голос на несколько дней. Беспокоят саднение в гортани, кашель.

При этом заболевании необходим голосовой покой. В первые 3-4 дня хороший эффект дают ножные ванны (1 ст.л. порошка горчицы на 5 литров горячей воды) и согревающие компрессы на область гортани. Смочите чистую мокрую тряпочку тёплой водой, наложите её на область гортани,

сверху вощённую бумагу или часть полиэтиленового пакета, затем слой ваты и всё прибинтуйте.

Хорошо пить тёплое молоко с содой (1/2 ч.л. пищевой соды на стакан тёплого молока). Для разжижения слизи, скапливающейся в гортани и на голосовых складках, рекомендуются ингаляции с пищевой содой. Противовоспалительное и успокаивающее действие оказывают ингаляции смесью лекарственных препаратов и масел в аэрозольной упаковке «Каметон» или «Ингалипт».

### **Фарингит и ларингит**

С наступлением холодов обычно резко увеличивается заболеваемость ОРВИ, гриппом, а одновременно и фарингитом, ларингитом.

При остром фарингите воспаляется слизистая оболочка задней стенки глотки. Его первые симптомы: ощущение першения, сухости, царапанья в глотке. Может повыситься температура тела. Уменьшить неприятные ощущения в горле помогают полоскания йодно-содовым раствором (1/2 ч.л. пищевой соды и 2-3 капли 5%настойки йода на 1/2 стакана воды). Полоскать горло 3-4 раза в день. Для полоскания можно использовать тёплый отвар листьев эвкалипта (1/2 ст.л. на стакан воды), настойку эвкалипта (10-15 капель на стакан тёплой воды)

Положительный терапевтический эффект дают ингаляции с отварами различных лекарственных растений: ромашки, шалфея, липового цвета.

Горячий отвар налейте в чайник и дышите через бумажную воронку в течении 5-7 минут. Вдох делайте ртом, а выдох через нос.

## *«Готовность к школе: Что мы не понимаем?»*

Весна — время особых хлопот в семьях будущих первоклассников. Обеспокоенные родители бегают от одной элитной гимназии к другой, что успеть записаться на собеседование или тестирование. В некоторых мамы и бабушки отличаются особым рвением в проталкивании чада к светлому будущему, детям ищут репетиторов по объявлению «Готовлю к поступлению в первый класс» или по настоятельным рекомендациям уважаемых знакомых. И вот с малышом занимаются с утра до вечера, так что ему поиграть некогда. Даже время прогулок приходится сокращать. А школьный психолог вдруг огорошивает маму на приеме: «Ваш сын — замечательный малыш. Но к школе пока не готов. Лучше ему еще годик в детский сад походить». Мама, конечно в гневе «Насажали тут всяких липовых «специалистов»! Напридумывали глупостей! Да кто он такой, этот психолог, чтобы мне указывать? Ребенок и читает уже, и до ста считает, и домашний адрес знает. Даже прописи освоил. И он, видите ли, не готов! Что значит — не готов?»

Действительно, что значит — «не готов»? Что, собственно, означает эта злополучная «готовность к школе», которая доставляет так много хлопот педагогам и заставляет так сильно нервничать родителей?

У любого психологического понятия, как правило, есть своя история. Сейчас мы уже привыкли к сочетанию «готовность к школе». Но это довольно молодой термин. И проблема готовности к школе тоже очень молодая. А возникла проблема готовности в связи с экспериментами по обучению шестилеток. Пока дети шли в школу с семи или даже с восьми лет, никаких вопросов не возникало. Конечно, одни учились лучше, другие хуже. Но когда процесс обучения столкнулся с шестилетками, привычные, устоявшиеся методы работы вдруг потерпели фиаско. Более того, несостоятельными оказались прогнозы школьной успешности детей и привычные объяснения их неудач. Вот приходит симпатичный ребёнок из интеллигентной семьи. Воспитанный. Родители уделяют ему много внимания, развивают, как могут. Он и читает, и считает. Казалось бы, чего ещё хотеть от будущего первоклассника? Только учи его - и получится отличник. Так не получается! Шестилеток принимали не везде. Это, как правило, были элитные школы, имевшие возможность, так или иначе, отбирать детей. Учителя и отбирали - по привычным для себя показателям. А через полгода выяснялось, что чуть ли не половина отобранных детей не оправдывает возлагавшихся на них надежд. Не то, что отличники из них не получались: возникала проблема даже на уровне освоения программы. Казалось, что возникшие сложности решить можно: раз дети плохо учатся, значит, плохо готовы. А раз плохо готовы, нужно готовить лучше. К примеру с пяти лет. И под этим «лучше» опять понималось «читать, считать» и т. д. И опять ничего не получалось. Потому что нельзя ничего хорошего сделать с ребёнком с помощью механического снижения планки обучения, игнорируя законы его психологического развития.

В чём же суть «готовности»?

Готовность - это определённый уровень психического развития человека. Не набор некоторых умений и навыков, а целостное и довольно сложное образование. Причём неправильно суживать его исключительно до «готовности к школе». Каждая новая ступень жизни требует от ребёнка определённой готовности - готовности включаться в ролевые игры, готовности отправиться без родителей в лагерь, готовности обучаться в ВУЗе. Если ребёнок в силу проблем своего развития не готов вступать в развёрнутые отношения с другими детьми, он не сможет участвовать в ролевой игре. Если он не готов ехать в лагерь без родителей, оздоровительный отдых обернётся для него пыткой. Не готов играть по правилам университета, не сможет успешно учиться. Но наивно полагать, что можно предотвратить какие-то сложности в его жизни, опережая события.

Успехи молодого человека в вузе никак не связаны с тем, читают или не читают вузовские преподаватели лекции в старших классах его школы. Вузовские преподаватели, как правило, при работе со старшеклассниками

пользуются привычными для себя методами обучения - вузовскими. А школьников нужно учить школьными методами. И блестящий университетский профессор может сделать для развития ребёнка не больше, а меньше, чем хороший школьный учитель. Точно так же вживание школьных методов обучения в детский сад не является профилактикой школьных трудностей. Как раз наоборот - оно их порождает.

Существует непреложная логика личностного развития: человек не может в своём развитии перейти на новый этап, если он не пережил, не прожил полноценно этап предыдущий. Характерный пример: психологическая служба получила разрешение работать в детском доме. Набрал всевозможных книжек, игрушек, развивающих пособий психологи пришли к детям. Выяснилось, что никакие книжки, игрушки детдомовским детям не нужны. Им нужно посидеть на коленках, потрогать бусинки, потеревить пуговичку. Эти дети не прожили полноценно стадию общения с взрослым. И они пробуют восполнить этот пробел при любом удобном случае. Естественно, за счёт тех видов деятельности, которые должны были бы соответствовать их возрасту.

Чтобы ребёнок из дошкольника превратился в школьника, он должен качественно измениться. У него должны развиться новые психические функции. Их невозможно развить заранее, потому что в дошкольном возрасте они отсутствуют. «Тренировка» - вообще слово некорректное по отношению к маленькому ребёнку. Моторика, мышление, память - это всё прекрасно. Только к школьной готовности относится не только это. Огромное количество книжной продукции, запудривающей родителям мозги (*мол, купите - и дело будет в шляпе*), никак не влияет на вызревание школьной готовности. Это процесс внутренний, и извне им управлять невозможно.

#### Что отличает ребёнка, готового к школе?

Во-первых, такой ребёнок должен уметь видеть учебную задачу, принимать её. Д. Б. Эльконин так и говорил об этом: первый показатель готовности к школе - «приём учебной задачи». Когда учитель пытается объяснить детям смысл умножения на примере выложенной плитками кухни, а дети начинают задавать вопросы о цвете плитки, о магазине в котором плитку купили, о том, какая машина столько плитки привезла и т. п. , это значит: они не могут принимать учебную задачу, не видят её. Почему? потому что они не готовы к школьному обучению.

Во-вторых, ребёнок, готовый к школьному обучению, умеет выделять общий способ действия. Он способен охватить ситуацию целиком, её смысловую составляющую. Дошкольник же на его месте будет действовать формально. Вот пример. На одном занятии в детском саду воспитательница написала на доске пример: «5-3». Дети должны были придумать задачу по этой записи. И один мальчик задачу придумал: «У мамы было пять ножниц. Три она взяла и съела. Сколько ножниц осталось?» Опускаем характеристику мальчика. Интересно, что ответили другие дети. Они ответили: «осталось

двое ножниц». На полном серьёзе. Никто не засмеялся. Ну, и действительно. Пять - это три и два. Три убрали, два осталось. Умеют считать эти малыши? Умеют. Готовы к школе? Не готовы.

Третья составляющая готовности к школе - появление специфической самооценки. Проводилось исследование самооценки у дошкольников и младших школьников. Для этого использовался ряд сюжетных картинок. Например, на картинке изображалась горка. По ней на лыжах съезжает мальчик. А на следующей картинке этот мальчик лежит в сугробе, лыжи в разные стороны торчат. Или девочка поднимает ведро с водой. А на другой картинке ведро упало, вода разлилась. Детям задаётся вопрос: «Почему так вышло? В чём причина неудач?» Что отвечают дошкольники? Горка крутая, ведро тяжёлое. А школьники? Мальчик не очень хорошо умеет кататься на лыжах. Девочка недостаточно сильная, чтобы ведро поднять. Но мальчик, добавляют они, потренируется и научится съезжать. Девочка тоже подрастет, и обязательно с ведром будет справляться. О чём это свидетельствует? О разном подходе к жизни. Дошкольники ещё не выделяют себя из окружающей действительности в качестве субъектов деятельности. Местоимение «я» для них тотально: не я в конкретной деятельности, а «я» вообще, в целом. При таком взгляде на жизнь его не то, что первая двойка или тройка, его четвёрка убьет наповал. Ведь если «я» нарисовал не очень хорошо, значит - «я» плохой. Это значит - меня любить не будут.

И, наконец, четвёртая составляющая: дошкольник живёт в игровом пространстве. Его интересует сюжет, но совершенно не интересует процессуальная сторона деятельности. Казалось бы, это парадокс: ведь дошкольник и мыслит-то, только что-нибудь делая. Но он не рефлексирует способы своей деятельности. Если задача у него не получается, дошкольник скажет: «А я как будто сделал!».

Д. Б. Эльконин в своё время проводил эксперимент по изучению процессуальности у дошкольников и младших школьников. Для этого был придуман механический лабиринт с моторчиком. В железном ящике были вырезаны прорезы, по которым могла двигаться куколка Красная Шапочка. И были четыре кнопки управления этой куклой. Дошкольники и школьники совершенно по-разному участвовали в игре. Дошкольники фантазировали по поводу приключений Красной Шапочки. Даже если им не удавалось провести куколку по лабиринту, они с успехом восполняли свою неудачу за счёт воображения. А школьников интересовало, как именно куколка движется. Они могли снять ящик и экспериментировать с кнопками, чтобы понять принцип управления механизмом. Главным был для них вопрос «как?», а не «что?».

Вот такие специфические составляющие школьной готовности.

Теперь надо ответить на важный вопрос. Что означает этот диагноз: «ваш ребёнок не готов к школе»? Родитель с испугом прочитывает в этой формулировке нечто страшное: «Ваш ребёнок - недоразвитый». Или: «Ваш ребёнок - плохой». Но речь идёт о шестилетнем ребёнке. И констатируемая

на данный момент неготовность к школьному обучению значит всего лишь то, что она значит. А именно то, что ребёнку с поступлением в школу надо повременить.

Он ещё не доиграл.