

КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Будьте умеренны, хваля ребенка. Похвала ребенку - один из наиболее действенных педагогических инструментов для достижения хорошей дисциплины, который могут использовать родители в его первые годы жизни. Если ребенка хвалят слишком мало, у него может сложиться заниженная самооценка, и ему будет труднее научиться различать хорошее и плохое.

С другой стороны, если ребенка хвалят слишком много, у него вырабатывается своего рода "зависимость" от этого, постоянное ожидание похвалы, и ему необходимо всегда ощущать внимание других, чтобы чувствовать себя адекватно. А все это способствует задержке развития у ребенка собственного внутреннего умения оценивать себя. Разумная похвала идет рука об руку с разумными ожиданиями, которые большинство детей оправдывают.

Хвалите за что-то конкретное, а не "вообще". "Мне нравится, как аккуратно ты положила носочки в шкаф", а не "Хорошая девочка!"

Хвалите усилия, а не то, как получилось. Дети, которых хвалят за конкретное усилие сделать что-то, скорее всего, повторяют его. "Спасибо, что ты так постарался соскрести краску со стола". Факт, что краска не счищена полностью, не упоминается. Заметьте, что, если в вышеприведенную фразу вы добавили бы "но...", весь ее позитивный эффект был бы утрачен: "Спасибо, что ты соскребла краску со стола, но в углах осталось немного". Однако вы можете после похвалы ребенка за его усилия сделать паузу, а потом добавить: "А в углах так трудно отскрести, давай попробуем вместе".

Избегайте использовать в похвалах слова в превосходной степени, как, например: "лучший", "самый умный", "самый симпатичный". Хотя эти слова и позитивные, если их повторять часто, они начинают восприниматься ребенком как некоторое давление с вашей стороны, поскольку он пытается жить, соответствуя вашим чрезмерным ожиданиям его "совершенства". Некоторым родителям кажется, что такие слова способствуют выработке у ребенка высокой самооценки, на самом же деле, часто получается наоборот. Ребенок, которому постоянно говорят, что он самый хороший, часто считает, что от него постоянно ожидают, что он таким - самым хорошим - и будет... а это, согласитесь, непосильная ноша!

Хвалите словами, которые ваш ребенок понимает: "забавный", "музыкальный", "помощник", "добрый", "правдивый". Например: "Мне нравится, что ты честный и признался, как было разбито окно". Таким образом родитель учит ребенка тому, "что такое хорошо" и "что такое плохо", не давя на него и не критикуя.

«Привет, ушки!»

Для социальной успешности детей важно, чтобы они учились быть хорошими слушателями. В дошкольном возрасте большое значение приобретают приятели по игре. У ребёнка, умеющего внимательно слушать своих друзей и чувствительного к невербальным сигналам, больше шанса наладить отношения со сверстниками и быть желанным партнёром по игре.

Так же важно быть хорошим слушателем, чтобы общаться со взрослыми. Ребёнок должен научиться усваивать пожелания и распоряжения родителей, воспитателей, учителей.

Мы предлагаем вашему вниманию увлекательные игры, в которых дети с интересом слушают, прислушиваются, вслушиваются и благодаря которым их ушки «растут» и становятся чуткими.

Разумеется, именно в этих случаях важно, чтобы вы, как ведущий говорили уверенно и выразительно. Это значит, что вы должны говорить то громко, то тихо, то деловитее, то интригуяще, чтобы дети прислушивались к вам с интересом и удовольствием.

Итак, начинаем серию игр «Привет, ушки!» немецкого психолога Клауса Фопеля.

Игра «Под аккомпанемент газеты»

Описание. В этой игре дети должны хорошенько наострить уши, чтобы различить и истолковать относительно тихие шумы. Не удивляйтесь тому, что можно играть с таким будничным предметом, как газета. Особенно интересна та часть игры, где дети могут переключить внимание от шумов к движениям своего тела.

Материал: нужны различные газеты

Возраст участников: от 4 лет.

Инструкция детям. (Участники сидят кругом на полу. У каждого игрока и у вас есть двойной газетный лист.)

Я хочу узнать, хорошо ли вы умеете слушать. Пожалуйста, закройте глаза и внимательно слушайте. Сейчас я буду шуршать газетой и заставляю её издавать разные звуки, а вы должны представить, что я делаю (Оторвите от газеты кусочек.)

Я ещё раз повторю этот звук. Но ваши глаза при этом по-прежнему остаются закрытыми. Теперь откройте глаза и скажите мне, что я делала... А сейчас постарайтесь сами произвести точно такой же звук с помощью своей газеты...

(Пусть дети подобным же образом идентифицируют ещё два разных звука –

когда вы скомкаете газету и соответственно, когда вы её разгладите. Дети слушают с закрытыми глазами.)

Теперь вы сами будете шуршать газетами. Снимите обувь. Положите лист газеты на пол и станьте на него. Попробуйте бесшумно пройти по бумаге. Вы можете это сделать?... ощутите ногами, какова газета на ощупь. Теперь подвигайте ногами так, чтобы газета шуршала. Попробуйте делать это по-разному – как получится

А сейчас я снова буду шуметь своей газетой, а вы одновременно с этим совершайте движения, которые, как вам кажется, подойдут к звуку. Закройте глаза, чтобы вы лучше могли сконцентрироваться.

(Быстрыми движениями оторвите от газеты примерно 5 см. посмотрите, что будут делать дети, и прокомментируйте их движения. Также спросите их, каким им показался звук отрываемой газеты, и попросите их описать свои движения словами.)

На этот раз я буду шуршать газетой по-другому. Когда вы услышите новый звук, подвигайтесь как-нибудь так, чтобы это подошло к нему. Каждый может двигаться по-своему, как ему удобно. (На сей раз рвите газету медленно и мягко. Наблюдайте за движениями детей, комментируя их, и пусть сами дети тоже опишут то, что они слышали и то, что они делали.

Чередуйте короткие, резкие движения и длинные, мягкие, чтобы возник своего рода ритм, на который дети смогут реагировать.

После этого издайте газетой принципиально другие звуки. Например, можно свернуть газету до размера А4 и ударить ею по ноге. Очень интересный звук получится, если вы будете быстро-быстро тряхи свёрнутой газетой. Она звучит, как трещотка, а дети будут «танцевать» под эту «музыку».

Спасибо! Очень интересно было смотреть, как вы двигались. А теперь давайте вы будете шуршать газетой, а я подвигаюсь под эти звуки.

Роль семьи в деле воспитания положительного отношения к физической культуре очень велика. Правильное физическое воспитание детей предполагает заботливое постоянное отношение к их здоровью в семье. Необходимо стремиться к четкому распорядку жизни и деятельности детей. Это требует, прежде всего, установления правильного двигательного режима. Под двигательным режимом понимают целесообразное чередование двигательной активности и отдыха детей с учетом возраста, состояния здоровья, особенностей быта семьи и возможностей домашней обстановки.

Уже в раннем возрасте надо больше уделять внимания правильному развитию движений у детей, совершенствованию двигательных умений. Дети, которые недостаточно упражняются в движениях, остаются неловкими, несмелыми. Попадая в коллектив сверстников, они чувствуют себя неполноценными, сторонятся товарищей, не хотят участвовать в их играх. Поэтому важно побуждать ребенка к самостоятельным, свободным движениям.

В домашних условиях следует так организовывать физическое воспитание, чтобы дети ежедневно занимались утренней гимнастикой. Играли в подвижные игры, систематически совершали прогулки, принимали закаливающие процедуры.

При занятиях утренней гимнастикой следует учитывать, что упражнения, предназначенные для взрослых, трудны, утомительны для детей. Непригодны упражнения в упоре у стула, стола, сильные наклоны туловища вниз, назад, в стороны, т.к. они могут отрицательно воздействовать на зрительную функцию.

Гимнастика для дошкольника должна быть проста, доступна, интересна. Необходимо включать специальные упражнения для глаз: поднять глаза вверх, опустить вниз без поворота головы; посмотреть вправо, влево; круговые движения головой с открытыми и закрытыми глазами.

Последовательность проведения гимнастики может быть такой: энергичная ходьба по ограниченному пространству (ковровой дорожке), чтобы движения не вызывали боязни у детей, ходьба сменяется непродолжительным бегом 30-40 с, потом бег переходит в ходьбу 20-30 с, далее проводится 5-6 общеразвивающих упражнений, включающих в работу все мышечные группы рук, туловища, ног. Занятия заканчиваются спокойной ходьбой или игрой малой активности. Общая продолжительность гимнастики 5-7 мин.

Многие упражнения (ходьба, бег) в домашних условиях могут выполняться босиком, что способствует закаливанию ребенка, укреплению мышц, ведет к предупреждению плоскостопия. С этой целью можно рекомендовать различные задания: ходьба по палке, ходьба на носках, катание палки ступнями ног, собирание мелких предметов (карандашей, мелких кубиков, шариков) в коробку с пола пальцами ног, ходьба по

веревке, собирание полотенца ногами, поднятие мяча ногами из положения, сидя на полу.

В процессе индивидуального выполнения упражнений ребенок действует в удобном для него темпе, внимание ребенка направлено на осознанное восприятие задания, опирается на указанные ему ориентиры, что создает возможность представления ребенком движения, правильного его воспроизведения.

Правильному воспроизведению упражнений помогает использование различных атрибутов, игрушек: флажков, гимнастических палок, обручей, мячей.

Ребенку интересно выполнять упражнения с предметами, особенно звучащих (колокольчиками, погремушками). Они повышают интерес к занятиям, снимают зрительное напряжение, развивают слуховую ориентировку ребенка.

Взрослые должны помнить о двигательном запасе у детей. Нередко в результате чрезмерной опеке со стороны родителей, ребенок начинает чувствовать себя неполноценным, боится сделать лишнее движение. У него нет потребности в движениях, возникает их дефицит. Чтобы избежать этого, необходимо привлекать детей к выполнению различных упражнений. Например, обучая ребенка ходьбе, следует научить его выдерживать направление, согласовывать движение рук и ног, сохраняя равновесие, голову и туловище держать прямо.

Большое внимание следует уделять самостоятельной двигательной активности и играм детей. Самостоятельная двигательная активность ребенка, как правило, снижена. Для того чтобы активизировать ее, взрослый должен подбирать соответствующие игрушки, физкультурное оборудование, пособия и снаряды.

Следует постоянно следить за нагрузкой на детей во время самостоятельной деятельности, не допускать, чтобы дети занимались непрерывно, чаще следует организовывать отдых. Для этого можно предложить несколько упражнений на расслабление мышц, успокоение ребенка. Наиболее эффективны упражнения из положения, лежа на спине, животе: одновременные движения руками и ногами с открытыми и закрытыми глазами. При этом следует использовать игровые приемы: нарисовать круг, треугольник, квадрат, поднятый ногой и рукой, глазами в воздухе.

В домашнем досуге дошкольника значительное место занимают игры-занятия за столом. Для ребенка они должны быть непродолжительны (7-10 мин.) и заканчиваются активным отдыхом: гимнастикой для глаз, дыхательными упражнениями, упражнения для снятия мышечного напряжения. Зрительное напряжение может быть снято следующими упражнениями: поднять глаза вверх, опустить вниз, отвести глаза вправо-влево без поворота головы, закрыть глаза на 30-40 сек., сделать круговые движения глазами, головой и т.д. упражнения можно выполнять в

положении стоя, сидя на стуле. Мышечную нагрузку хорошо снимают упражнения: стойка на одной ноге с сохранением равновесия, стойка у стены, ходьба по комнате с мешочком на голове.

Таким образом, в семье, где взрослые найдут время для проведения гимнастики, прогулок, занятий физическими упражнениями, играми, добьются хороших результатов в физическом воспитании детей.

Читать, считать, писать...

Любое обучение начинается с наблюдения и пробуждения интереса к данному виду деятельности. Движущая сила развития и обучения детей – их желание быть похожими на взрослых.

Когда ребенку читают книги, он слушает и рассматривает картинки. Но наступит момент, когда он начнет самостоятельно перелистывать любимую книгу, по памяти сопровождать иллюстрации текстом. Тогда он объявляет всем, что «читает».



Вы можете использовать появившееся желание. Делается это так. Сначала Вы вместе рассматриваете крупные буквы и называете звуки, которые они обозначают. Не надо объяснять детям, что их учат читать, иначе некоторые, особенно упрямые, сразу же станут сопротивляться. Затем Вы рисуете буквы и раскрашиваете их (изображайте только печатные буквы). Это уже обучение письму. Про буквы можно сочинять истории, одушевлять их. А потом буквы могут «подружиться», например: М-И; М-А; М-У... Так происходит чтение согласной буквы с различными гласными. Вы научили читать по слогам! Не торопите ребенка, продолжайте читать ему книги с яркими картинками и крупными буквами. Старайтесь сопровождать текст пальцевым слежением, то есть проводите своим пальцем по читаемым строчкам. Это ускорит процесс обучения.

Здесь необходимо отметить, что оптимальный возраст начала обучения зависит от индивидуальности ребенка. Если малыш познал приемы чтения, но не желает упражняться в этом, предложите ему игру «Записки с секретом», где печатными буквами Вы, а затем и он сам, укажете нахождение чего-то интересного. Например: «КОНФЕТА В ВАЗЕ НА СТОЛЕ».

Счету надо обучать тоже постепенно. Но, называя цифру, обязательно соотносите ее с количеством предметов. Иначе у малыша нарушается развитие понятия «число». Проговаривание цифр скороговоркой не является показателем развития у ребенка математических умений. В быту, в домашних условиях малыш закрепляет счет, помогая накрывать на стол. Пусть ребенок считает игрушки, этажи, подъезды. Иногда нужно создавать

условия решения задач («Нас трое, а две ложки. Сколько не хватает?»). Тогда счет станет для него привычным и понятным.

Начиная писать или рисовать цифры и буквы, ребенок может изображать их «зеркально». Не удивляйтесь. Перевернутые цифры, буквы сравнивайте с образцами, и у дошкольника постепенно это пройдет.

Когда ваш ребенок рисует, пишет левой рукой, понаблюдайте за ним. Если, играя, одеваясь, он действует активнее левой рукой, то, скорее всего писать этой рукой ему будет удобнее, чем правой. Никогда не заставляйте использовать правую руку. Вы можете нанести большой вред психике малыша. При возникновении у Вас сомнений, проконсультируйтесь у специалистов (психологов, психоневрологов).

Чем Вы еще можете помочь своему ребенку, чтобы облегчить его вхождение в новую жизнь? Используйте те игровые приемы и упражнения, которые доступны и интересны ребенку, которые разносторонне подготовят интеллектуальные психические процессы к предстоящей школьной нагрузке.

Питание в детском саду



Питание в дошкольном учреждении строится в соответствии с основными требованиями к рациональному питанию: его химический состав, калорийность, объем рациона и режим должны полностью отвечать возрастным потребностям организма дошкольника.

Важно, чтобы объем пищи полностью соответствовал возрасту ребенка.

Меню должно быть разнообразным. Разнообразие пищи достигается как за счет широкого использования набора продуктов, так и за счет различных способов их кулинарной обработки, позволяющей приготовить из одного продукта широкий ассортимент блюд.

Особенно полезны детям салаты из различных овощей. В летний период – это свежие овощи: Морковь, редис, огурцы, помидоры, зеленый лук, салат. Зимой готовят салаты из свежей капусты, репчатого лука, моркови, а также из вареных овощей.

Замечено, что у детей всегда есть любимые и нелюбимые блюда, причем зачастую нелюбимые являются наиболее полноценными и питательными, которые нежелательно исключать из рациона (рыбные котлеты, запеканки, вареные овощи ит.д.) Задача воспитателя и родителей – привить у детей вкус к здоровой и полезной пище.

Организация питания детей в дошкольном учреждении должна сочетаться с правильным питанием ребенка в семье. Для этого необходима четкая преемственность между ними. Нужно стремиться к тому, чтобы питание вне ДОУ дополняло рацион, получаемый в организованном коллективе. С этой целью в детском саду ежедневно вывешивается меню. В выходные и праздничные дни рацион питания ребенка по набору продуктов и пищевой ценности лучше максимально приближать к рациону, получаемому им в ДОУ.

Уважаемые родители! Утром, до отправления ребенка в детский сад, не кормите его, так как это нарушает режим питания, приводит к снижению аппетита, в таком случае ребенок плохо завтракает в группе.

О пользе каш



Основные достоинства каш в том, что после тепловой обработки содержащийся в крупах белок хорошо усваивается организмом. Кроме того, в крупах содержится много углеводов. Все это делает их хорошим источником энергии для организма.

Рассмотрим наиболее популярные крупы:

1) гречневая.

Гречневая каша имеет великолепный вкус и высокую питательную ценность. В среднем гречневая крупа содержит 14% белков, 67% крахмала, более 3% жиров, богата витаминами B1, B2, B6, PP, минеральными веществами - фосфором, калием, марганцем, кальцием, железом, магнием. К тому же гречневая каша обладает антитоксическими свойствами, способствует выведению из организма избыточного холестерина и ионов тяжелых металлов, снижает риск возникновения сердечно-сосудистых заболеваний, в частности ишемической болезни сердца. Словом, не каша, а настоящая мини-аптека, приготовленная для нас природой.

2) овес.

Из овсяной крупы готовят не только каши, но и кисели. В овсяной крупе содержится почти 12% белка, 65% углеводов, почти в два раза больше ценных растительных жиров, чем в гречке, - 5,8%, не говоря уже о витаминах и различных минеральных веществах.

Область лечебного применения овсяной крупы и муки довольно обширна. Они хорошо зарекомендовали себя в качестве диетического средства при желудочно-кишечных заболеваниях и сахарном диабете. Овсяная каша, сваренная на воде, помогает при склонности к поносам. А при расстройстве желудка неплохой эффект как обволакивающее средство дают кисели из овсяной муки.

Как жаропонижающее средство при простуде также рекомендуется отвар овса. стакан овса надо промыть 6-8 раз, добавить 1 л кипятка, варить до уменьшения объема жидкости наполовину, процедить, добавить 2 ст. ложки меда. Принимают по полстакана 3 раза в день.

Особо следует сказать об овсяных хлопьях "Геркулес" и "Экстра", которые вырабатываются из недробленых ядер зерна высшего сорта. Их очищают от оболочки, пропаривают, расплющивают, а потом подсушивают. Овсяные хлопья очень питательный продукт. Они содержат до 11% белка, 51% углеводов и 6,2% жиров.

С лечебной целью их употребляют при воспалениях желудочно-кишечного тракта, поносе, заболеваниях сердца, печени. Для этого 100 г хлопьев нужно залить 1 л холодной воды, настоять 4 часа, затем варить до загустения. Принимать по 1 ст. ложке 4-5 раз в день до еды.

3) ячмень.

Семена ячменя также очень питательны, содержат белки, жиры, углеводы, ферменты, витамины А, В, D, Е, минеральные вещества. Из ячменя вырабатывают два вида круп: перловую и ячневую. В первом случае зерна обдирают, а затем шлифуют и дробят. Перловка содержит 9,3% белка, 73,7% углеводов, 1,1% жира. Ячневую крупу готовят из дробленого, но не шлифованного ячменя, поэтому клетчатки в ней больше, чем в перловой. Перловую крупу используют для приготовления супов, а также рассыпчатых и вязких каш, а ячневую - для гарниров, запеканок, вязких и жидких каш.

В качестве лечебного средства отвар зерен ячменя применяют при желудочно-кишечных заболеваниях и поносах. Столовую ложку ячменя заливают 1 стаканом воды, настаивают 4-5 часов, затем варят 10 минут и процеживают. Пьют по 1 ст. ложке 4-5 раз в день.

Для смягчения кашля пьют отвар ячневой или перловой крупы. 20 г крупы заливают 1 стаканом горячей воды, настаивают 4-5 часов, кипят 15 минут, затем охлаждают и процеживают. Принимают по 1 ст. ложке перед едой.

Кроме того, отвар ячневой или перловой крупы обладает спазмолитическим, противовоспалительным и мочегонным свойствами. Поэтому его можно принимать при мочекаменной болезни, когда не установлен тип камней, с лечебной и профилактической целью.

4) пшено.

Получаемое из проса пшено содержит около 12% белка, 69,3% углеводов, 3,3% жиров, биологически активные аминокислоты и некоторые витамины. Правда, из-за сравнительно высокого содержания жира пшено при длительном хранении может прогоркнуть, поэтому перед варкой его необходимо тщательно промыть горячей водой или на некоторое время замочить в холодной, чтобы отбить неприятный привкус.

5) манная крупа.

В манке много крахмала - 73% и белка - 11,3%, но почти нет клетчатки - 0,2% и жира - 0,7%. Поэтому она легко усваивается.

Из манной крупы готовят много блюд. Кроме того, ее используют в качестве добавки для связывания овощной и творожной массы при приготовлении котлет и запеканок.

6) рис.

Среди круп рис занимает первое место по содержанию высококачественного крахмала - 77,3% и биологической ценности белка. К тому же в нем есть богатый набор витаминов - B1, B2, B6, PP, E и участвующая в кроветворении фолиевая кислота, которая является важным средством профилактики малокровия.

Рисовая каша очень полезна при заболеваниях органов пищеварения. При расстройстве желудка и поносах хороший эффект дает слизистый рисовый отвар. В народной медицине такой отвар с добавлением мяты и репчатого лука применяется и как потогонное средство.

19 заповедей Марии Монтессори для родителей



**Мария Монтессори
— первая женщина-врач в Италии, ученый, педагог
и психолог.**

Мария Монтессори сформулировала краткие заповеди-напоминания для родителей. Они просты, но если вдуматься в каждую из них — это многотомная мудрость в нескольких словах. Мы советуем хотя бы раз в год перечитывать этот список, и тогда взаимоотношения с детьми могут выйти на качественно новый уровень, а ребенок вырастет более развитой и гармоничной личностью.

19 ЗАПОВЕДЕЙ МАРИИ МОНТЕССОРИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

- Детей учит то, что их окружает.
- Если ребенка часто критикуют — он учится осуждать.
- Если ребенка часто хвалят — он учится оценивать.

- Если ребенку демонстрируют враждебность — он учится драться.
- Если с ребенком честны — он учится справедливости.
- Если ребенка часто высмеивают — он учится быть робким.
- Если ребенок живет с чувством безопасности — он учится верить.
- Если ребенка часто позорят — он учится чувствовать себя виноватым.
- Если ребенка часто одобряют — он учится хорошо к себе относиться.
- Если к ребенку часто бывают снисходительны — он учится быть терпеливым.
- Если ребенка часто подбадривают — он приобретает уверенность в себе.
- Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя необходимым — он учится находить в этом мире любовь.
- Не говорите плохо о ребенке — ни при нем, ни без него.
- Концентрируйтесь на развитии хорошего в ребенке, так что в итоге плохому не будет оставаться места.
- Всегда прислушивайтесь и отвечайте ребенку, который обращается к вам.
- Уважайте ребенка, который сделал ошибку и сможет сейчас или чуть позже исправить ее.
- Будьте готовы помочь ребенку, который находится в поиске, и быть незаметным для того ребенка, который уже все нашел.
- Помогайте ребенку осваивать неосвоенное ранее. Делайте это, наполняя окружающий мир заботой, сдержанностью, тишиной и любовью.
- В обращении с ребенком всегда придерживайтесь лучших манер — предлагайте ему лучшее, что есть в вас самих.

Консультация для родителей.

ПДД – Правила дорожного движения.

Тема: «Малыш и дорога»

Цель: Сформировать у детей знания о правилах дорожного движения, обеспечить их безопасность на дороге.

Не все родители придают значение обучению своих детей знакам и Правилам дорожного движения, ссылаясь на то, что ребёнок всегда находится под присмотром. А ведь порой собственный двор превращается в шоссе.

- Многие родители задаются вопросом – когда начинать рассказывать ребёнку о дорожных опасностях?

Как только кроха начинает ходить!

- Во-первых, потому, что эти правила должны стать автоматическими, безусловными и не допускать сомнений в их правильности.

- Во-вторых, ребёнок, держащийся за руку, может в любой момент пойти или даже побежать. И, возможно, в сторону автомобиля.

Сам процесс обучения лучше разбить на несколько практических уроков.

1-й этап. Всякий раз, когда идёте с малышом на улице, обращайте внимание на светофоры, дорожные знаки, пешеходные переходы (зебры). Поясняйте свои поступки: «Вот загорелся зелёный свет, и мы с тобой переходим улицу.» Не смотря на наличие светофора, вы оглядываетесь сначала налево, затем направо, проверяя наличие машин на дороге. Обязательно крепко держите малыша за руку, пусть кроха почувствует, что опасность рядом.

2-й этап. Постоянно включайте ребёнка в беседу. Задавайте вопросы:

«Посмотри, сейчас можно переходить дорогу? Нет? А когда можно?»

3-й этап. Обучение Правилам дорожного движения в игре.

Изучайте с малышом настоящую улицу. Хорошо, если приобретёте в магазине настольную игру по Правилам дорожного движения. Можно самим смастерить обучающий материал. Улицу можно нарисовать на листе ватмана, для обыгрывания взять маленькие машинки и фигурки. Для малыша это станет увлекательной игрой, в процессе которой он быстрее освоит Правила дорожного движения. Светофор можно смастерить из коробки и цветного картона. Пешеходную дорожку из полосок чёрного и белого картона, полосы соединить скотчем. В игру возьмите мягкие игрушки. Пусть ребёнок объясняет игрушке, как надо вести себя на дороге.

Ещё один верный способ познакомить детей с Правилами дорожного движения - посмотреть обучающие мультфильмы про ПДД детям:

«Зебры в городе», «Светофор», «Азбука дорожного движения». Выучите основы безопасного поведения на дороге вместе с «Теле Няней»!

Но самый эффективный способ обучения — это своим личным примером показывать, как надо вести себя на дороге!

Волшебная сила маминых объятий

Как-то недавно я прочла такую интересную мысль о том, что согласно подсчетам ученых (и как они это высчитали?) малышей необходимо обнимать как минимум четыре раза в день, чтобы они жили и развивались. Для того, чтобы прекрасно себя чувствовать и пребывать в отличном настроении – от восьми и более раз. А вот для полного счастья и развития таких объятий должно быть более двенадцати. Интересное мнение, только вот разве счастье можно подсчитать?

Собственно, предлагаю вам побеседовать на тему маминых объятий и того, насколько они важны в жизни ребенка.

Что такое объятия?

Мы привычно обнимаем своих малышей, целуем их перед сном, нежно проводим рукой по щечке, ласково прикасаясь к ним и, даже, не догадываясь насколько все это важно для них. А ведь кожа – это один из главных органов чувств человека, а в раннем детстве она является способом узнавать мир и получать информацию.

Происходит это потому, что кожные анализаторы развиваются гораздо раньше слуховых и зрительных. Смотрите сами, малышу еще нет двух недель от роду, он еще не видит полноценную картинку, не слышит в полном объеме, а на ваши прикосновения он реагирует очень бурно: ручки-ножки начинают активно шевелиться.

А почему они такие важные?

Исходя из того, что выше сказано, именно физический контакт первично важен для развития малыша. Наши нежные поглаживания помогают малышу адаптироваться к окружающему миру сразу после рождения. И очень здорово, что сейчас новорожденного малыша выкладывают мамочке (а в особых случаях отдают на руки папе) на животик – именно этот момент позволяет малышу справиться с первым стрессом в его жизни, связанным с появлением на свет. Теплые, нежные родительские объятия дают малышу успокоение, и уже через некоторое время он засыпает, успокоившись.

Пока еще кроха не способен, услышав ваши слова о любви, понять, что вы ему говорите. Но именно ваши прикосновения, совместный сон, поглаживания дарят крохе покой, и таким образом он чувствует вашу любовь.

В психологии есть такой термин «госпитализм» - это отсталость в физическом и психическом развитии из-за недостаточного общения со своими близкими. Такие детки испытывают проблемы с

адаптацией к окружающему миру, позже начинают ползать, ходить, говорить. А вот те детки, которые получают достаточное количество телесного контакта, растут и развиваются быстрее, как физически, так и эмоционально.

Нежность как способ воспитания.

Любовь и ласка нужны всем: и мальчикам, и девочкам. К сожалению, и в наши дни бытует в корне неверное мнение о том, что нежность мальчикам ни к чему, ибо они вырастут женоподобными слабаками. Как же это неправильно – сознательно лишать своего малыша ласки и телесного контакта! Ведь если малыш уверен в том, что его любят, что он нужен – он вырастет с четко сформированной здоровой самооценкой и будет полноценной, гармоничной личностью. Ведь Ваши объятия, нежность, ласка и прикосновения – это фундамент в здании под названием «отношения с близкими и родными». *Не лишайте своих деток этой составляющей, отбросьте суеверия и глупости – дарите им свою любовь!*

Малыши наши растут, а необходимость в родительских объятиях ни в коем случае не уменьшается. Объятия с утра, поцелуи в щечку дают деткам заряд бодрости и хорошего настроения на целый день. Увы, но работая «от заката до рассвета», мы совершенно забываем про объятия, про ласку и лишь сухие слова «привет, как дела, что нового в саду, школе», брошенные на ходу – вот и все внимание, которое мы даем детям. Как печально... Но ситуация поправима, достаточно просто чуть больше времени уделять детям, а на выходных ввести за правило проводить время вместе: и совершенно неважно, что это будет – поход в лес, парк, кино или просто готовка семейного ужина. Дарите друг другу объятия, не скупитесь на ласки. Когда мой сын обнимает меня и говорит: «Как я люблю тебя» - я готова весь мир обнять и горы свернуть.

Сверхчувствительные дети.

Конечно, каждому ребенку нужна родительская любовь, нежность, ласка и внимание. Однако, есть дети, которым такая любовь просто жизненно необходима. А в психологии таких людей называют «кинестетик», то есть это человек, который большую часть информации об окружающем его мире получает через осязание. Кинестетикам нужно все потрогать, они нуждаются в тактильных контактах в большем количестве. И стоит это вовремя понять, чтобы вы не обделяли своего малыша в этом: если он бесконечно «цепляется» за вас, не слезает с рук – может быть он кинестетик? И

уж точно ругать его за это нельзя. Выход тут только один: удвоить порцию ласки.

Мамины руки – самый лучший доктор.

Одно из первых моих детских воспоминаний – это я у мамы на руках, она меня успокаивает и «баюкает». Мне лет 6, не больше, у меня очень болит ушко, я плачу, а мама, усадив меня на руки к себе, слегка прикачивает, поглаживает по голове и поет какую-то колыбельную. И мне так хорошо, а боль потихоньку уходит.

Сейчас я уже сама мама, и когда сын болеет – я стараюсь еще чаще его обнимать, гладить по голове, целовать его щечки, поглаживать по спинке. Все эти движения, если верить ученым, снижают выработку гормона стресса, успокаивают частоту сердечных сокращений и помогают снять боль.

Если ваш ребенок надулся, обиделся – возьмите его за ручки, посмотрите ему в глаза, и ласково, нежно поговорите с ним. Вот увидите, эффект вашего теплого прикосновения даст положительный результат – кроха улыбнется вам в ответ!

С истериками и слезами можно бороться с помощью прикосновений и объятий: прижмите его к себе, прошепчите ему на ушко ласковые слова, которые вы ему всегда говорите – это должно сработать!

Помните, дорогие мамочки, что ваши руки – волшебные, а их теплота и ласка, нежность самый лучший антидепрессант и болеутоляющее, нет лучше защиты от бед и тревог! Любите своих детей, дарите им чаще свои «обнимашечки», пусть их будет максимально много – впереди их ждет взрослый мир, в котором им предстоит преодолевать массу сложностей и трудностей и чем большим будет у них запас вашей родительской любви, тем легче им будет идти по жизни!

Правила и требования перевозки детей в автомобиле



Каждый водитель должен обезопасить себя и своих пассажиров. Особенно, если в салоне находится ребенок. Для этого автовладелец должен быть максимально внимательным на дороге и соблюдать все правила дорожного движения.

В соответствии с ПДД, перевозка детей в автомобиле выполняется с учетом некоторых требований. Дети могут ехать в салоне легкового транспортного средства или же в кабине грузовика. Перевозка детей в кузове или прицепе категорически запрещена. Водитель должен обезопасить своих пассажиров, учитывая при этом конструктивные особенности авто.

Перевозка грудных детей в легковом автомобиле имеет свои особенности. Для этого предусмотрена установка специальной автолюльки на заднем ряде кресел. Оно располагается перпендикулярно относительно движения транспортного средства.

Для чего необходимо детское автомобильное кресло?

Согласно закону, каждый водитель обязан позаботиться об установке детского кресла в случае перевозки маленьких детей. Такая необходимость обусловлена некоторыми конструктивными особенностями транспортного средства. Система безопасности, которая обеспечивается штатными ремнями в любом автомобиле, является эффективной только для пассажиров ростом от 150-ти см. Если использовать такие крепежные элементы для людей ниже ростом, то ремни банально будут давить ему на шею.

Категорически запрещено перевозить ребенка на руках. В случае столкновения даже на небольшой скорости вес малыша увеличивается в

десятки раз. При таких обстоятельствах удержать очень проблематично, вследствие чего маленький пассажир подвержен чрезвычайной опасности.

Двенадцатилетний возраст, который указывается во всех требованиях к перевозке маленьких детей, выбран потому, что чаще всего именно к этому времени ребенок вырастает до 150-ти см. После этого уже возможно использовать стандартные ремни безопасности транспортного средства.

Перевозка детей в автомобиле не является личным делом водителя. При выезде на дорогу он становится участником дорожного движения, поэтому во избежание аварийных ситуаций обязан выполнять установленные правила. Автомобильное кресло для перевозки детей — это необходимый атрибут, который в случае ДТП способен сохранить жизнь пассажира. Водитель должен не бояться штрафов за отсутствие вспомогательного удерживающего устройства, а в первую очередь он обязан обезопасить своего ребенка.

ПРОСТУДЫ В ДЕТСКОМ САДУ

Каждый ребенок, попадая в детский сад, проходит период адаптации, который сопровождается частыми простудными заболеваниями. Почему так происходит? На этот вопрос обычно отвечают: «Это же детский сад, что же вы хотите, там всегда дети болеют...» В чем же причины частых заболеваний детей в детских садах? Основным источником инфекции выступают сами дети. Ребенок, оказавшись в группе детского сада, сразу сталкивается с агрессивной вирусной средой. Попадая в новое окружение, дети начинают обмениваться вирусами, в результате чего происходит всплеск простудных заболеваний. Некоторые дети, не болея сами, могут являться носителями различных инфекций. Необходимо отметить и тот факт, что вирусы часто мутируют, приобретая все новые формы. Поэтому, пока организм не выработает иммунитет к новым вирусам и их модификациям, болезни будут повторяться. 3 дня в саду – две недели дома. Самые частые простудные заболевания у детей — инфекции верхних дыхательных путей, входящие в группу острых респираторных вирусных инфекций. Вирусы распространяются воздушно-капельным путем при чиханье и кашле, но большинство из них передается через предметы, до которых дотрагивался больной ребенок: ручки дверей, предметы домашнего обихода, детские игрушки и т.д. Попадая на предметы, возбудители ОРВИ могут сохранять свою жизнеспособность до 3-х недель. Мнение эксперта: Немецкий профессор, доктор Петер Тайсс, более 30 лет занимающийся проблемой простудных заболеваний, обращает особое внимание на профилактические меры, рекомендуемые научным сообществом. С наступлением периода респираторно-вирусных заболеваний (ОРВИ) необходимо уделять большее внимание соблюдению элементарных правил личной гигиены: чаще мыть руки, кварцевать и проветривать помещение, делать влажную уборку. Мало кто знает, что основной механизм передачи респираторно-вирусной инфекции – контактный. По данным последних исследований, он превосходит даже воздушно-капельный путь. Поэтому задача родителей – приучить ребенка мыть руки. Объясняйте детям, что необходимо мыть руки после посещения любых публичных мест. А если нет возможности вымыть руки под проточной водой с мылом, можно их протереть спиртосодержащей салфеткой. Простуду легко распознать по ряду признаков: насморк или «забитый» нос, кашель, боль в горле, повышение температуры тела до 38 градусов, вялость, плохой аппетит. Понаблюдайте за ребенком: если насморк у него усиливается, то скорее всего в ближайшее время он начнет подкашливать, т.к. слизь, скапливаясь, поступает в носоглотку, вызывая

першение в горле. Совет родителям: Очень важно при малейшем недомогании (небольшом насморке, кашле) иметь возможность оставить ребенка дома, не дожидаясь развития болезни и не подвергая риску заражения других детей. Устраиваясь на работу, стоит помнить о том, что каким бы отличным ни было здоровье ребенка, он все равно первое время будет болеть чаще. Период адаптации ребенка может длиться год, а порой и больше. Следует помнить и о психологических моментах, ведь резкое расставание с любимой мамой также может сказаться на здоровье малыша.

Обратите внимание и на тип кашля: он может быть сухой и лающий или влажный с выделением мокроты. Сухой кашель – признак заболевания верхних дыхательных путей (фарингит, ларингит, трахеит). Длительный, приступообразный кашель с выделением мокроты (влажный кашель) говорит о том, что инфекция опустилась глубже и дошла до бронхов и легких. Ликбез для родителей: Соотношение простудных заболеваний с анатомическим атласом: носовая полость (ринит), глотка (фарингит), гортань (ларингит), трахея (трахеит), бронхи (бронхит). Обычно простудные заболевания проходят без осложнений, если малыш получил своевременную врачебную помощь. Но если простуду не лечить, она может перейти в тяжелую хроническую форму. Как помочь ребёнку не заболеть?

1. Обучение правилам личной гигиены.
2. Укрепление организма ребёнка посредством закаливания.
3. Полноценное правильное питание.
4. Режим дня.
5. Промывание носа солевым раствором после посещения детского сада, в период простудных заболеваний (ведь вирус прикрепляется именно к слизистой оболочке носа).
6. Смазывать слизистую носа, перед посещением детского сада, Оксолиновой мазью (или аналогичными)
7. Если питание ребёнка неполноценное по каким либо причинам, то можно принимать поливитамины (желательно предварительно проконсультироваться с педиатром)