

Консультация для родителей

«Закаливание ребенка в домашних условиях»

Подготовила воспитатель ФИЗО Прокудина А.В.

Забота о здоровье человека всегда занимала во всем мире приоритетные позиции. Потому что детство - время интенсивного развития ребенка :приобретаются базовые физические качества, вырабатываются черты характера, без которых не возможен здоровый образ жизни.

Что же кроме чистого свежего воздуха, яркого солнца и воды может быть лучшим средством поддержания сил и здоровья в молодом организме, который только формируется.

В этом случае, закаливание один из наиболее подходящих вариантов для тех, кто хочет сохранить свое здоровье и здоровье детей. Закаливание поможет избежать заболеваний, повысить иммунитет.

Закаливание солнцем – эффективное средство оздоровления и стимулирование роста ребёнка. Успешно используется закаливание солнцем в борьбе с рахитом. Солнечный свет, проходя через орган зрения, возбуждает нервную систему. Нервная система, в свою очередь, регулирует состояние и тонус всех систем организма; регулирует биоритмы, активизирует обменные процессы. Обладающие высокой биологической активностью ультрафиолетовые лучи, воздействуя на человека через кожу, повышают устойчивость организма к неблагоприятным воздействиям окружающей среды, болезнетворным микробам, повышают иммунитет, снижают риск заболеваний.

Закаливание воздухом следует начинать с воздушных ванн. Закаливание воздухом повышает устойчивость организма к длительным воздействиям низких температур.

Контрастные ножные ванны являются хорошей профилактической закаливающей процедурой против ангины и катаров верхних дыхательных путей. Подобные процедуры рекомендуется выполнять по утрам, после сна.

Ножные ванны – погружение ног до голеностопных суставов в таз с горячей водой. Ноги погружают на 3-10 секунд. Затем каждые 3 – 4 дня температуру воды следует снижать на 1 градус, доведя её в итоге до 20 –24 градусов С.

Обтирание - мероприятие подготавливающее организм человека к таким закаливающим процедурам, как обливание и холодный душ.

- Температура воды для первого обтирания должна быть 36-34 градуса С.
- Через каждые три процедуры температуру воды снижайте на два градуса С.
- Для детей температура воды не должна быть ниже 20 градусов
- Сначала обтирают руки и сразу же насухо вытирают их.
- Затем обтирают ноги, далее грудь, потом живот и спину.
- По мере снижения температуры воды продолжительность обтирания следует уменьшать с двух минут до полминуты.

Обливание водой следует начинать летом. Лейку или ведро наполните водой температурой 36-34 градуса С. Далее в течение 2 минут последовательно, начиная с головы, обливайте все части тела.

Душ сочетает в себе температурное и механическое воздействие. Душ прекрасно тонизирует организм, поэтому его целесообразно делать утром, днем и вечером, а так же после физических упражнений.

Некоторые правила закаливания ребенка

- Станьте примером для подражания.
- Начинайте закаливание ребенка в домашних условиях только в том случае, если он полностью здоров.
- Продолжительность процедур увеличивайте постепенно.
- Не допускайте переохлаждения ребенка.
- Процедуры должны проводиться систематически.

«МЕТОДЫ ЗАКАЛИВАНИЯ ДЕТЕЙ»

- Прогулки в любую погоду в соответствующей сезону одежде.
- Дневной сон при открытой форточке.
- Воздушные ванны перед дневным сном и после него.
- Хожение босиком по полу и «Дрожжам здоровья» не менее 15 минут в день.
- Дозированное хождение босиком по земле в летний период.
- Утренняя гимнастика в облегчённой одежде при открытой форточке.
- Обширное умывание и другие гигиенические процедуры.
- Мытьё рук холодной водой до локтя.
- Полоскание горла прохладной водой после приёма пищи.
- Чистка зубов с последующим полосканием полости рта холодной водой после обеда.
- Влажное обтирание с последующим обтиранием махровым полотенцем.
- Ходьба по водно-солевым дорожкам после дневного сна.
- Световоздушные ванны.
- Солнечные ванны.
- Отдых в тени.

Первое весеннее тепло обманчиво, и **одевать ребенка** на улицу в это время следует с особой тщательностью. Наша задача - избежать переохлаждения, промокших ног и не допустить излишнего потоотделения на прогулке, чтобы, раздевшись, **ребенок** не схватил простуду под первым сквозняком.

Сорок одежек. *«Пришел марток - надевай сорок порток!»* Руководствуясь этой народной мудростью, заботливые мамы с первой весенней каплей начинают старательно кутать своего **ребенка** в большое количество одежды. Другие, напротив, резко облегчают экипировку. И в том и в другом случае такой подход к детской одежде на **весну** может привести к простудным заболеваниям. Одежек может быть гораздо меньше сорока, но вся весенняя одежда для детей должна быть теплой и обязательно дышащей. На смену шубкам и пуховикам приходят куртки с непромокаемым покрытием, утепленные синтепоном. Вязаные свитера из шерсти можно заменить на хлопчатобумажные толстовки с начесом, свитера тонкой вязки, изделия из синтетических флисовых тканей. Они позволят сохранить тепло, но в то же время избежать перегрева и избыточного потоотделения. Брюки на время **весны** лучше выбирать из непромокаемых тканей, хорошо поддающихся чистке. Под них до наступления настоящего тепла лучше надевать гамаша, колготки или в идеале термобелье.

Детям одинаково вредно как перегреваться, так и переохлаждаться. Количество слоев одежды зависит от температуры воздуха. Дополнительно нужно учитывать силу ветра. При одинаковой отрицательной температуре воздуха человек мерзнет тем сильнее, чем больше скорость ветра.

Большое значение имеют индивидуальные особенности **ребенка**. Малоподвижный, постоянно зябнувший **ребенок** должен быть одет теплее, чем активный. Слишком укутанных малышей можно встретить гораздо чаще, чем недостаточно тепло одетых.

Многие мамы, собираясь на прогулку, стараются одеть **ребенка** теплее, чем одеваются сами. Но если это прогулка, во время которой **ребенок постоянно двигается**, а мама за ним наблюдает, то это **неправильно**. Вспотевший **ребенок** имеет гораздо больше шансов заболеть, чем одетый по погоде. К тому же пот может вызвать у **ребенка раздражение и сыпь**.

Детей нужно **одевать не теплее**, чем одеваются **взрослые**, а возможно, даже легче. (Речь не идет о детях, *«гуляющих»* в колясках, им нужна дополнительная защита.)

Одевая ребенка, помните, что дети мерзнут меньше, чем взрослые и больше двигаются.

Ноги в тепле и сухости. Требование номер один, поскольку мокрые и замерзшие ноги чаще всего провоцируют простуды, ангины и другие неприятные заболевания. Для профилактики и предотвращения простуды подойдут специальные резиновые и нубуковые ботинки и сапожки с меховым, войлочным и синтепоновым утеплителем. Обувь - это единственный предмет одежды, с которым можно не бояться переборщить в процессе утепления.

Подошва обуви должна быть плотной, не гибкой, но податливой для амортизации при ходьбе. При абсолютно плоской подошве сложнее сохранять равновесие при ходьбе. Для нормальной осанки и **правильного** формирования свода стопы нужен небольшой каблук. На первых ботиночках рекомендованная высота каблучка 5-7 мм, к двум годам - 1-1,5 см. Задник должен быть высоким, плотным и сплошным, без швов и складок. Выбирайте обувь с широким круглым носом, чтобы пальцы ног могли двигаться свободно.

«Держи ноги в тепле, а голову в холоде!» Великий полководец Александр Васильевич Суворов вероятно, имел в виду взрослых солдат, а не детей. Но известная доля истины в его словах есть. Головной убор должен быть теплым, но не жарким. Меховые шапки можно смело **отправлять в сундук**: настало время вязаных и флисовых шапочек. Важно, чтобы голова **ребенка не потела - иначе**, сняв шапку, он может стать жертвой сквозняка и простудиться.

Не забывайте также и о шарфе. Для своего малыша можно выбрать любой шарф, здесь главный момент - **правильно его завязать**. Шарф не должен мешать **ребенку** бегать и играть во время прогулки.

Не менее важный элемент весеннего гардероба – рукавички. Отдай предпочтение теплым, но тонким, и желательно, чтобы они были не промокающими – это позволит **ребенку** свободно двигаться даже во время небольшого дождя.

Постарайся **одевать ребенка** в яркую красочную одежду. Это обеспечит прекрасное настроение малышу!

«Какие игрушки нужны детям?» Консультация для родителей

Подготовила Воспитатель ИЗО Хоружая Е.П.

Цель:

- 1) Дать родителям знания о значении игрушки, ее роли в игре ребенка;
- 2) Вооружить знаниями о целесообразном педагогическом подборе игрушек.

Развитие богатого эмоционального мира ребенка немислимо без существования в нем игрушек. У большинства из нас детство связано с любимыми игрушками, которые остались в памяти как близкие друзья. У кого-то это невзрачный мишка, переданный мамой по наследству, малюсенький пупсик с огромным количеством нарядов из лоскутков. А, может быть, просто маленький кусочек меха, перетянутый веревочкой и надежно зажатый в ладошке во время сна. Из огромного количества игрушек, подаренных ребенку, только он сам способен выбрать то, что действительно нужно ему. Именно ту игрушку, память о которой он про несет по всей своей жизни, а возможно, и подарит своим детям вместе с тем чувством близости и теплоты, которое они ощутили вместе. У каждого ребенка должна быть такая игрушка, которой он может пожаловаться, которую может наказать, поругать, пожалеть и утешить. Именно она поможет преодолеть страх одиночества, когда родители уходят, страх темноты. Их ломают, наказывают, забрасывают в дальний угол, но именно о них вспоминают дети в минуты разочарований. Игрушки для ребенка - та «среда», которая позволяет исследовать окружающий мир, формировать и реализовывать творческие способности, выражать чувства; игрушки учат общаться и познавать себя. Подбор игрушек - дело серьезное и ответственное. От успешного решения этой проблемы зависят настроение ребенка и прогресс в его развитии. Чтобы вы могли сориентироваться в необъятной стихии рынка игрушек, мы поговорим о наиболее ценных из них и полезных.

Существуют разные виды игрушек для детей дошкольного возраста.

- 1) Сюжетные или образные игрушки, игрушки из реальной жизни.

К таким игрушкам относятся куклы, фигурки различных животных, сказочных персонажей, мебель, посуда.

Центральное место отводится кукле. Ребенок во время игры как бы одушевляет куклу, разговаривает с ней, доверяя ей свои тайны и радости, проявляя о ней заботу. Кукла - это и дочка и ребенок в детском саду. Их одевают - раздевают, учат и воспитывают. Мебель для кукол желателно иметь крупную, чтобы ребенок мог и посидеть с куклой за 'столом, полежать с ней рядом на кровати или на диванчике. Посуду также желателно иметь крупную из пластика или алюминия. Дети с удовольствием используют ее по назначению.

2. Игрушки, помогающие «выплеснуть» агрессию.

К таким игрушкам относятся солдатики, мячи, ружья, надувные подушки, резиновые «груши», скакалки, молотки, дартс, кегли и т. д. Эти игрушки помогают сбросить накал эмоций, но когда ребенок выходит на улицу с «оружием» надо говорить ему, что в живое - людей, животных, птиц стрелять нельзя. Для этого можно нарисовать различные мишени, чтобы ребенок мог пострелять.

- 3) Технические игрушки

Эти игрушки все больше входят в жизнь. К ним относятся транспорт конструкторы, всевозможные технические агрегаты. Особой

популярностью у детей пользуются разнообразные конструкторы «Лего», развивающие мелкую моторику пальцев, ориентировку в пространстве, мышление, творчество. Дети любят строить из деталей «башни» различной высоты. Различные машины с надписями «Хлеб», «Скорая помощь», «Продукты» и т. д. учат детей ориентироваться в социальной жизни.

- 4) Игрушки - забавы.

Это смешные фигурки зверей, животных, человечков и т. д., например, зайчик, играющий на барабанах, курочка, клюющая зерно, повар, готовящий обед. В основе их лежит движение, сюрприз, неожиданность. Их назначение - позабавить детей, вызвать смех, сопереживание, радость, воспитать чувство юмора.

- 5) Маскарадно - елочные игрушки.

Эти игрушки связаны с празднованием Нового Года. Различные атрибуты • (ушки, хвост, клюв) помогают детям вжиться в образ того или иного персонажа.

6) Спортивно - моторные игрушки.

Для детей дошкольников младшего возраста спортивные игрушки предназначены для дальнейшего развития моторики движений детей, для

стимулирования общей двигательной активности, желая брать участие в подвижных играх и физических упражнениях вместе со взрослыми и другими детьми.

Для спортивных игр предлагаются мячи среднего и большого размера, так как поймать руками маленький мяч ребенку в этом возрасте достаточно тяжело из-за отсутствия четкой координации движений. Младшеньким дошкольникам для развития основных групп мышц необходимы разнообразные мельнички, обручи, педальные машины, трехколесные велосипеды; для тренировки вестибулярного аппарата - качели, лошадки - качалки. Войти в образ, воспроизвести определенную роль ребенку помогают элементы костюмов для подвижных игр («Лохматый пес», «Кот и птички» и подобные).

7) Театральные игрушки.

Эти игрушки по содержанию являются образными, но имеют особое назначение - служат целям эстетического воспитания, развития речи, воображения. К ним относятся, например, Петрушка, куклы бибабо, настольный театр. Показ сказки при помощи настольного театра способствует более яркому и быстрому ее запоминанию.

8) Музыкальные игрушки.

Это погремушки, бубны, колокольчики, дудочки, игрушки. Изображающие пианино, гитару, балалайки и др. музыкальные инструменты. Дети учатся различать звуки различных инструментов, строить ритмический рисунок, пытаются правильно извлекать из них звуки.

9) Дидактические игрушки или игрушки для развития творческой фантазии и самовыражения.

Этим игрушкам принадлежит особое место. С помощью дидактических игр дети знакомятся с цветом, формой, величиной и т. д. К ним относятся разноцветные вкладыши, матрешки, мозаики, пазлы, лото, кубики, пирамидки, краски, пластилин, различные наборы для рукоделия. Эти игрушки воспитывают у детей сосредоточенность, настойчивость, усидчивость, умение сконцентрировать внимание, целеустремленность, умение доводить дело до конца, а также способствуют развитию мелкой моторики рук.

10) Строительные игрушки.

Эти игрушки состоят из геометрических тел. Строительные игрушки могут быть мелкими (различные строительные наборы) и крупными (модули). С мелким строительным материалом дети играют на столе, создавая различные постройки. С крупным строительным материалом удобнее играть на полу создавая различные домики, из окон которых можно выглядывать, воротца, переходы, в которые удобно пролезать.

На улице для малышей удобны различные песочные наборы - ведерки, совочки, различные формочки для лепки из песка.

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

Помните, что все, кроме любимой игрушки, надо периодически менять и обновлять. Если вы заметили, что малыш долго не берет какую-либо игрушку, значит она ему просто не нужна. Спрячьте ее. А через некоторое время ее появление вызовет эмоциональный или познавательный интерес у ребенка.

И еще один совет. Не водите слишком часто детей в магазин игрушек с множеством соблазнительных, но дорогих товаров. Сколько слез и страданий малышей видели сидящие на прилавках дорогие куклы, машины, звери. Эти переживания неспособности получить то, что ему очень хочется, ребенку совсем не нужны. Только когда вы сами готовы подарить ребенку радость, ведите его в магазин и сделайте ему праздник. Но при этом, придерживайтесь следующих правил:

- Убедитесь в безопасности игрушки во избежание травм (если это пистолет, то должен стрелять мягкими шариками, а не пулями) ;

- Игрушки не должны иметь резкого запаха, способного вызвать аллергию, так как малыши часто стараются взять игрушку в рот;
- Игрушки должны соответствовать действительности и эстетическим требованиям (цвет, форма, внешний вид) ;
- Игрушки должны соответствовать возрасту детей! Покупая игрушку, смотрите, для детей какого возраста она предназначена.

Кризис трёх лет

«Человек взрослеет по мере того, как растут его цели»

(Ф. Шиллер)

В течение жизни человек проходит несколько стадий взросления - возрастные **кризисы**, которые он вынужден преодолевать, развивая новые качества. Через возрастные **кризисы** проходит каждый из нас.

Кризисы развития - это неизбежные этапы взросления, перестройки организма, которые сопровождаются изменениями психических и физических процессов. Это относительно короткие (*от нескольких месяцев до года-двух*) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень.

В развитии ребенка психологи и педагоги выделяют три стабильных периода: «*младенческий*» - с рождения до одного года, «*раннее детство*» - от года до **трёх**, и «*дошкольное детство*» - от **трёх лет до семи**. Каждый из этих периодов завершается так называемым «*кризисом развития*».

Смысл любого возрастного **кризиса прост и понятен**; НЕ ХОЧУ по-старому, но ещё НЕ МОГУ по-новому. Это общая черта всех без исключения возрастных **кризисов**, происходящих в период развития ребёнка.

Для каждого **кризиса** характерны положительные изменения в виде новых достижений (*новообразований*) и отрицательные проявления в виде поведенческих реакций: появление упрямства, непослушания, капризов, которые малыш чрезвычайно ярко проявляет. Обойти их невозможно - через это проходят практически все дети. Но для одних этот переход происходит проще, для других сопровождается более серьезными, значительными поведенческими проявлениями.

Кризис трёх лет - один из самых известных и изученных **кризисов** в развитии маленького человека, по праву считающийся одним из наиболее трудных моментов в жизни и развитии ребенка. Это разрушение, пересмотр старой системы социальных отношений, **кризис выделения своего «Я»**. Ребенок, отделяясь от взрослых, пытается установить с ними новые, более глубокие отношения.

Впервые знаменитый «*кризис трёх лет*» был описан Эльзой Келер в работе «*О личности трёхлетнего ребёнка*». Что же это такое? **Кризис трёх лет** (*др. -греч. – решение, поворотный пункт*) - возрастной **кризис**, возникающий при переходе от раннего возраста к дошкольному, характеризующийся резкой и кардинальной перестройкой сложившихся личностных механизмов и становлением новых черт сознания и личности ребёнка, а также переходом к новому типу взаимоотношений с окружающими.

Кризис трёх лет не имеет чётких границ. Первые симптомы неповиновения иногда отмечаются уже в 18-20 месяцев, однако наибольшей интенсивности они достигают в период с 2,5 до 3,5 лет. **Кризис** нарастает постепенно, достигает своего пика, а затем затихает.

Так почему же они возникают? Прежде всего, потому что у детей появляются новые потребности, а старые формы их удовлетворения уже не подходят, иногда даже мешают, сдерживают, и потому перестают выполнять свои функции.

Л. С. Выготский назвал семь наиболее ярких особенностей поведения ребёнка в период **кризиса трёх лет** «*семизвездием симптомов*».

В него входят 7 основных симптомов этого возраста.

1. **Негативизм** — это отрицательная реакция, связанная с отношением одного человека к другому человеку. Ребёнок не делает что-то только потому, что это предложил ему определённый взрослый человек. **Негативизм избирателен**: ребёнок игнорирует требования одного члена семьи или одной воспитательницы, а с другими достаточно послушен. Главный мотив действия — сделать наоборот, то есть прямо противоположное тому, что ему сказали.

2. Упрямство — это реакция ребёнка, который настаивает на чем-то не потому, что ему этого очень хочется, а потому, что он этого потребовал у взрослого, и отказаться от собственного решения даже при изменившихся обстоятельствах ребёнок не может. Упрямство следует отличать от настойчивости в достижении какой-либо определённой цели.

3. Строптивость — направлена в целом против норм воспитания, системы отношений, образа жизни в семье, а не против конкретного взрослого.

4. Своеволие — стремление ребёнка все делать самому (ключевые слова в речи «*Я сам!*»), проявление инициативы собственного действия, которая неадекватна возможностям ребёнка и вызывает дополнительные конфликты со взрослыми. При этом меняется отношение ребёнка к окружающему миру: теперь ребёнком движет не только желание узнавать новое, овладевать действиями и навыками поведения. Ребёнок начинает активно удовлетворять познавательную потребность. Это проявляется в его активности, любознательности. Но проявление инициативы может вызывать конфликты со взрослыми, поскольку она зачастую неадекватна возможностям ребёнка. Необходимо учитывать то, что ребёнок пробует свои силы, проверяет возможности. Он утверждает себя, и это способствует появлению детского самодлюбия - важнейшего стимула к саморазвитию и самосовершенствованию.

5. Протест-бунт - проявляется в частых конфликтах с **родителями**. Ребёнку важно, чтобы окружающие люди всерьёз относились к его самостоятельности. Если ребёнок не чувствует, что с ним считаются, что уважают его мнение и желания - он начинает протестовать. Он бунтует против прежних рамок, против прежних отношений. Американский психолог Э. Эриксон считает, что именно в этом возрасте у ребёнка начинает формироваться воля, независимость и самостоятельность.

6. Обесценивание - в глазах ребёнка обесценивается все то, что было для него привычно, интересно, дорого раньше. Симптом обесценивания может проявляться в том, что ребёнок начинает ругаться, дразнить и обзывать **родителей**, ломать любимые игрушки.

7. Деспотизм - ребёнок проявляет деспотическую власть по отношению к близким людям, заставляет **родителей делать все**, что он требует.

Степень выраженности психоэмоциональных реакций, впрочем, как и продолжительность периода, зависит от таких характеристик, как:

детский темперамент (*у холериков признаки проявляются ярче*);

стиль **родительского воспитания** (авторитарность **родителей** обостряет проявления детского негативизма);

особенности взаимоотношений матери и ребёнка (*чем ближе отношения, тем проще преодолеть отрицательные моменты*).

Психологами доказано, что **кризис** трех лет - это обязательный и закономерный этап детского взросления. Однако наличие описанных выше негативных признаков, точнее, их чрезмерная выраженность - это необязательное условие развития ребёнка. Иногда **кризисный** период протекает вполне гладко, без явной симптоматики и характеризуется лишь возникновением определённых личностных новообразований, среди которых:

осознание ребёнком своего «*Я*»;

разговор о себе в первом лице;

возникновение самооценки;

появление волевых качеств и настойчивости.

Сейчас, наверное, нет ни одного взрослого, а тем более **родителя**, который бы не знал, что такое **кризис трёх лет**. И столько уже про этот трехлетний **кризис** написано и прочитано, а все равно возникает множество вопросов: Как быть? Что делать?

Советы психолога для **родителей трехлеток**

1. Играйте словами. Когда малыш не хочет надевать штаны, спросите: «*Не хочешь надевать синие или черные?*» Отказывается купаться? Тогда поинтересуйтесь: «*Не будем купаться с утенком или с не возьмем с собой дельфина?*»

2. Проявляйте креатив. В ситуации, когда малыш норовит сделать то, что не по силам, выдумывайте. Дочка «*помогает*» мыть посуду? Заведите будильник: что успеет вымыть до сигнала — ее, а дальше — ваше.

3. Не заставляйте — предлагайте и просите. Например, не тяните ребенка силой с площадки, а попросите «*проводит маму, которая так устала, домой*».

4. Позвольте ошибаться. Не вмешивайтесь в личные дела малыша, пока он сам вас не позовет. Пусть набьет пару-тройку шишек — это ЕГО ошибки! Но важно: всякая свобода должна заканчиваться там, где есть угроза жизни или здоровью.

5. Не «*залюбливайте*» и не подавляйте. Не требуйте от ребенка беспрекословного послушания — такая авторитарность подавляет волю, самооценку, тормозит развитие. Но и не делайте из ребенка «*царя-батюшку*», исполняя любые желания. Чрезмерная забота и опека тоже вредна: малыш просто не будет знать, как обходится без посторонней помощи.

6. Дайте разумную свободу и поощряйте. Позвольте ребенку действовать. Там, где возможно, давайте свободу и разделите с ним радость от познания нового. Когда же запреты и наказания неизбежны, не закливайте на этом внимание. Зато любые успехи подчеркнута поощряйте, а впечатления от «*свободных*» действий живо обсуждайте.

7. Не сравнивайте с другими. Другие дети не должны служить примером для вашего малыша. Сравнивая его со сверстниками, вы бьете по самооценке. Лучше строить сравнение на достигнутых ранее успехах самого ребенка.

8. Будьте мудрее. Не срывайтесь на скандал или «*ремень*». Спокойствие и терпение — ваш козырь. Малыш сейчас будто проверяет вас на прочность. Отсутствие бурной реакции притупит его интерес к таким экспериментам.

9. Любите. Даже когда ребенок неправ, сохраняйте доброе отношение. Элементарно просто побудьте рядом: «*И в сложные моменты я тоже люблю тебя*».

10. Развлекайтесь вместе. Сейчас кроха осваивает ролевые игры. Помогите ему. Именно через игру в маленьком человеке можно ненавязчиво развивать хорошие качества.

Кризис трёх лет - серьёзное испытание не только для **родителей**. Ребёнку в этот период приходится ещё тяжелее. Он не понимает, что с ним происходит, не в состоянии контролировать своё поведение.

«Кризис маленьких детей»

Мне семья большая наша

Очень даже нравится.

Я вам дочка, сестра Саша,

Внучка и племянница.

Долго спать мне не охота,

Всех бужу: «*Вставать пора!*»

В детский сад, как на работу

Собираюсь я с утра.

Я - девчонка заводная,

Я- девчонка егоза,

Но и у меня бывают

Мокрые от слёз глаза.

Утешает меня папа

Когда слёзы до ушей:

«Шурочка, не надо плакать,

Ты ведь взрослая уже».

У меня игрушек много-

Куколок, собак, мышей.

Их хватить вполне могло бы

На десяток малышей.
Подскажите, что мне делать,
Часто всё наоборот:
Говорят мне: «Котик белый»,
Топну ножкой «Чёрный кот!»
Если вдруг захочет кто-то
Дать полезный мне совет,
Я послушаю охотно,
Но отвечу: «Нет! Нет! Нет!»
Почему-то очень сложно
Быть послушною всегда.
Там, где «Нет» ответить нужно,
Я скажу упрямо: «Да!»
Когда мамочка ругает,
Я надуюсь и молчу.
«Я сама кого угодно
Чему хочешь научу!»
Папа с мамою гадают:
«Ты в кого у нас такая?»
Я им шёпотом в ответ:
«Не скажу! Это секрет!»
Умоляю, научите,
Как послушной быть, умней,
(Но, пожалуйста, учтите
Кризис маленьких детей)
Обещаю, перестану
Злиться, ссориться, кричать.
Подрасту я и не стану
Маму с папой огорчать.
(Кондор В. А.)

Любой **кризис** обязательно сменяется периодом стабильности. Успешно преодолев его, Ваш малыш станет более самостоятельным, поднимется на новый уровень определения себя как личности. Поддерживайте ребёнка, будьте к нему внимательны. Можно сказать, что это время - залог ваших будущих отношений с ребёнком и фундамент для них Вы закладываете сами.

Музыка в жизни ребёнка

Консультация для родителей

Подготовила муз.руководитель Ивлева С.Н.

Представление о прекрасном в жизни и искусстве формируется в детстве. Многие считают особенно ценным для этого этапа в жизни человека комплексный подход в изучении искусств. Есть утверждение, что для гармоничного развития необходимо приобщение к трём базовым видам искусства: музыке, живописи, литературе. Самый эмоциональный вид искусства – музыка. Именно она обогащает восприятие произведений живописи, литературы, способствует пониманию их содержания, развивает эстетические чувства. Научившись различать настроения и их смену в музыке, ребёнок пополняет свои представления о чувствах человека в реальной жизни.

Сила музыки заключается в том, что она способна передать смену настроений, переживаний – динамику эмоционально–психических состояний ребёнка. Детям дошкольного возраста можно долго объяснять, что чувствует человек, которому грустно, но достаточно включить минорную музыку, ребёнок начинает понимать состояние печали с первых тактов. Музыка помогает ребёнку осваивать мир человеческих страстей, эмоций, чувств, переживаний. Как же музыкой воздействовать на душу ребёнка? Воспитывать нравственную личность через музыкальное искусство нужно целенаправленно. Не стоит ждать, что ребёнок послушает музыку и станет лучше. На музыкальных занятиях в детском саду организовывается музыкально–игровая деятельность с целью развития нравственно–ценностных отношений между детьми. Используются следующие формы и виды работы:

- Первоначальное знакомство с нотной грамотой
- Пальчиковые игры, позволяющие развивать мелкую моторику рук
- Музыкальные игры – танцы, которые дают возможность разрядиться
- Игра на музыкальных инструментах
- Пение потешек, песенок, распевок

В таком совместном музыкально–игровом творчестве дети легко и быстро запоминают слова, мотив песни. Музыка раскрепощает их, помогает найти способы конструктивного взаимодействия друг с другом. Особое внимание необходимо уделять изучению и слушанию классической музыки, она благотворно влияет на физиологические процессы детского организма, способствует развитию памяти, внимания, воображения, развивает духовные и душевные качества личности. Ритмический рисунок классических произведений оказывает положительное влияние на работу сердечно–сосудистой системы, а значит, и на весь организм в целом. Ребёнок лучше засыпает под звуки классической музыки, а у детей, занимающихся продуктивными видами деятельности, улучшается работоспособность.

Общепризнано: семья или способствует музыкальному развитию ребёнка, или тормозит его. Информационный фактор представлен в виде музыкального репертуара, выбор которого определяется особенностями культуры каждой семьи. Несомненно и другое: необходимо согласование музыкального репертуара и педагогических действий между родителями и музыкальным руководителем.

Актуальность работы с родителями определяется тем, что детский сад – это первый внесемейный социальный институт, в котором начинается систематическое педагогическое просвещение родителей. От эффективности совместной работы родителей и педагогов зависит дальнейшее музыкальное развитие ребёнка. Основная проблема во взаимодействии с семьёй – непонимание родителями значения музыкального воспитания детей.

Работа с семьёй заключается в музыкальном просвещении родителей и приобщении их к совместной музыкальной деятельности. Каждый день необходимо приобщать ребёнка к музыке, играть с ним, доставлять ему радость. Учите малыша слушать музыку, т.к. это основа музыкального воспитания. Начиная с младшего дошкольного возраста необходимо развивать музыкальную память ребёнка, способность различать характер музыки, умение слышать изменение силы звука, скорости звучания, учить различать высокие и низкие звуки, воспитывать желание слушать и умение слышать музыку. Хорошо, если у ребёнка есть любимая музыка, и он просит повторить её ещё и ещё, а также любимые музыкальные инструменты, на которых он с удовольствием играет. Интерес, внимание, любовь к музыке помогают развивать музыкальную память, слух, чувство ритма – основу музыкальности. Очень важно, чтобы ребёнок просил родителей спеть ему ту или иную песенку, повторить ту, которая ему больше всего нравится, подпевал взрослому, играл в игры, в которых звучит музыка. Взрослые порой сами лишают ребёнка радости слышать многие звуки природы, музыки, речи, вырабатывают привычку громко разговаривать, кричать. Крикливая речь и крикливое пение портят голосовой аппарат малышом. Ребёнок громко поёт, даже кричит, голос его дрожит, напряжён, а взрослые поощряют его, радостно хлопают. Похвалили, и малыш старается петь ещё громче, а песни-то уже нет, нет мелодии, он её перекричал и уже не слышит что поёт. Ребёнок не справился с песней не потому, что от природы не музыкален, или ещё мал, это наша громкая речь, оглушительное звучание аудио– и видеотехники научили его механически подражать услышанному и не научили прислушиваться.

Что же происходит, если дома музыка звучит часами? И не только весёлая или грустная, а песни, исполняемые ансамблями, группами в стиле рок, рэп и т.д. – громкие, бравурные, агрессивные и отнюдь не для детей. Ребёнок от такой музыки становится возбуждённым, раздражительным, агрессивным. Он плохо ест, хуже засыпает. Такое долгое, громкое звучание вырабатывает негативное отношение к музыке вообще, формирует рефлекс самозащиты – ребёнок учится не слышать музыку, не обращать на неё внимание и, как результат, не хочет вслушиваться, а следовательно и понимать «хорошую» музыку. Громкое, продолжительное звучание портит нервную систему малыша, его слух: ребёнок уже не слышит выразительные интонации и нюансы музыки. Так мы с детства приучаем своих любимых малышей к обеднённому восприятию музыкального искусства.

Будьте очень внимательны, когда говорите своему ребёнку: «Слушай музыку!» (Какую, когда, как и сколько?), «Спой песенку!» (Какую, как, когда). «Попляши!» (Под какую музыку, сколько, как, когда, какое настроение у ребёнка, здоров ли он?). Родителям необходимо помнить, что только в сотрудничестве с музыкальным руководителем, педагогами, психологом можно достичь определённого результата в музыкальном воспитании детей, так как оно непрерывно связано с общим развитием ребёнка, научить ребёнка понимать и любить музыку.

Физическое и нервно-психическое развитие детей старше года

Подготовила врач-педиатр Рязанцева М.В.

Физиологическая незрелость нервной системы, эволюционновозрастные особенности растущего и развивающегося мозга являются причиной частых затруднений при врачебной оценке нарушений психомоторного развития детей грудного возраста. Для распознавания отклонений в психомоторном развитии необходимы тщательное неврологическое обследование и глубокий анализ неврологического статуса. В то же время раннее выявление нарушений и особенно негрубых, «малых форм» патологии на первом году жизни важно для своевременного патогенетического лечения. В этом плане большой интерес представляет методика

количественной оценки уровня возрастного развития новорожденных и детей грудного возраста, предложенная Л. Т. Журбой и Е. М. Мастюковой.

Для облегчения ранней диагностики отклонений в развитии авторами разработаны скринирующие количественные оценочные таблицы, применение которых в работе с новорожденными и детьми грудного возраста (комнаты здорового ребенка детских поликлиник и др.) окажет большую помощь врачу-педиатру.

На втором году жизни продолжается интенсивное психомоторное и физическое развитие ребенка. Условные рефлексы в этом возрасте начинают формироваться быстрее. Дети подвижны, в их поведении преобладают яркие положительные эмоции, они произносят много звуков и слов, часто улыбаются и громко смеются, проявляя повышенный интерес к окружающему. В первом полугодии 2-го года жизни совершенствуется ходьба, улучшаются координация движений и понимание речи, значительно увеличивается словарный запас. Во втором полугодии игра приобретает

сюжетный характер, дети стремятся к играм друг с другом, начинают выполнять требования взрослых, обучаются элементарным правилам поведения.

В течение 3-го года жизни моторные навыки детей претерпевают дальнейшее совершенствование. Расширяется ориентировка в окружающем, усложняются речь, игровая деятельность.

В возрасте 4—7 лет дети приобретают относительную самостоятельность. Они получают впечатления не только от непосредственного воздействия окружающего мира, но и от прослушивания или чтения книг, рассказов взрослых.

На занятиях дети усваивают сведения о природе и общественной жизни. Начинают конструировать, рисовать, лепить, петь, приобретают простейшие трудовые навыки. В тесной связи с этим находится формирование моральных качеств, элементарных эстетических восприятий, норм общественного поведения. Развивается мышление, сначала конкретно-реалистическое, а в начале школьного возраста и абстрактное. Развитие более высоких ступеней мышления завершается к 13—15 годам.

Различают 4 этапа формирования психики ребенка.

Первый этап — моторный, характеризуется овладением основными моторными навыками на протяжении первого года жизни ребенка.

Второй этап — сенсорный, продолжается от 1 года до 3 лет. Движения приобретают психомоторный характер, т. е. становятся осознанными. Сенсомоторное развитие является базой для формирования всех психических функций, в том числе восприятия,

внимания, целенаправленной деятельности, мышления и сознания.

Третий этап — аффективный, длится от 3 до 12 лет. Деятельность детей приобретает постоянный индивидуальный характер.

Четвертый этап — идеаторный (12—14 лет). Формируются усложненные понятия, суждения, умозаключения. Дети начинают строить предварительный план поступков в уме. Мышление становится абстрактным. Начинает формироваться личность.

В отдельные периоды жизни повышен риск возникновения у детей психических нарушений и болезней. Эти периоды называются кризисными.

Выделяют 2 кризиса: в 2—3,5 года и в 12—15 лет.

В первом возрастном кризисе — парапубертатном— быстрое формирование психических и физических качеств напрягает деятельность всех жизнеобеспечивающих систем. Часть болезненных состояний психической сферы берет свое начало именно в этом возрасте.

Второй возрастной кризис — пубертатный—связан с перестройкой функции желез внутренней секреции, бурным ростом детей, половым метаморфозом. В этот период дети очень ранимы и требуют особого внимания.

Консультация для родителей: "Режим дня в детском саду и дома. В чем его важность"

Подготовила Врач-педиатр Рязанцева М.В.

Каждый родитель желает, чтобы его ребенок был здоров, весел и правильно развивался. В этом стремлений поможет правильная организация режима дня. Что такое режим дня?

Режим дня – это система распределения периодов сна и бодрствования, приемов пищи, гигиенических и оздоровительных процедур, занятий и самостоятельной деятельности детей.

Режим дня основан на правильном чередовании различных видов деятельности и предусматривает организационный режим для дошкольника:

Дневной и ночной сон определенной продолжительности с соблюдением времени подъема и отхода ко сну;

- Регулярное питание;
- Определенная продолжительность отдыха с максимальным пребыванием на свежем воздухе;
- Правильное чередование труда и отдыха;
- Определенное время для физзарядки и личной гигиены.

Все родители пережили особенно напряженный период, когда только что появившийся в мир человек должен приспособиться к необычным условиям.

Бодрое, жизнерадостное и в то же время уравновешенное настроение детей в большей мере зависит от строгого выполнения режима. Запоздывание еды, сна, прогулок отрицательно сказывается на нервной системе детей: они становятся вялыми или, наоборот, возбужденными, начинают капризничать, теряют аппетит, плохо засыпают и спят беспокойно. Один из мало важных отличительных признаков воспитания в детском саду от домашнего – это режим в детском саду. В детском саду все подчинено заранее установленному распорядку. И это несомненный плюс. Ведь такая системность приучает даже взбалмошного карапуза к аккуратности, точности, порядку.

По мере роста ребенка распорядок его будет меняться. Но на всю жизнь должна сохраниться основа, заложенная в раннем детстве – чередование всех форм деятельности организма в определенном режиме.

Воспитать в ребенке чувство ритма – не слишком сложно: самой природе присущ ритм. Малыш легко привыкает к предложенному ему режиму. Но родителям и другим окружающим взрослым соблюдать его без перебоев оказывается трудно: то жаль в хорошую погоду вовремя уйти с прогулки или прервать интересную игру, то произошла задержка с приготовлением пищи. А мозг ребенка фиксирует эту неустойчивость режима, и потому так трудно выдерживать его, когда ребенок становится старше и начинает просить «чуть-чуть» задержаться, опоздать, отложить и т.д.

Хорошая работоспособность в течение дня обеспечивается разнообразием видов деятельности и их чередованием. С физиологических позиций это объясняется способностью коры головного мозга одновременно работать и отдыхать. В каждый отдельный момент работает не вся ее поверхность, а отдельные участки, именно те, которые ведают данной деятельностью (поле оптимальной возбудимости). Остальные области коры в это время находятся в состоянии покоя. При изменении характера занятий поле оптимальной возбудимости перемещается и создаются условия для отдыха ранее функционировавших участков коры головного мозга.

Нервная система малыша очень чувствительна к различным воздействиям окружающей среды. Дети быстро устают и поэтому нуждаются в частом и продолжительном отдыхе. Главным видом отдыха – сон. Если он недостаточно продолжителен, то организм не отдыхает в полной мере. Это отрицательно влияет на нервную систему ребенка. Ослабленные дети независимо от возраста должны спать больше. Важно приучать детей ложиться спать и вставать в определенное время.

Перед сном рекомендуются только спокойные игры, очень полезна получасовая прогулка. Готовясь ко сну, дети моют лицо, шею, руки и ноги водой комнатной температуры. Это имеет не только гигиеническое, но и закаляющее значение, хорошо влияет на нервную систему, способствует быстрому засыпанию.

Рекомендуемая в течение суток продолжительность сна составляет:

	Дети до 3 лет	От 3 и старше
Общая продолжительность сна	12 часов 50 минут	12 часов
Ночной сон	10 часов 30 минут	10 часов 15 минут
Дневной сон	2 часа 20 минут	1 час 45 минут

В течении дня – лучший вид отдыха для ребенка – подвижные игры, занятия физкультурой и спортом. Кто из родителей не знает о пользе закаливания и физкультуры в укреплении организма ребенка, повышении его устойчивости к заболеваниям. Большинство из них умеет проводить закаливание осторожно и систематически, широко используя воздух, солнцу и воду (комнатные воздушные ванны, пребывание на свежем воздухе и т.д.). Но о значении активной деятельности для здоровья ребенка многие не знают. Часто взрослые предпочитают, чтобы ребенок играл в спокойные игры, меньше бегал и прыгал, что ведет к излишней вялости. Ограничивая ребенка в движении, родители неосознанно наносят вред здоровью ребенка. Не мало важной является ежедневная прогулка на свежем воздухе, активные игры с детьми – неперенный пункт в распорядке дня малыша, так как прогулки закаляют его организм, влияют на психологический фон ребенка. Кроме того, гуляя на улице с ровесниками, он получает много информации и приобретает опыт общения и поведения с разными людьми.

Длительность прогулки напрямую зависит от возраста, сезона, и погоды.

В холодное время года нужно проводить на улице, по меньшей мере, 2-4 часа в сутки, а летом ребенок может проводить все дома как можно больше времени.

Питание – это один из важных пунктов режима дня. Полноценное питание – это залог здоровья вашего чада. Наверное, не стоит напоминать, что то, чем вы кормите ребенка, должно быть исключительно качественным, свежим и здоровым. Питание должно быть сбалансированным, сочетая в равных количествах белки, жиры и витамины.

Дети, не соблюдая режим, больше подвержены простудным заболеваниям.

Таким образом, режим дня – это режим жизни. И насколько более тщательно родители продумают режим дня для своего ребенка и постараются внедрить его в жизнь, настолько это положительно отразится на всех сторонах жизни и здоровья вашего ребенка.

Примерный режим для дошкольника в семье:

8.00	Подъем
8.15	Гимнастика, умывание или обтирание
8.45	Завтрак
10.00	Занятия и игры дома
10.00- 13.00	Прогулка, игры на воздухе
13.00-13.30	Обед
13.30-15.00	Дневной сон
15.00-15.30	Полдник
15.30-18.30	Прогулка, игры на воздухе
18.30-19.00	Ужин
19.00-20.30	Спокойные занятия, вечерний туалет
20.30-21.00	Сон

Режим дня основан на правильном чередовании различных видов деятельности и отдыха в течение суток. Он способствует нормальному развитию ребенка, его здоровья, воспитанию воли, приучает к дисциплине. Режим не только организует ребёнка, но и стоит на страже его здоровья. Плюс к этому, вырабатываются полезные привычки, укрепляется воля, развивается организованность ребёнка. Можно сказать, что режим дня – это выверенное и продуманное чередование труда, отдыха, питания и сна, в соответствии с возрастом малыша. Конечно, чтобы режим дня превратился в привычку, родителям надо не только учить ребёнка этому, но и показывать на собственном примере важность и пользу режима. Помните, что именно в детстве закладываются все те хорошие привычки, которые затем, во взрослой жизни, помогут ребёнку.

Все родители пережили особенно напряженный период, когда только что явившийся в мир человек должен приспособиться к необычным условиям. Облегчить эту адаптацию - приспособление к жизни - родители обязаны организацией определенного режима: в определенные часы кормление, сон, бодрствование, пребывание на свежем воздухе и т.д. По мере роста ребенка распорядок его будет меняться. Но на всю жизнь должна сохраниться основа, заложенная в раннем детстве - чередование всех форм деятельности организма в определенном ритме. Воспитать в ребенке чувство ритма - не слишком сложно: самой природе присущ ритм. Малыш легко привыкает к предложенному ему режиму. Но родителям и другим окружающим взрослым соблюдать его без перебоев оказывается трудно: то жаль в хорошую погоду вовремя уйти с прогулки или прервать интересную игру, то произошла задержка с приготовлением пищи. А мозг ребенка фиксирует эту неустойчивость режима, и потому так трудно выдерживать его, когда ребенок становится старше и начинает просить "чуть-чуть" задержаться, опоздать, отложить и т.д.

Между тем именно соблюдение режима позволяет ребенку выработать необходимые для жизни реакции и рефлексы, сохранять и укреплять здоровье при напряженной смене различных раздражителей.

Важнейший компонент режима - сон. Дошкольники и школьники дома обычно встают в определенные часы (перед уходом в детский сад или в школу). Но ложатся спать в одно и то же время редко: в конце дня у них находятся неотложные дела, а родители добры. Вследствие этого у ребенка начинается хроническое недосыпание, которое он старается компенсировать долгим лежанием в постели в воскресенье, в каникулы. Недосыпание вызывает постоянное чувство вялости, расслабленности или, наоборот, возбуждения. И то, и другое пагубно отражается на общем развитии. Такой режим не только не восполняет отсутствие нормального сна, но и способствует развитию лени.



С первого дня жизни надо учить ребенка ритму во всем - в питании, труде, отдыхе, даже в опорожнении кишечника и мочевого пузыря. Беспорядочная деятельность последних вначале мешает отучить малыша пачкать штанишки, а в дальнейшем - может способствовать различным нарушениям функций этих органов. Сон в определенные часы суток в чистой отдельной постели, в свободном ночном белье восстанавливает затраченную за день энергию. В течение дня - лучший вид отдыха для ребенка - подвижные игры, занятия физкультурой и спортом. Кто из родителей не знает о значении закаливания и физкультуры в укреплении организма ребенка, повышении его устойчивости ко многим заболеваниям. Большинство из них умеет проводить закаливание осторожно и систематически, широко используя воздух, воду и солнце (комнатные воздушные ванны, пребывание на свежем воздухе и т.д.). Но в значении активных действий для здоровья ребенка многие не убеждены. Наоборот, некоторые матери и отцы, дедушки и бабушки предпочитают, чтобы ребенок играл в "тихие" (спокойные) игры, меньше бегал и прыгал, что ведет к излишней вялости. Сдерживая стремление ребенка бегать, прыгать родители неосознанно наносят вред здоровью ребенка.

Составляют режим дня с учетом состояния здоровья, возрастных анатомо-физиологических и индивидуальных особенностей ребенка. Режим дня предусматривает определенную продолжительность различных занятий, сна и отдыха, в том числе отдыха на открытом воздухе, регулярное и калорийное питание, выполнение правил личной гигиены. Приучать ребенка к соблюдению режима дня необходимо с первых дней его жизни. Это не только облегчает уход за младенцем, но с возрастом постепенно приучает ребенка к порядку и опрятности.

Формирование здорового образа жизни - это воспитание комплекса разнообразных навыков, правил, умений и знаний, которые дети могут применять на практике. Такой образ жизни создаёт у них мотивацию и стремление быть здоровыми, ценить хорошее самочувствие, уметь защитить себя и своих сверстников от вредных влияний среды и нежелательных контактов. Сформированные в раннем детстве навыки здорового образа жизни сохраняются и в дальнейшем. Ребёнок, взрослея, будет всегда защищен от разнообразных вредных воздействий, с которыми ему неизбежно придётся сталкиваться. Правильное физическое воспитание в сочетании с отвечающим гигиеническим требованиям режимом дня, достаточной продолжительностью сна и разумным питанием - залог нормального роста и развития ребенка. У детей, воспитывающихся в детском саду, день подчинен строгому распорядку с предусмотренными прогулками и подвижными играми на свежем воздухе, занятиями гимнастикой, ритмикой. Родителям остается следить за тем, чтобы дома, в выходные дни, режим не отличался от установленного в детском саду и ставшего для ребенка привычным. Если ребенок воспитывается дома, также надо выработать строгий режим и следить за его неуклонным выполнением. И насколько более тщательно родители продумают режим дня своего ребенка и постараются внедрить его в жизнь, настолько это положительно отразится на всех сторонах жизни и здоровья вашего ребенка.



Сенсорное развитие и развитие речи дошкольника

Подготовила учитель-логопед Костенкова В.А.

Сенсорное развитие ребенка - это развитие его восприятия и формирование представлений о внешних свойствах предметов: их форме, цвете, величине, положении в пространстве, а также запахе, вкусе и т. п.

Значение сенсорного развития в раннем и дошкольном детстве трудно переоценить. Именно этот возраст наиболее благоприятен для совершенствования деятельности органов чувств, накопления представлений об окружающем мире.

Готовность ребенка к школьному обучению в значительной мере зависит от его сенсорного развития. Исследования, проведенные советскими психологами, показали, что значительная часть трудностей, возникающих перед детьми в ходе начального обучения (особенно в I классе), связана с недостаточной точностью и гибкостью восприятия. В результате возникают искажения в написании букв, в построении рисунка, неточности в изготовлении поделок на уроках ручного труда. Случается, что ребенок не может воспроизводить образцы движений на занятиях физической культурой.

Сенсорное развитие детей дошкольного возраста с нарушением речи отличается качественным своеобразием.

У детей зрение и слух физиологически сохранены, однако процесс восприятия, который является компонентом сенсорного развития, несколько затруднен - снижен его темп, сужен объем, недостаточна точность восприятия (зрительного, слухового, тактильно-двигательного). Снижена скорость выполнения перцептивных операций. Затруднена ориентировочно-исследовательская деятельность, направленная на исследование свойств и качеств предметов. Требуется большее количество практических проб и примериваний при решении наглядно-практических задач, дети затрудняются в обследовании предмета. В то же время дети с общим недоразвитием речи, в отличие от умственно отсталых, могут практически соотносить предметы по цвету, форме, величине. Таким образом, эталонные представления не формируются своевременно. Ребенок, называя основные цвета, затрудняется в названиях промежуточных цветовых оттенков. Не использует слова, обозначающие величины ("длинный - короткий", "широкий - узкий", "высокий - низкий" и т. д.), а пользуется словами "большой - маленький". Недостатки сенсорного развития и речи влияют на формирование сферы образов-представлений. Из-за слабости анализирующего восприятия ребенок затрудняется в выделении основных составных частей предмета, определении их пространственного взаимного расположения. Можно говорить о замедленном темпе формирования способности воспринимать целостный образ предмета. Влияет на это и недостаточность тактильно-двигательного восприятия, которое выражается в недостаточной дифференцированности кинестетических и тактильных ощущений (температуры, фактуры материала, свойства поверхности, формы, величины), т. е. когда у ребенка затруднен процесс узнавания предметов на ощупь.

Исследование зрительного восприятия позволяет сделать выводы о том, что у дошкольников с нарушением речи данная психическая функция отстает в своем развитии от нормы и характеризуется недостаточной сформированностью целостного образа предмета. Исследования показывают, что простое зрительное узнавание реальных объектов и их изображений не отличается у этих детей от нормы. Затруднения наблюдаются при усложнении заданий (узнавание предметов в условиях наложения, зашумления). Так, эти дети воспринимают образ предмета в усложненных условиях с определенными трудностями: увеличивается время принятия решения, дети не уверены в правильности своих ответов, отмечаются ошибки опознания. Число ошибок опознания увеличивается при уменьшении количества информативных признаков предметов.

У детей с отклонениями в речевом развитии возникают трудности пространственной ориентации. Дети в основном затрудняются в дифференциации понятий «право» и «лево», обозначающих месторасположение объектов, возникают трудности в ориентировке в собственном теле, особенно при усложнении заданий. Способности устанавливать пространственные отношения между явлениями действительности в практической деятельности и понимать их в экспрессивной речи являются сохраненными. Но в экспрессивной речи дети часто не находят языковых средств для выражения этих отношений.

Это результат нарушения процессов перекодирования сохранной семантической программы в языковую форму. Пространственные нарушения у детей с речевой патологией характеризуются определенной динамичностью, тенденцией к компенсации.

Литературные источники указывают на важную роль чувственного опыта в формировании речи, и в частности ее номинативной функции. Восприятие и речь взаимообусловлены в своем формировании: константность и обобщенность восприятия, с одной стороны, и подвижность зрительных образов - с другой, формируются и развиваются под влиянием слова, последнее же, в свою очередь, возникает и уточняется на основе чувственной сферы.

Данные положения говорят о том, что сенсорное развитие ребенка - это важный этап развития ребенка в целом. У детей, имеющих нарушения речи развитие сенсорной сферы значительно отстает по срокам формирования и проходит чрезвычайно неравномерно. Тем самым нарушается формирование представлений о сенсорных эталонах, к которым относятся цвет, форма, величина. Поэтому так важно уделять внимание сенсорному развитию ребенка.

ЧЕМ ЗАНЯТЬ РЕБЕНКА ВЕЧЕРОМ (14 СПОКОЙНЫХ ИГР)

Подготовила социальный педагог Бочарова В.В.

Ребенок пошел в детский сад - и вы не можете узнать своего малыша: он становится неуправляемым, носится по квартире как метеор, скачет по диванам и кроватям, кричит, хохочет, легко срывается на слезы... "Как подменили ребенка! - сокрушаются родители. - Надо будет поговорить с воспитателем!". А в садике говорят: "Очень послушный мальчик!" или: "Такая тихая, спокойная девочка!". Мама и папа удивляются. А зря!

Даже для самого общительного ребенка детский сад - это стресс. Попробуйте провести несколько часов в большой шумной компании, - и если вы спокойный и "негромкий" человек, у вас вскоре разболится голова, начнет копиться раздражение, появится желание побыстрее уйти домой. А ваш малыш проводит в такой обстановке целый день, поэтому к вечеру бурлящее напряжение готово вырваться вместе со слезами, криками, капризами.

Что же могут сделать родители, чтобы помочь ребенку снять дневной стресс? К сожалению, волшебного средства - одного для всех - не существует. Всегда нужно учитывать индивидуальные особенности маленького человека: возраст, характер, темперамент.

Сначала стоит внимательно понаблюдать за ребенком, поговорить с воспитателями, чтобы определить, какая именно помощь нужна вашей дочке или сыну. Если малыш днем скован и робок, а вечером "наверстывает упущенное", нужно помочь ему расслабиться, выговориться, но не допускать, чтобы он еще больше возбудился.

Если же ребенок и в садике - "ураган", и дома никак не может остановиться, в силах родителей плавно, постепенно перевести энергию "в мирное русло". Хорошо заранее распланировать вечер так, чтобы ребенок постепенно освобождался от скопившегося напряжения, участвуя в жизни семьи, и вместе с тем чтобы у него осталось время побыть наедине со своими мыслями и событиями дня.

Один из лучших антистрессовых приемов - игра. Она позволяет ребенку раскрепоститься, расслабиться. Постарайтесь соблюдать несколько нехитрых правил. Во-первых, выбор - играть или не играть - должен всегда оставаться за ребенком. Возможно, как раз сегодня он настолько устал, что захочет просто погулять или почитать. Во-вторых, "вечерняя" игра не должна быть шумной, сопровождаться беготней и криками.

Если днем ваш ребенок - "тихоня", а вечером - "дикарь", хорошо помогает снять напряжение и дать выход деструктивной энергии игра "Рвакля".

Приготовьте ненужные газеты, журналы, бумаги и широкое ведро или корзину. Ребенок может рвать, мять, топтать бумагу, в общем, делать с ней все, что заблагорассудится, а потом бросать ее в корзину. Малышу может понравиться прыгать на куче бумажек - они отлично пружинят.

Если человек и в садике ни на минуту не присел, и дома никак не остановится, ему помогут игры с постепенным снижением физической нагрузки, не содержащие при этом элемента соревнования. Одной из таких игр является "Грибник". Предложите ребенку расставить кегли или небольшие игрушки в произвольном порядке на небольшом расстоянии друг от друга. Если у вас дома есть спортивный комплекс, игрушки можно развесить на нем. Затем попросите его закрыть глаза и по памяти собрать все предметы - "грибы" - в корзину. Собранные "грибы" можно сортировать по цвету, форме, размеру... К одному из предметов можно прикрепить записку с

дальнейшим планом вечера: "Давай почитаем?" или "Поможешь мне на кухне?".

Приглушив таким образом "лишнюю" энергию, можно перейти к обычным домашним занятиям - почитать, потанцевать, посмотреть диафильм. Даже если вам кажется, что занятий в садике недостаточно, постарайтесь снять с ребенка всю дополнительную нагрузку хотя бы на первый месяц адаптации к детскому саду. Постарайтесь, чтобы малыш как можно больше времени проводил на свежем воздухе. Если позволяет время, гуляйте вместе с ним - это идеальная возможность поговорить с сыном или дочкой, обсудить события дня. Не стоит откладывать этот разговор на "перед сном", - если произошло что-то неприятное или тревожащее малыша, не допускайте, чтобы это давило на него целый вечер.

Попробуйте исключить телевизор из вечерних развлечений малыша. Мерцание экрана только усилит раздражение и нагрузку на уставший мозг. Исключение можно сделать для "Спокойной ночи, малыши!", - эта передача идет в одно и то же время и может стать частью "ритуала" отхода ко сну.

Почти всем детям хорошо помогают справиться с дневным напряжением игры в воде. Наберите в ванну немного теплой воды, положите противоскользящий коврик, включите теплый высокий душ. Вся накипь дня - усталость, раздражение, напряжение - уйдет, "стечет" с малыша. Игры в воде подчиняются общему правилу, - они должны быть нешумными, спокойными. Вы можете пускать мыльные пузыри (попросите ребенка выдуть бо-о-ольшущий шар и малюсенький пузырик), играть с губками (смотреть, как они впитывают и отдают воду, устроить ребенку "дождик" из губки, превратить их в кораблики или в дельфинов), просто дать две-три баночки, - и пусть переливает водичку туда-сюда. Вид и звук льющейся воды действует умиротворяюще, - через 15-20 минут ребенок будет готов идти в кровать.

Создать атмосферу покоя и расслабления помогают и легкие, едва уловимые запахи. Для этого в аромалампу добавляется всего одна-две капли масла, например мандаринового. Теплый цитрусовый аромат хорошо освежает воздух, успокаивает, снимает нервное напряжение. Отлично снимает стресс запах мяты, - он хорошо освежает и бодрит. Но не стоит использовать его, если ребенку меньше шести лет, и лучше не делать это перед сном.

Если же ваш ребенок аллергик, и вы не решаетесь использовать ароматические масла, положите в детскую подушку небольшой холщовый мешочек с корнем валерианы или прикрепите его к изголовью кровати, - это поможет малышу спать спокойнее.

Перед сном вы можете сделать малышу расслабляющий массаж, послушать вместе тихую мелодичную музыку, кассету с записями шума моря или звуков дождя. Вспомните все радости прошедшего дня, пофантазируйте, как может пройти следующий. Каким бы замечательным ни был детский сад, какие бы профессионалы в нем ни работали, никто не поможет вашему ребенку лучше, чем вы. Если малыш будет твердо знать, что в конце шумного дня его ждет "тихая пристань", восемь часов в садике не покажутся ему такой оглушающей вечностью, и стресс отступит.

1) ЮНЫЙ МЕТАЛЛИСТ

Вам понадобится коробка канцелярских скрепок. На стол насыпают скрепки. По сигналу ведущего соперники (2-4) собирают цепь с помощью скрепок. Победителем считается тот, кто за определенное время соберет самую длинную цепочку из скрепок.

2) ЗОЛУШКА

Вам понадобятся: Семена фасоли, тыквы, крупные макаронные изделия, и т.п. Все семена перед игрой смешивают и разделяют на одинаковые кучки по количеству игроков. По сигналу ведущего участники игры должны рассортировать все семена по разным кучкам. Побеждает первый, справившийся с заданием. Варианты: Провести конкурс с завязанными глазами, устроить командное соревнование.

3) ГДЕ БУДИЛЬНИК

Все дети выходят из комнаты. Кто-нибудь прячет большой, громко тикающий будильник. Дети возвращаются и ищут будильник. Если кто-то нашёл его, то шепчет на ухо ведущему, где будильник и молча садится на пол. Ребёнок, который остался стоять последним, в наказание развлекает всех детей - поёт или читает стихотворение. Совет: для маленьких детей будильник лучше поставить на блюдце или что-то металлическое, чтобы его было лучше слышно.

4) ОБМЕН ОДЕЖДОЙ

Дети садятся в круг и внимательно смотрят на одежду друг друга, стараясь запомнить, кто во что одет. Затем считалкой выбирают водящего и он выходит за дверь. Несколько детей меняются одеждой и зовут водящего. Он должен определить, на ком надеты чужие вещи и кому они принадлежат.

5) ОБУВНОЙ САЛАТ

Вам понадобится много пар обуви, полотенца. Дети садятся в кружок или за столом, закрытым бумагой или клеёнкой. Каждый кладёт свою туфельку или тапочек на стол. Затем дети по очереди подходят к столу с завязанными глазами и пытаются найти на ощупь свою обувь.

Вариант: Для детей постарше - искать свою обувь на столе всем одновременно. Угадай по голосу.

Дети садятся в ряд. К ним спиной садится водящий, рядом помощник (лучше взрослый).

Помощник подзывает детей по одному, не называя имён. Дети за спиной водящего голосом изображают какого-нибудь животного. Водящий должен угадать, кто это. Если угадал – меняется с ним местами.

6) ЗЕМЛЯ, ВОЗДУХ, ВОДА

Дети садятся в ряд или круг. Водящий ходит перед ними и, указывая на каждого по очереди, произносит: «Вода, земля, воздух.» В любой момент он может остановиться. Если водящий остановился на слове «Вода», то ребенок, на которого он указал, должен назвать рыбу, пресмыкающееся или животное, живущее в воде. Если названо «Земля» - нужно назвать того, кто живёт на земле. Если названо «Воздух» - того, кто летает.

7) ЧТО В СУНДУКЕ?

Готовится сундук (коробка) наполненный разными вещами. Каждый из игроков засовывает руку в сундук (смотреть нельзя!!!), нащупывает любую вещь и говорит, что это, а потом вытаскивает - для проверки.

8) РИСУЕМ ПО ПАМЯТИ

Для любого количества играющих. Первый из игроков рисует на доске или мольберте домик. Следующий игрок запоминает рисунок, затем закрывает глаза, поворачивается вокруг себя и, не открывая глаз, дорисовывает к домику окошко, дверь, трубу или птицу на крыше. Что за рисунок получится в конце концов?

9) ОСТРЫЙ ГЛАЗ

Участникам игры предлагается рассмотреть какую-либо банку, миску или кастрюлю. Брать в руки нельзя. Затем возьмите лист бумаги и попробуйте выстричь крышки для банки так, чтобы они точно совпали с отверстием банки. Побеждает тот, у кого крышечка точно совпадёт с отверстием банки.

10) НРАВЯТСЯ ЛИ ТЕБЕ ТВОИ СОСЕДИ?

Все сидят в кругу, водящий-в центре. Он спрашивает всех по очереди: "Нравятся ли тебе твои соседи?". Если кому-то не нравятся, следует вопрос: "Какие соседи тебе нужны?". Игрок должен назвать либо имена, либо какой-то признак, который должен присутствовать у новых его соседей. Например: "Мне нужны соседи в джинсах"-тогда все, кто в джинсах, меняются местами, двое из них садятся на места бывших соседей. Водящий также может занимать освободившееся место. Кому стула не хватило, тот становится водящим, и все начинается с начала.

11) 1-2-ДОБРЫЙ ДЕНЬ

Играют все по цепочке. Надо считать по порядку от одного до бесконечности (сколько получится), но вместо чисел, которые оканчиваются на три или делятся на три, надо говорить "добрый день". Т. е. первый говорит "один", второй-"два", третий-"добрый день", четвертый-"четыре", пятый-"пять", шестой-"добрый день", и т.д. Тот, кто ошибся, выбывает из игры, пока не останется один победитель.

12) БАБУШКА ПОШЛА НА БАЗАР И КУПИЛА...

Играют стоя в кругу. Ведущий начинает: "Бабушка пошла на базар и купила старую кофемолку" и показывает как она будет молоть кофе (правой рукой крутит воображаемую ручку кофемолки). Рядом стоящий повторяет те же слова и тоже начинает крутить ручку и т.д. по кругу. Когда все включаются в процесс, очередь снова доходит до ведущего и он показывает следующее движение: "Бабушка пошла на базар и купила старый утюг" (гладит левой рукой, не переставая молоть). Следующие круги: бабушка купила старую швейную машинку (нажимать ногой на педаль), кресло-качалку (покачиваться) и наконец, часы с кукушкой ("Ку-ку, Ку-ку, Ку-ку, "). Смысл в том, чтобы выполнять все действия одновременно.

13) КОРОЛЬ ТИШИНЫ

Король сидит на стуле. Другие игроки сидят полукругом в нескольких метрах от него, таким образом, чтобы хорошо его видеть. Жестом руки король вызывает одного из игроков. Тот встает и бесшумно направляется к королю и садится у его ног, чтобы стать министром. Во время этого перемещения игрок внимательно слушает. Если игрок произведет хоть малейший шум (шорох одежды, и т.д.), король его отправляет на место жестом руки.

Король сам должен сохранять молчание. Если он издаст звук, если он издаст звук, его тут же свергают с трона и заменяют первым министром, который занимает свое место в полной тишине и продолжает игру (или уставший король объявляет, что он должен быть заменен и приглашает

министра сесть на его место).

14) ЭТО - МОЙ НОС

Игроки садятся в круг. Ведущий начинает, говоря своему соседу слева: "Это--мой нос", но в то же время касается своего подбородка. Сосед должен ему ответить "Это-мой подбородок", показывая на свой нос. Получив правильный ответ, он поворачивается к своему соседу справа и говорит ему: "Это-моя левая ступня", показывая ему правую ладонь. Его сосед должен ответить: "Это моя правая ладонь", указывая на свою левую ступню и т.д. Следует всегда показывать часть тела, отличную от той, о которой говорят