

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад №49 «Родничок»**

**Консультация для родителей
«Почему ребенку нужна игра?»**

**Подготовила:
Кизилова Е.И.,
воспитатель**

«Игра - это школа произвольного поведения» (Д. Б. Эльконин)

«Игра - школа морали в действии» (А.Н. Леонтьев)

Дошкольный возраст – замечательный период в жизни любого человека. Это время, когда развиваются мотивации, желание что – то делать, выражать себя, творить, общаться. Всё это происходит в собственной активности ребёнка – в игре, рисовании, конструировании, танцах, песни. Все психологи единодушно утверждают: без игры невозможно нормальное развитие ребёнка. А в дошкольном возрасте от 3 до 7 лет игра является ведущей деятельностью, т. е. Определяет развитие ребёнка и закладывает основы его будущего становления. Игра – школа общения. Главным условием возникновения ролевой игры является наличие взаимоотношений между людьми. В игре ребёнок примеряет на себя новые роли, учится жизни. Игра рождается не вследствие каких-то внешних предпосылок (игрушки, возраст), а вследствие внутренней потребности в ней, потребности в освоении человеческих отношений. Характер воссоздания отношений в игре между людьми может быть очень разным. Это могут быть отношения взаимной помощи и сотрудничества, заботы и внимания, разделения труда, но также и отношения властвования, даже деспотизма, враждебности, грубости и т. д. Игра — школа реальных взаимоотношений, школа уступок и терпимости.

Основной мотив игры – действовать как взрослый. Но для того, чтобы в игре детей появились позитивные мотивы взаимоотношений, необходимо, чтобы взрослый стал для ребёнка образцом, эталоном, «мерой всех вещей».

Учите детей играть! Как часто родители слышат от ребёнка: «Поиграй со мной, ну пожалуйста! ». И какую радость он испытывает, когда мама или папа, оторвавшись наконец от бесконечных дел и забот, соглашаются побыть пациентом в больнице, покупателем в супермаркете или клиентом в парикмахерской. Ребёнок, наблюдая за мамой, будет сам играть также, внося свои изменения, дополняя эти действия. Обращайтесь к ребёнку через роль, просите его «полечить», «продать» и т. д. Принять на себя роль – значит действовать как кто - то, поставить себя на его место. Причиной появления игровой роли является стремление ребёнка включиться в заманчивый для него мир взрослых. Показателем появления роли является ответ на вопрос «Кто ты? ». Если ребёнок ответит, что он космонавт, шофёр и т. д., значит, он принял роль.

Если ребёнок овладеет способами ролевого поведения в игре со взрослым, то начнёт развёртывать более разнообразную деятельность, переключаясь и на другие роли. Если любимая роль повторяется в разнообразных сюжетах, то в этом, по мнению специалистов, нет ничего плохого. Нельзя допускать, чтобы дети выбирали игры с отрицательным содержанием, поскольку переживания, связанные с игрой не проходят бесследно. Переключайте игру, придавая ей положительное содержание.

Игра доставляет ребёнку много положительных эмоций, он очень любит, когда с ним играют взрослые. Не лишайте его этой радости, помните, что вы и сами были детьми.

Игра для ребёнка – это не только удовольствие и радость. Это мир, в котором он живёт, через который постигает жизнь, учится строить взаимоотношения с другими людьми. Неразвитость ролевой игры свидетельствует об отсутствии, дефиците или деформации взаимоотношений в семье или в группе сверстников.

С помощью игры можно развивать память, внимание, мышление, воображение – психические функции, необходимые для успешного обучения в школе, благополучной адаптации в новом коллективе.

Когда дети играют дома – родителям приятно. Но что такое детская игра? Для чего она? Некоторые родители считают, что это баловство, шалости, забава, которые ребёнку ничего не дают. Давайте разберёмся в этом и сделаем выводы. Оказывается, игра – основной, ведущий вид деятельности дошкольника. От рождения до семи лет психологи, учёные выделяют три вида деятельности: 1 – Общение от рождения до года. 2 – С одного года до трёх лет – предметная деятельность. 3 – С трёх до семи лет – игра особенно сюжетно – ролевая. Почему ведущий? Потому что развивают все психические процессы детей, мышление и речь, внимание, память, воображение. Жизнь малыша - это период, когда он избавлен от труда, от учёбы, не страшится ни холода, ни голода, ни болезни. Всё каким – то волшебным образом появляется на столе, в шкафу, в холодильнике и никаких забот. Но ведь ему хочется принять участие в жизни взрослых людей. Пусть не по – настоящему, пусть «понарошку». А что в это поиграть? Зачем ждать, когда вырастешь, когда уже сейчас можно сесть за штурвал корабля, слетать в космос, быть пожарником, спасателем, доктором, или просто мамой, папой. А много и не надо, возьми предметы пусть маленькие, упрощённые и пользуйся, дерись с пиратами, защищай родину от врагов. И ребёнок играет. Уже на втором году жизни кормит куклу, купает её. Кажется, простое подражание, но какой шаг в развитии. Он может использовать лоскуток как одеяло, палочку как ложечку, пить из пустой кружки. Появляется воображение, он использует заменители предметов. Но вы рядом. Он играет, но косвенно обращается к вам, ему нужно получить одобрение и оценку. Уйдите из комнаты и игры, нет. С трёх до пяти лет игра становится сложнее. Дети хотят принять участие в настоящей жизни. Играют вместе, берут роли, братья, сёстры объединяются. И в играх появляется всё новое, что они увидели по телевизору, в кино, что им прочитали. И вот уже не только будни, но и жизнь города, страны. Появляется проводник, машинист, бэтман - человек – паук. И ему всё равно, что вместо ракеты пара стульев, а на голове не шлем, а шляпа из бумаги. Он оживляет предметы, они разговаривают, но он знает, что это не живое. У родителей возникают вопросы: сколько времени должен играть ребёнок, стоит ли отвлекать другим занятием? Ответ: Надо дать ребёнку возможность играть. Если он не наиграется в детстве, то не будет успеха в серьёзной деятельности. Ребёнок развивается в игре – учится обобщать, анализировать то, что нужно, развивается фантазия,

способность концентрировать внимание. Педагоги говорят – каков ребёнок в игре таков будет в будущей жизни.

Если ребёнок хорошо играет – значит, он учиться мыслить, действовать, значит он не будет бесполезным фантазёром. А значит, родителям не следует жалеть времени на игру. Вы должны понять игра – серьёзный вид деятельности, орудие самовоспитания ребёнка. Если ваш малыш спокойно и подолгу играет – значит, ребёнок развивается правильно!

«Почему ребенку нужна игра»

(советы родителям)

В играх у детей развивается личность во всех сферах: познавательной, эмоциональной, социальной, творческой, двигательной и мотивационной. Существует огромное количество игр, цель которых сформировать те или иные навыки ребенка, дать ему новую информацию о мире, воспитать положительные черты характера. А вот какие именно навыки получают дети в игре, об этом мы и расскажем.

В играх со шнурованием улучшаются глазомер, внимание, усидчивость, укрепляются пальцы и вся кисть руки (мелкая моторика). Это наилучший способ подготовить руку к письму.

Подвижные игры развивают силу, выносливость, ловкость, улучшают осанку.

Сейчас в магазинах большой выбор настольных игр. Не обходите их вниманием! Они способствуют развитию сообразительности, внимания. Учат быстро ориентироваться в форме, цвете, величине. Помогают усвоить грамоту и счет.

Командные игры учат ребенка сотрудничать, отстаивать свою точку зрения, разрешать конфликтные ситуации (пусть порой и с помощью взрослых).

В ролевых играх малыши привыкают справляться со своими эмоциями. Радоваться и показывать свое счастье на людях, скрывать в нужные моменты грусть и разочарование, переживать свой гнев, зависть, тревогу и беспокойство.

Игры в прыгающих зайчиков и кричающих уток воспитывают чувство юмора у детей.

Пальчиковые игры стимулируют развитие речи, пространственное мышление, внимание, воображение. Дети лучше запоминают стихотворные тексты, и их речь становится более выразительной.

Играя в конструкторы, строительный материал и различные технические игрушки (подзорные трубы, игрушечные фотоаппараты,

калейдоскопы), у ребенка развивается изобретательность, проявляются конструкторские способности и интерес к строительству и технике.

Театральные игры обогащают детское художественное восприятие.

Интерактивные игры (дочки – матери) учат ребенка взаимопомощи и взаимодействию с другими людьми, знакомит со взрослым миром на детском языке.

В наше время родители все чаще воспринимают детские игры как бесполезное занятие и развлечение, пустую трату времени. Многие готовят своих детей для жизни в мире, основанном на выживании и конкуренции, где успех и карьера зависят лишь от интеллектуальных способностей. Меняют любимые игры своих малышей на серьезные занятия – письмо, счет, чтение и раннее обучение языкам. Но игра по-прежнему нужна ребенку не меньше чем воздух, вода, еда.

В играх у детей развивается личность во всех сферах: познавательной, эмоциональной, социальной, творческой, двигательной и мотивационной. Существует огромное количество игр, цель которых сформировать те или иные навыки ребенка, дать ему новую информацию о мире, воспитать положительные черты характера. А вот какие именно навыки получают дети в игре, об этом мы и расскажем.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В РАЗВИТИИ РЕЧИ ДЕТЕЙ»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Формирование и развитие речи происходит постепенно. Это довольно длительный и сложный процесс. И если родители часто общаются с малышом, играют с ним, читают ему книги, учат с ним стихи, то обычно речь ребенка развивается своевременно и правильно. Родители должны знать, что речь не передается по наследству, ребенок перенимает опыт речевого общения от окружающих, то есть овладение речью находится в прямой зависимости от окружающей речевой среды. Поэтому очень важно, чтобы взрослые в разговоре с малышом следили за своим произношением, говорили с ним не торопясь, четко произносили все звуки и слова спокойным, приветливым тоном. Неряшливая, торопливая речь взрослых отрицательно скажется на речи ребенка, он может также не внимательно относиться к своему высказыванию, не заботиться о том, как его речь воспринимается слушателем.

Если дома постоянно говорят громко, торопливо, раздраженным голосом, то и речь малыша будет такой же. Нередко причиной неправильного произношения звуков является подражание ребенком дефектной речи взрослых, с которыми часто малыш общается. Важно в общении с ребенком, особенно в младшем и дошкольном возрасте не «подделываться» под детскую речь, не произносить слова искаженно, не употреблять вместо общепринятых слов усеченные слова или сюсюкать. Это ничего, кроме вреда, ребенку не дает – будет лишь тормозить усвоение звуков, задерживать своевременное овладение словарем. Отрицательно сказывается на речи малыша частое употребление взрослым слов с уменьшительными, ласкательными суффиксами, а также произнесение недоступных для понимания слов; слов сложных в звуко-слоговом отношении. Если ребенок неправильно произносит какие-либо звуки, слова, не следует передразнивать его, смеяться, или, наоборот хвалить его за такие успехи. В то же время нельзя требовать правильного произношения в тот период жизни малыша, когда этот процесс не закончен. Родители должны знать, в какие сроки и какие звуки ребенок должен произносить правильно. Неправильное произношение некоторых звуков на определенных жизненных этапах связано с физиологическими особенностями развития детской речи. Обычно в семье поправляют ребенка, когда он неправильно произносит тот или иной звук, или слово, но делают это не всегда верно. К исправлению речевых ошибок надо подходить очень осторожно. Нельзя ругать малыша за его плохую речь и требовать, чтобы он немедленно и верно повторил трудное для него слово. Часто это не приводит к положительному результату, а иногда ведет к тому, что малыш старается не употреблять его, заменяя другим, порой неудачным, или вообще отказывается говорить, замыкается. Исправлять ошибки надо в тактичной форме, в доброжелательном тоне. Дать правильный образец произношения, и по возможности не повторять неправильно произнесенное ребенком слово. Ошибки в произнесении слов могут выражаться не только в неправильном звукопроизношении, но и несоблюдении норм литературного

произношения. Чтобы исправить, а потом и закрепить правильное произношение этого слова, можно предложить в игровой форме неоднократно произнести его верно, например, в игре «телефон», когда это слово в игре неоднократно повторяется (кукла звонит, мишка звонит и т.д.)

В процессе овладения речью у ребенка вырабатывается определенное чувство языка, он усваивает определенные правила и законы грамматики; изменяет слова: ковер – ковров, окно – окон, лампа – ламп (правда, вначале он ограничивается лишь одной формой, например, использует во множественном числе существительные в родительном падеже с окончанием – ов, - ев) – ковров, окон, карандашов; строит различные по конструкции предложения, связывая слова соответственно правилам грамматики. Указывая на существование у ребенка определенного чувства к языку, К.И. Чуковский отмечает: «Страшно подумать, какое огромное множество грамматических форм сыплется на бедную детскую голову, а ребенок, как ни в чем не бывало, ориентируется во всем этом хаосе, постоянно распределяя по рубрикам беспорядочные элементы услышанных слов и при этом, даже не замечая своей колоссальной работы. У взрослого лопнул бы череп, если бы ему пришлось в такое малое время усвоить то множество грамматических форм, которые так легко и свободно усваивает двухлетний «лингвист».

Овладение ребенком речью находится в тесной взаимосвязи с его умственным и психическим развитием. Расширяя круг представлений ребенка об окружающих предметах и явлениях, знакомя его с художественными произведениями, беседуя с ним на различные бытовые темы, близкие и доступные для понимания, родители будут тем самым не только расширять кругозор, но и способствовать быстрейшему овладению им правильной речи. В семье для ребенка необходимо создавать такие условия, чтобы он испытывал удовольствие от активного общения со взрослыми, получал от них не только новые знания, но и обогащал свой словарный запас, учился верно строить предложения, правильно и четко произносить звуки и слова.

В раннем возрасте велика склонность к подражанию, что является благоприятным фактором для развития активной речи ребенка, и служит предпосылкой к формированию и развитию разговорной речи. Формирование разговорной речи происходит в дошкольном возрасте. За прошедшие три года жизни ребенок успел накопить значительный объем знаний и запас представлений об окружающем его мире, приобрел некоторую самостоятельность и уже имеет определенный практический опыт действия с различными предметами. Трехлетние дети уже начинают высказывать простейшие суждения о предметах явлениях, делать умозаключения о них, устанавливать зависимость между ними. У ребенка формируется способность к обобщению, он начинает объединять ряд предметов, сходных по значению, в единую группу, различать предметы, близкие по внешним признакам. Постепенно совершенствуется

грамматическая правильность речи. На вопросы взрослых ребенок отвечает развернутыми фразами, состоящими из 3-4 и более слов. Понятнее становится речь в целом, отчетливее произношение слов и звуков. В этом возрасте ребенок легко запоминает и усваивает основные грамматические формы. Играя с малышом, родители могут поупражнять его в правильности согласования имен существительных с разными частями речи, например, с глаголами. Взрослый говорит: «Сейчас к нам в гости придут игрушки, а ты скажешь, кто приехал». Например, берет куклу и спрашивает: «Кто к нам приехал в гости?». Ребенок должен дать полный ответ: «К нам в гости приехала кукла, кошка, собака», но «приехал медвежонок, слон». Называя количество предметов, ребенок употребляет слова один, много. Если малыш неверно согласовывает существительные с этими словами, то надо поправить его, выделяя голосом существительное, дать образец правильной речи: много стульев (а не стулов). Научить ребенка правильно употреблять слово в нужном падеже, а также верно употреблять предлоги можно следующим образом. Взять любую игрушку и, ставя её в разные места, спросить, где кукла (машина, зайка). Положить куклу на стол, в коробку, под стол, на шкаф и спросить: откуда вы берете куклу (из шкафа, из-под стола, со шкафа, из коробки).

Формирование разговорной речи происходит, прежде всего, в повседневном общении с ребенком, в реальных жизненных ситуациях. Например, после возвращения малыша с прогулки пусть кто-нибудь из старших спросит: «Кого (или что) ты видел на улице? С кем играл? Какие игрушки были у Миши (у Тани?) Что ты лепил из снега?». Вопросы побуждают ребенка к ответу. Надо добиваться, чтобы ребенок давал полные ответы, рассказывал не только о том, с кем играл, но и о том, какая игрушка была у товарища, мог кратко описать её. Темы для разговора с ребенком могут быть самыми разнообразными – это и покупка новых игрушек, посещение поликлиники, магазина, прогулки в лес, парк, поездка за город. Взрослый задает вопросы, направляет разговор, стремится заинтересовать малыша, предлагает вспомнить что-либо.

Дети обычно с удовольствием рассматривают картинки в книгах. Но книги должны соответствовать возрасту малыша, быть понятными. Прежде, чем требовать от ребенка, чтобы он рассказал вам, что изображено на картинке, покажите, как это делается. Надо учить ребенка выделять сначала главное, потом – второстепенное. Так, например, рассматривая иллюстрации, на которых изображены дети, спросить сначала малыша, кто изображен на рисунке, что они делают, затем обратить внимание на то, как одеты дети. Предложить ему определить время года. Спросить его, почему он считает, что на рисунке изображена зима, а, например, не лето (дети катаются на санках, на коньках или лыжах, одежда на них теплая – зима; дети купаются, загорают, на деревьях зеленые листья – лето и т.д.).

Чтение художественных произведений значительно расширяет знания ребенка об окружающих предметах, явлениях, о жизни и труде взрослых.

Формирование и развитие разговорной, связной речи происходит прежде всего в процессе повседневного общения со взрослыми. В четырехлетнем возрасте ребенок обычно задает родителям много вопросов, его интересует буквально все: откуда берется хлеб, почему машина едет, куда убегает водичка, которая льется из крана, откуда берутся дети и т.д. Иногда родители стараются уклониться от вопросов, но иногда и выговаривают раздраженно: «Не приставай с глупыми вопросами». Конечно, не на все вопросы ребенка можно дать исчерпывающий ответ, но в любом случае надо все-таки в доступной форме объяснить то, что его интересует. Необходимо помнить, что ребенок дошкольного возраста черпает свои знания, усваивает новые слова только благодаря общению его со взрослыми.

Развитие разговорной речи является важным этапом в формировании у ребенка связной речи. В этом возрасте малыш очень любит рассказывать о чем-то, делиться своими наблюдениями, впечатлениями, сочинять. Как бы вы ни были заняты, надо поддержать такую речевую активность ребенка, уметь выслушать его, помочь ему правильно передать содержание прочитанной книги. Если ребенок неразговорчив, то надо постараться вызвать его на разговор. Спросить, что он собирается сейчас делать, как будет строить домик, какие детали для этого ему понадобятся.

Родители должны обращать внимание не только на обогащение словаря ребенка, развитие разговорной речи и её грамматической правильности, но также и на звуковую сторону речи. Для успешного усвоения звуковой стороны речи необходимо приучать ребенка слушать речь окружающих, сравнивать свою речь с речью взрослых, контролировать свою речь. Ребенок, который замечает недостатки в произношении, будет стараться их исправить.

Немаловажная задача, стоящая перед родителями – научить ребенка управлять речевым дыханием. Когда ребенок начинает употреблять довольно сложные предложения, состоящие из 3-5 и более слов, для свободного и слитного их произнесения нужно уметь правильно производить выдох, чтобы воздуха хватило на часть фразы или на всю фразу. Для усиления и удлинения выдоха необходимо приучать ребенка правильно расходовать воздух. Для этого можно предложить ребенку дуть на небольшие полоски бумаги или ватку. Для развития речевого дыхания хорошо предложить ребенку произносить на одном выдохе несколько гласных звуков. Шутки – чистоговорки, произнесенные на одном выдохе тоже способствуют выработке речевого дыхания: ха-ха-ха – поймали петуха, ко-ко-ко – мы едем далеко.

Следующая важная задача, которая стоит перед родителями – научить ребенка управлять своим голосом. Маленького ребенка следует приучать пользоваться своим голосовым аппаратом, воспитывать умение следить за своей речью. Прежде всего, надо научить ребенка слушать и отличать громкую речь окружающих от тихой. Для этого надо произносить одну и ту же фразу с различной громкостью и предложить ребенку определить, когда

вы её произнесли очень громко, громко, тихо, шёпотом. Хороши использовать игры, которые помогут ребенку управлять собственным голосовым аппаратом, например, игра «Ветер и ветерок». Ребенок внимательно слушает, как воет сильный ветер (громко и протяжно произносить звук у), а затем как гудит небольшой ветерок (звук у произносить тихо).

Речь ребенка зависит от речи окружающих его взрослых. Если родители неверно ставят ударение в словах (звонит, каталог, договор, квартал), изменяют по падежам несклоняемые существительные, то нет ничего удивительного в том, что дети допускают эти ошибки в своей речи. Расширение словарного запаса детей происходит при непосредственном восприятии окружающей действительности. Общение со взрослыми обогащает ребенка, доставляет ему много радости. Совместные прогулки дают знания, как ребенку, так и взрослому. Поделитесь своим впечатлением об увиденном, спросите, как к этому относиться малыш. Свое ощущение, радость от увиденного и познанного ребенок выражает в рисунке, в стихотворении.

Овладение речью и дальнейшее её формирование находится в тесной зависимости от физического и психического развития ребенка, от состояния и особенностей развития его высшей нервной деятельности. Следовательно, для правильного и эффективного воздействия на формирование речи ребенка родителям нужно учесть следующие моменты:

1. Следует реально оценить состояние здоровья своего ребенка, (в последние годы резко увеличилось количество детей с различными отклонениями в развитии головного мозга, а при этом одной из первых страдает именно речь).
2. Если родителей что-то беспокоит в речевом развитии ребенка, не надо бояться обращаться за консультацией к специалистам. Здесь надо отметить важность и необходимость пропедевтической работы с родителями детей 2-4 лет. В нашей стране обследование речи ребенка специалистами проводится в, основном, тогда, когда ему исполнится пять лет, а то и непосредственно перед самой школой. Этому есть свое объяснение. Известно, что становление речи завершается примерно к пяти – шести годам. Получается, что, пока происходит развитие речи, практически никто не вмешивается в этот процесс, не бьет тревогу. Когда же речь устоялась (вместе с дефектами), специалисты принимаются за дело. Это нельзя признать правильным, особенно если учитывать состояние здоровья современных детей. Многие исследователи в разные годы неоднократно подчеркивали: не надо ждать, когда закончится процесс развития речи ребенка, - необходимо оказывать ему разностороннюю помощь до завершения этого процесса, способствуя, таким образом, предупреждению возможных речевых расстройств. Своевременное и полноценное формирование речи в дошкольном детстве – одно из основных условий

нормального развития ребенка. Уважаемые родители, желаем вам успеха в совместной работе с детьми в речевом развитии.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«ПЕРВЫЕ ШАГИ В МАТЕМАТИКУ»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Дети пяти лет проявляют большой интерес к счету, цифрам, геометрическим фигурам, выполнению разных задач с числами, проявляют творческий подход на занятиях по математике и тематических мероприятиях. Большую роль в освоении элементарных математических представлений играют регулярные занятия в дошкольном учреждении.

Воспитатель на занятиях способствует осмыслению детьми чисел и их месту в натуральном ряду. Дети осваивают числа первого десятка. При этом следует ориентироваться на развитие у детей числовых представлений, а не на формальное усвоение чисел и простых действий с ними. Это выражено в умении детей образовать число больше или меньше заданного, понимать равенство или неравенство предметов по числу, находить пропущенное число. Дети осваивают измерение и используют его в повседневной жизни, с легкостью сравнивают предметы (большой – маленький, высокий – низкий), знают дни недели, времена года и части суток.

Освоение необходимых по программе знаний происходит в интересных ребенку играх, творческих заданиях, практических упражнениях. Применяя на занятиях игры, воспитатель организует легкое и активное общение с детьми, исключая навязчивые повторения.

Изучение детьми материала заданного в программе воспитания и обучения происходит интегрировано с другими видами деятельности: развитие речи, рисование, конструирование и т.д.

Также в игровой деятельности, дети используют полученные на занятиях по математике знания. Дети не только пользуются известными дидактическими играми по математике, но могут придумывать и свои.

Родители в старшем дошкольном возрасте могут помочь своим детям глубже освоить основы математики через прописи, настольные игры, обучающие мультфильмы и компьютерные игры по математике

В старшем дошкольном возрасте методы и формы работы по формированию основ элементарных математических представлений могут быть весьма разнообразны:

1. Игровые обучающие ситуации.
2. Беседы.
3. Прописи.
4. Настольные игры.
5. Считалки, пальчиковая гимнастика.
6. Математические загадки.
7. Интегрированные занятия.
8. Использование мультимедийных технологий.
9. КВН, викторины, праздники.
10. Работа с семьей.

Задачи математического развития детей старшего дошкольного возраста состоят в воспитании у них умений самостоятельно применять полученные знания: счет, сравнение, измерение, классификацию и находить нужный способ выполнения задания.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«ЗДОРОВЬЕ ВСЕМУ ГОЛОВА»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

-
Запомни:

Здоровье дороже богатства

Здоровым будешь – всё добудешь

Здоровье не купишь

В здоровом теле – здоровый дух

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

Как повысить иммунитет

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

Настойка элеутерококка (1 капля на 1 год жизни)

Сок моркови (50,0г)

Сок свёклы (50,0г)

«Флорента» - 1 ч.л. на ¼ стакана воды, курс 10 дней («Арго», ул.Шагова,4)

«Аевит» (витамины)

Рыбий жир

Оротат калия (курс лечения 10 дней)

100г – дрожжи, 1 ст.л. – сах. песка, 1 ч.л. – какао растопить, добавить 100г тёртого ореха (Применять по 1 десертной ложке в день)

100г изюма, 100г кураги, 100г грецких орехов, лист столетника перемолоть, добавить 100г мёда и сок 1 лимона (Принимать по 1 столовой ложке в день)

Лук от семи недуг

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

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

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

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

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

Грипп

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

Мы предлагаем наиболее доступные в домашних условиях методы профилактики гриппа:

Избегать массового скопления людей

Применять препараты, содержащие витамин С (аскорбиновая кислота ½ драже 3 раза в день или сироп шиповника 1 ч.л. 3 раза в день)

Смазывание носа оксолиновой мазью

Вдыхание паров лука и чеснока

Настойка элеутерококка 2 раза в день утром и в обед за 30 минут (1 капля на год жизни детей)

300г грецких орехов, 300г кураги, 300г изюма, 2 лимона с цедрой пропустить через мясорубку. Добавить 300г мёда. Применять по 1-2 ч.л. в день

Чеснок натереть на тёрке, смешать с мёдом (1:1). Принимать детям по 1 ч.л., взрослым по 1 ст.л., запивая водой, перед сном.

Смазывать заднюю стенку глотки растительным маслом (оливковым, персиковым, абрикосовым, маслом шиповника). Для этого 2-3 раза в день закапывайте масло в нос (половину пипетки в каждую ноздрю), после этого сразу же лягте на спину, чтобы масло прошло через полость носа и, достигнув задней стенки глотки, смазало её. Достаточно полежать 5-10 минут.

Ларингит

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

При этом заболевании необходим голосовой покой. В первые 3-4 дня хороший эффект дают ножные ванны (1 ст.л. порошка горчицы на 5 литров горячей воды) и согревающие компрессы на область гортани. Смочите чистую мокрую тряпочку тёплой водой, наложите её на область гортани, сверху вощённую бумагу или часть полиэтиленового пакета, затем слой ваты и всё прибинтуйте.

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

Фарингит и ларингит

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

При остром фарингите воспаляется слизистая оболочка задней стенки глотки. Его первые симптомы: ощущение першения, сухости, царапанья в глотке. Может повыситься температура тела. Уменьшить неприятные ощущения в горле помогают полоскания йодно-содовым раствором (1/2 ч.л. пищевой соды и 2-3 капли 5%настойки йода на ½ стакана воды). Полоскать горло 3-4 раза в день. Для полоскания можно использовать тёплый отвар

листьев эвкалипта (1/2 ст.л. на стакан воды), настойку эвкалипта (10-15 капель на стакан тёплой воды)

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

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

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«КАК СДЕЛАТЬ ЗИМНЮЮ ПРОГУЛКУ С МАЛЫШОМ
ПРИЯТНОЙ И ПОЛЕЗНОЙ»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Вот выпал первый снег – значит пришла зима. Зима – такое же неповторимо красивое время года, как и все остальные. Конечно, не все зимние дни одинаковы, не всегда «мороз и солнце» и «под голубыми небесами, великолепными коврами, блестя на солнце, снег лежит». Но даже если таких дней зимой немного, то запоминается зима именно такими днями, морозными, солнечными, снежными, радостными. Для наших детей зима – долгожданная и любимая пора. Они знают: как только выпадает снег, на многих детских площадках появляются снежные горки, снеговики и другие сказочные персонажи, вылепленные из снега. Можно ли описать радость детей? А чистый зимний чистый воздух очень полезен ребенку. Но необходимо следить за тем, чтобы он не простудился. У детей, как и у взрослых, одежда должна быть теплой, но легкой. Шерстяные или эластичные брюки (более узкие к низу). Шерстяной свитер (плохо, если он облегает тело плотно – под ним нет тогда воздушной прослойки). Поверх свитера – куртка из влагонепроницаемой ткани (к такой куртке не прилипает снег, её не продувает ветер). Белье – хлопчатобумажное или шерстяное – в зависимости от температуры воздуха. А чтобы холод принес пользу и не помешал малышам получить удовольствие от прогулки, они должны быть заняты интересным делом. Необходимо лишь следить за тем, чтобы более интенсивные движения сменялись более спокойными.

Как организовать зимние прогулки и сделать их наиболее интересными и полезными для детей?

Попробуйте поиграть в специальные игры, задания, забавы, подходящие для зимних условий. Задания на внимание:

1. Показать детям веточку и предложить внимательно осмотреть ее в течение 30—40 сек. Затем веточку спрятать. Теперь ребята должны постараться как можно точнее ответить на следующие вопросы: сколько на ветке сучков; сколько из них сломанных; от какого дерева и когда срезана эта веточка.

2. Во время пути обратите внимание детей на то, что происходит вокруг.

Сколько труб на том доме? Кто там идет вдали — мужчина или женщина? Есть ли здесь лиственные деревья? Сколько человек в той группе? Что нес в руках прохожий? и др.

3. Обратить внимание, что:

а) если большие и маленькие предметы находятся от нас на одном и том же расстоянии, то маленькие кажутся дальше;

б) яркие предметы кажутся ближе, чем темные;

в) в пасмурный день, в дождь, в сумерки все расстояния кажутся больше, а в солнечный день — наоборот.

Дети с удовольствием сооружают на участке снежную горку, лесенку, дугу - воротца, для подлезания, стенку-мишень, для попадания в нее снежками и т.п. Они очень любят подвижные игры со снегом, катание на санках и различные забавы на прогулках, с удовольствием выполняют предложенные взрослыми упражнения, и игры эстафеты. Играя и упражняясь зимой на улице, дети получают возможность проявлять смелость, ловкость, сноровку и самостоятельность.

Снежки

Дети лепят снежки и стараются попасть друг в друга. Бросать можно только в ноги. Вариант: можно разделить детей на две команды. Выбывает из игры тот, в кого попадут снежком. Выигрывает та команда, у которой останется больше игроков

Кто быстрее слепит снеговика

Дети разбиваются на пары, и каждая пара получает задание слепить снеговика. Для этого необходимо скатать комки разного размера, поставить их друг на друга. Сделать снеговика глаза, брови, нос, рот (из морковки и угольков) и надеть шапку (ведро). Выигрывает та пара, которая быстрее закончит работу. Дети о работе договариваются сами, игра начинается по команде «Приготовились! Начали!»

Кто выше подбросит снежок

В игре принимают участие все дети. По команде дети начинают лепить снежки и подбрасывать их. Каждый выполняет задание 3 раза. Побеждает тот, кто все три раза подбросит снежок выше всех. Бросают 2 раза правой и 1 раз левой рукой.

Самые быстрые санки

2—3 детей садятся на санки спиной вперед (на одних санках может ехать один ребенок или двое детей). По команде дети начинают отталкиваться ногами и двигаться вперед. Расстояние от старта до финиша — 5 метров. Игру можно повторять 2—3 раза, с разными участниками.

Попади в лунку

Педагог делает в снегу несколько лунок, каждому ребенку дает мешочек с шариками. За установленное время дети забрасывают в лунку как можно больше шариков, затем подсчитывают итог.

После активного движения необходим небольшой *отдых*. В это время можно предложить отгадать загадки о зиме, например:

Крыша в шапке меховой,
Белый дым над головой,
Двор в снегу, в снегу дома,
Ночью к нам пришла... (Зима).

Какой это мастер

На стекла нанес
И листья, и травы,
И заросли роз? (Мороз).

Он в берлоге спит зимой
Под большой сосной,
А когда придет весна,
Он проснется ото сна. (Медведь)

Скатерть бела, весь свет одела? (Снег)
Бел, да не сахар, ног нет, а идет? (Снег)

В народе говорили: «Подкорми птиц зимою — послужат тебе весною». Наблюдение за жизнью пернатых, рассказы о том, из чего они строят гнезда, как высиживают птенцов, где зимуют и чем питаются, — подчас становятся открытием не только для ребенка, но и для взрослого горожанина.

Не забывайте почистить кормушки и положить крошки хлеба, семечки, для детей это не только увлекательная игра, но и настоящий урок доброты!

Можно задать детям вопросы для размышления:

-Все ли синички одинаковые?

- Кто обедал на рябине? И тд.

Помните в детстве это радостное возбуждение, когда, проснувшись, вдруг обнаруживаешь, что все вокруг белым-бело? Постарайтесь, чтобы и ваши дети получали удовольствие от зимы.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«НЕОБХОДИМОСТЬ СОТРУДНИЧЕСТВА. ИГРАЙТЕ ВМЕСТЕ С
ДЕТЬМИ»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Для ребёнка дошкольного возраста игра является ведущей деятельностью, в которой проходит его психическое развитие, формируется личность в целом.

Дети подражают родителям: манере общаться с окружающими, их поступкам, трудовым действиям. И всё это они переносят в свои игры, закрепляя, таким образом, накопленный опыт поведения, формы отношения. Игры детей становятся более содержательными, разнообразными по сюжетам, тематике, по количеству исполняемых ролей, участников игры. В играх ребёнок начинает отражать не только быт семьи, факты, непосредственно воспринимаемые им, но и образы героев прочитанных ему сказок, рассказов, которые ему надо создать по представлению.

Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы.

Младшие дошкольники 3 – 4 лет не только не умеют играть вместе, они не умеют играть самостоятельно. Самостоятельность в игре формируется постепенно, в процессе игрового общения со взрослыми, со старшими детьми, с ровесниками. Одним из важнейших способов развитию игры маленького ребёнка является подбор игрушек по возрасту. Для малыша игрушка – центр игры, материальная опора. Она наталкивает его на тему игры, рождает новые связи, вызывает желание действовать с ней, обогащает чувственный опыт.

Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Игрой можно увлечь, заставить играть нельзя. Не объясняйте ребёнку, как играть, а играйте вместе с ним, принимая позицию партнёра, а не учителя.

Полезные и интересные игры для детей и взрослых.

1. «Солнце». Нарисовать на бумаге большой жёлтый круг. Затем поочередно пририсовать к солнцу, как можно больше лучей. (Один штрих делает ребёнок, следующий – мама, папа и т.д.)
2. «Змея». Нарисовать большую змею. Теперь нужно разрисовать змеиную кожу, поочередно нанося разноцветными фломастерами узор из звёздочек, точек, волнистых и зигзагообразных линий и т.д.
3. «Лепим ёжика». В парке или лесу собрать коротких тонких палочек. Сделать их пластилина короткую толстую колбаску и воткнуть в неё собранные палочки.
4. «Тренировка памяти». На подносе укладываются 6 различных предметов. В течение короткого времени ребёнок запоминает, что

лежит, потом поднос чем -нибудь накрывают. Что под покрывалом?
Затем поменяться ролями.

5. «Ветеринарная больница».

6. «Картинки-кляксы». Брызнуть тушь на бумагу. Бумагу сложить кляксой внутрь, затем развернуть. Из отпечатков нарисовать картину.

Доставьте радость своему ребёнку и себе заодно – поиграйте вместе!

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«ДЕТИ И КОМПЬЮТЕР»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

С какого возраста разумнее всего разрешать ребенку сидеть за «чудо машиной»?

Врачи утверждают, что малыш, начиная с трех лет, может сидеть за компьютером, но не более получаса в день. В возрасте с 6 до 12 лет – час. А начиная с 12 лет можно разрешать проводить перед монитором и два часа в день. Но стоит помнить, что компьютер дает нагрузку на глаза, поэтому через каждые пятнадцать минут стоит сделать перерыв. Еще лучше, если Вы обучите ребенка делать специальную гимнастику для глаз: вертикальные и горизонтальные движения глазными яблоками или просто часто поморгать.

Время проведения ребенка перед компьютером должно быть четко установлено, что бы в дальнейшем не возникало зависимости. Постарайтесь объяснить ребенку, что длительное времяпровождение за компьютером, пагубно будет влиять на его зрение.

Позаботьтесь о том, чтобы глаза не страдали от ярких цветов экрана монитора.

«Поиграйте» с настройками монитора: отрегулируйте контрастность и яркость, что бы они ни били по глазам. На рабочий стол поставьте картинку в умеренных тонах. Учитывайте, что стол и стул должны соответствовать росту ребенка. Проследите, что бы малыш сидел ровно, не сутулился, так как это в свою очередь может привести к развитию сколиоза. Что бы было удобнее под ноги можно поставить подставку. Монитор должен стоять ровно, что бы ребенок ни поворачивался к нему, а смотрел прямо на центр монитора, но взгляд падал сверху вниз под углом 15-20 градусов. Компьютерное место должно быть хорошо освещено, но при этом нужно сделать так, чтобы свет напрямую не падал на монитор. Старайтесь как можно чаще делать влажную уборку и проветривать комнату.

Чему компьютер может научить ребенка?

В возрасте от 2-х до 6-ти лет малыши уже начинают осваивать компьютер. Начать обучение можно с изучения цифр, букв (как русских, так и английских), а также различных знаков. Для этого Вам понадобится любой текстовый редактор. Со временем ребенок сможет писать целые слова, а позже даже предложения. При этом он будет видеть свои ошибки и сможет их самостоятельно исправлять. Управляя мышкой можно развивать реакцию у малыша. Как известно ребенок лучше учится играя. Сегодня в интернете предоставлен широкий выбор развивающихся игр на любой вкус и цвет. С их помощью можно познать азы многих наук: геометрии, иностранных языков, арифметики или грамматики.

Используя стандартный редактор Paint (или другие интересные программы для детей) можно обучиться рисованию. Ведь рисовать мышкой, гораздо сложнее, чем кистью. Это в свою очередь будет развивать моторику рук. Игры, где происходит сбор картинок (по принципу пазлов), прохождения заданий или где нужно оперировать не определенными вещами, а их

силуэтами и копиями развивают логическое мышление. Видеоигры, где предметы нужно складывать определённым образом или дорисовывать недостающие части развивают фантазию. Объёмное восприятие развивают задания, где требуется собрать определенную фигуру. Программы, в которых необходимо раскрасить персонажей или поиграть с цветами помогают воспринимать искусство. А музыкальные игры помогут разбудить любовь к музыке и выучить ноты. Детей от 6-ти до 9-ти лет уже можно обучать работать с информацией. Для начала это лучше делать в игровой форме. Научите ребенка самостоятельно открывать папки и файлы. Объясните ребенку, что с помощью компьютера можно не только играть, но и узнавать много интересных вещей. Сейчас существует огромное количество детских сайтов, где ребенок может играть в развивающие игры и параллельно познавать всемирную паутину. Постепенно научите пользоваться поисковыми системами. Ведь с их помощью малыш, сможет узнавать интересную для себя информацию. А также развивать логическое мышление. Ведь «поисковик» не дает ответов на вопросы, он находит общие слова.

В таком возрасте не стоит оставлять его самого за компьютером, так как он еще не понимает многих вещей и может скачать информацию кишачую вирусами. Да и вместе вам будет интереснее, а ребенок в случае неуверенности всегда сможет попросить совета.

Не стоит забывать о контроле. Если Вы к такому возрасту научили ребенка контролировать свое время проведения за «чудо машиной» - это замечательно. Но не все дети способны сами себя контролировать. В таком случае можно использовать специальные программы, которые будут напоминать ребенку о времени и при необходимости выключать компьютер.

Игры. Плохо это ли хорошо сейчас.

Итак, социальные сети. Некоторые родители считают, что они приносят только вред. И в чем то они правы. Первое, что может произойти в сети – это плохое влияние. Но от этого ребенка не убережешь и на улице. На каждом углу можно встретить такого «доброжелателя». Убереечь от этого может только, правильное объяснение, «что такое, хорошо и что такое плохо». Второе – это длительное время провождения за компьютером. Даже взрослые говорят, что такое общение затягивает, а что уж говорить о детях. В таком случае, стоит составить договор, что час сидишь в сети, а потом учишь уроки или занимаешься другими делами. Из полезного стоит выделить, что ребенок не теряет связи со своими друзьями, с которыми он познакомился в оздоровительном лагере или на отдыхе. Стоит составить распорядок дня ребенка, таким образом, чтобы виртуальная жизнь не вытесняла реальную.

Онлайн игры – это игры, в которых принимают участие люди со всего мира. Чему могут научить: логическое и стратегическое мышление, умение

находить общий язык с людьми и действовать в команде, улучшить знание английского языка, так как игровой сленг связан с ним напрямую. А сколько может принести вреда? Да, сколько хотите. Первое – это зависимость, когда ребенок абсолютно забывает о реальном мире и погружается в виртуальный. Второе – агрессию, так как нужно добиться определенного успеха, а у вашего чада это не получается. И тогда он ходит раздражительный и злой. Перечислять все недостатки можно долго. Но, для того, чтобы их не было, нужно помнить, что все хорошо в меру. И тогда не будет никаких проблем с играми.

Не стоит опасаться пагубного влияния компьютера, при правильном подходе, он будет приносить только пользу. При чем очень часто – неоценимую. Навыки владения «чудо машиной» обязательно пригодятся ребенку в будущем. А для того, чтобы «комп» стал верным другом, родителям тоже необходимо повышать свой навык владения им, что бы понимать, чем увлечены дети и разделять их успехи. Поэтому станет он верным другом или врагом, зависит только от нас.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«ДОШКОЛЬНИК И КОМПЬЮТЕР»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

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

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

Компьютерные игры составлены так, чтобы ребенок мог представить себе не единичное понятие или конкретную ситуацию, но получил обобщенное представление обо всех похожих ситуациях или предметах. Таким образом, у детей развиваются такие важнейшие операции мышления как обобщение и классификация, которые при стандартном обучении начинают формироваться с 6-7 лет.

Одна из важнейших функций компьютерных игр – обучающая. Поговорим об этом подробнее и посмотрим, что же нового может дать компьютер по сравнению с живым учителем. В этих играх ребенок начинает очень рано понимать, что предметы на экране - это не реальные вещи, но только знаки этих реальных вещей. В различных играх эти знаки или символы реальных предметов усложняются, становятся все более и более обобщенными, и все меньше походят на окружающие реальные предметы.

Почти все родители знают, как трудно бывает усадить малыша за занятия. На компьютере ребенок занимается с удовольствием, и никогда не будет возражать против предложения позаниматься на компьютере. Это связано с тем, что компьютер сам по себе привлекателен для детей как любая новая игрушка.

Итак, компьютер развивает множество интеллектуальных навыков.

Но есть одно "но".

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

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

Существуют определенные ограничения по времени.

Так детям 3-4 лет не рекомендуется сидеть перед экраном больше 20 минут, а ребятам 6-7 лет можно увеличить время ежедневной игры до получаса. К сожалению, сейчас нередко встречаются дети, которые перешли грань разумного в общении с компьютером. **Чрезмерное общение с компьютером может не только привести к ухудшению зрения ребенка, но и отрицательно сказаться на его психическом здоровье.**

При всем преимуществе компьютерных игр они все же воздают иллюзию общения и не приводят к формированию навыков настоящего общения. Особенно это опасно для застенчивых детей. Реальное общение доставляет им психоэмоциональное напряжение, ставит их в состояние стресса, и тогда на смену ему приходит псевдообщение.

Компьютер дает возможность перенестись в другой мир, который можно увидеть, с которым можно поиграть.

В тоже время ребенок все больше отвергает реальный мир, где ему грозят негативные оценки и необходимость что-то менять в себе. Такой уход в искусственную реальность может сформировать у ребенка подобие психологической зависимости от компьютера. В развитии навыков реального общения компьютерные навыки могут играть только вспомогательную роль.

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

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

По мере утомления детей в процессе компьютерных занятий поведение ребенка изменяется и проявляется у разных детей по-разному. Например, у инертных детей увеличивается пассивность, которая проявляется в изменении позы (полулежа, лежа, иногда с задиранием ног, с поиском опоры у стола), в потере интереса к занятию, в увеличении двигательной активности (ерзание, частые перемены позы), в изменении настроения и др. У подвижных детей утомление проявляется, как правило, иначе - с преимущественным увеличением нервно-мышечной напряженности. У детей усиливается двигательная активность (вскакивание с места, прыжки, хлопки в ладоши и т. п.), появляются всплески эмоциональных реакций (смех, плач, вскрикивание, пение, разочарование, бурное веселье и т. п.).

По мере утомления в процессе общения ребенка с компьютером психическое состояние и поведение детей изменяется тоже по-разному: у одних появляется неуверенность, тревожность, ухудшается настроение, появляются негативные мысли, страх перед компьютером, отказ от занятий или при продолжении интересной игры уход в себя. Все это при злоупотреблении компьютером может привести к невротическим реакциям (астеническим, фобическим, соматовегетативным изменениям эмоционального статуса, аутизму, депрессии).

У других детей утомление сказывается в чрезмерной нервной возбудимости,

агрессивности, раздражительности, бурном проявлении эмоций. При переутомлении происходит срыв адаптационных процессов в организме, желудочные расстройства, изменение сердечного ритма, мускульное и психическое напряжение, и, таким образом, создается реальная угроза для здоровья ребенка.

Итак, мы видим, что утомление при работе на компьютере проявляется у детей по-разному. Однако уже по внешним признакам поведения ребенка можно судить о начавшемся утомлении.

Почему мы придаем такое значение внешним проявлениям утомления, связанного с работой на ПЭВМ? Прежде всего, потому, что это доступно для любого заинтересованного наблюдателя: будь то воспитатель, преподаватель или кто-то из родителей. Во-вторых, это объясняется особенностями проявления утомления при работе с компьютером, что требует особого подхода в оценке работоспособности и интенсивности нагрузки. Поэтому важно адекватно оценивать физиологическое состояние организма.

Ориентируясь на собственные самоощущения положительного настроения и отсутствие привычных (для какой-либо другой деятельности) признаков усталости, пользователь компьютера склонен недооценивать реальные изменения в функционировании физиологических систем своего организма и поэтому легко попирает установленные медицинской наукой нормы и правила взаимодействия человека с компьютером. К тому же компьютер увлекает. Он становится привычным в обиходе, и это обстоятельство провоцирует на неограниченное пользование компьютером. А дети в ограничении нуждаются. И сделать это должны родители (педагоги), удобно используя метод определения степени утомления по внешним показателям поведения за компьютером.

Кроме того, ориентация на внешние признаки утомления нам кажется целесообразной еще и потому, что компьютерные технологии все время обновляются, появляются новые марки компьютеров. Процесс же оценки влияния работы на компьютере с помощью инструментальных медицинских и физиологических методик трудоемок и не может быть мгновенным. Он требует длительного времени. Неблагоприятные изменения в организме могут накапливаться постепенно, поэтому последствия могут быть отдаленными.

Еще немаловажный фактор - это индивидуальный характер проявления утомления. В пределах одного и того же возраста сроки наступления утомления могут быть различны. Как мы выше убедились, причины могут быть самые различные. Это и типологические особенности нервно-эмоционального статуса ребенка, и особенности его темперамента, и состояние здоровья, и самочувствие в данный момент, и уровень подготовленности к работе на компьютере, и условия внешней среды (освещенность, температура, влажность, ионный состав воздуха помещений), и многие другие факторы санитарной обстановки.

На работоспособность влияет также качество и содержание компьютерных программ, возраст пользователя. Чем моложе ребенок, тем в большей мере выражены у него признаки внешнего утомления и тем легче заметить их постороннему наблюдателю.

Следует иметь в виду, что утомление и переутомление ребенка на занятиях с компьютером зачастую не сопровождаются субъективными ощущениями усталости. Вследствие этого бесконтрольные компьютерные игры могут незаметно нанести непоправимый вред здоровью детей. Одним из удобных выходов из этого положения может быть использование метода наблюдения за поведением детей за компьютером, когда отдельные симптомы поведения ребенка становятся сигналами для прекращения занятия или для проведения общей и зрительной гимнастики, для переключения на другие виды деятельности (рисование, прогулка, подвижные или спокойные игры и т. д.). Для того, чтобы не допустить переутомления и связанных с ним нервных срывов и других нарушений, к сигналам для прекращения компьютерных занятий следует отнести такие признаки, как повышенная отвлекаемость, частая смена позы, непривычные движения рук, ног (трясение, стучание и т. п.), неприятная мимика (кривляние, тики), неудержимые всплески эмоций (крик, плач, прыжки и т. д.).

При педагогической диагностике состояния детей следует ориентироваться на следующие 4 группы критериев утомления:

1. Потеря контроля над собой: ребенок трогает лицо, сосет палец, гримасничает, трясет нога ми, кричит и т. п.
2. Потеря интереса к работе с ПЭВМ: частые отвлечения, разговоры, переключение внимания на другие предметы, отказ от продолжения работы.
3. Полное утомление: склонение туловища на бок, на спинку стула, задирание ног с упором коленей в край стола и т. д.
4. Нервно-эмоциональные реакции: крик, подпрыгивания, пританцовывание, истерический смех и др.

Этот метод наблюдения позволяет выявить индивидуальные сроки наступления утомления для каждого ребенка в зависимости от его состояния здоровья, самочувствия, индивидуально-типологических особенностей нервной системы, качества компьютера, компьютерной программы и других факторов.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«КТО И ЗАЧЕМ ПРИДУМАЛ ПРАВИЛА ПОВЕДЕНИЯ?»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Выделяется несколько основных линий освоения ребенком нормативной стороны жизни социума:

1. В ведущей деятельности – сюжетно-ролевой игре – старшие дошкольники овладевают самыми общими смыслами различных форм человеческой деятельности, раскрывают для себя потребностно-мотивационную сферу человеческих поступков и отношений. Основной единицей сюжетно-ролевой игры, по мнению Д.Б. Эльконина, служат роль и связанные с ней игровые действия. В каждой роли (пожарника, учителя, врача, продавца и т.д.) имплицитно или эксплицитно (скрытно или явно) заключены те или иные нормы и правила. Принимая на себя какую-либо роль, стремясь ей соответствовать, ребенок начинает понимать нормы, связанные с ролью, правила, регламентирующие деятельность взрослых. Следование этим нормам и правилам как раз и составляет основное содержание сюжетно-ролевой игры.

2. Другими «воротами», через которые правила входят в жизнь ребенка, служит общение со взрослыми, в процессе которого дети получают прямые инструкции, указания по организации собственного поведения. Стремясь структурировать поведение ребенка, направить его в нужное русло, подчинить спонтанность ребенка логике здравого смысла, мы, взрослые, через запреты «неблаговидных» и поощрение «правильных» поступков и намерений детей создаем в их сознании целые своды локальных или универсальных правил.

3. Очень часто для освоения какого-либо правила, стереотипа поведения ребенок не нуждается в прямых директивах взрослого. Всем известно, как быстро, буквально «на лету», старшие дошкольники «схватывают» все плохое. Достаточно один раз в присутствии ребенка допустить оплошность или произнести неосторожное слово – и, будьте уверены, ребенок это обязательно запомнит и повторит в самый неподходящий момент, заставив вас краснеть. Дети – прекрасные имитаторы, по способности к подражательству они вряд ли уступают попугаям. Наблюдая за поведением окружающих, воспринимая взрослых и «авторитетных» сверстников как образец для подражания, копируя наши реакции на то или иное событие, ребенок абсолютизирует некоторые моменты нашего поведения, превращая их в правила для себя.

4. Всестороннее, ярко эмоционально окрашенное воздействие на ребенка оказывают книги, театр, кино и особенно телевидение. Главные герои любимых телепередач и книг, виртуальный мир с его спецэффектами – один из самых мощных источников нормативного поведения для современных детей.

5. На формирование представлений, связанных со словом «правило», большое влияние оказывает опыт совместной деятельности ребенка, особенно совместных игр по правилам, а также опыт стихийной

самоорганизации детских сообществ (например, во дворе) и появления в них своих условностей и норм.

Уважаемые родители!

Давным-давно люди придумали правила поведения в общественных местах. *Вспомните, какие из этих правил вы знаете.*

«Правила поведения в общественных местах»

Как мы ведем себя на улице.

Человек идет по правой стороне тротуара, дорожки, а встречные пешеходы идут слева от него. Для пешеходов - тротуар, а проезжая часть - для автомобилей, через нее нельзя перебежать где попало.

В соответствии с правилами этикета мужчина идет слева от женщины, чтобы поддерживать ее своей сильной рукой.

В автобусе.

Войдя, не останавливайтесь у двери, чтобы не мешать входить другим.

Обязательно уступим место тем, кому трудно стоять.

В транспорте, как и на улице, нельзя громко разговаривать или кричать, оставлять после себя грязь, вставать на сиденье ногами или ставить на него грязные вещи.

В магазине.

- хорошо выглядеть, быть вежливым и внимательным к окружающим;
- у двери магазина пропустить тех, кто из него выходит, а затем войти;
- пропустить вперед пожилого человека, инвалида, женщину с маленьким ребенком;
- не кричать, громко не разговаривать, не бегать по магазину;
- без очереди покупать только с разрешения других покупателей и в случае крайней необходимости, благодаря тех, кто вас пропустил вперед.

В кинотеатре.

Во время фильма нельзя разговаривать, пересаживаться, разворачивать фантики конфет, выражать свое недовольство игрой актеров. Можно смеяться, но не очень громко, если смешно, и плакать, если грустно. Можно высказать свое мнение о фильме после его просмотра, но негромко, не навязывая его другим зрителям.

И самое главное, не забывайте говорить вежливые слова на улице, в магазине, кинотеатре....

Помните об этих правилах и учите детей соблюдать их.

«Наголенский детский сад «Берёзка»

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«ВОСПИТАНИЕ КУЛЬТУРЫ ПОВЕДЕНИЯ У ДЕТЕЙ
ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА »**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Одним из направлений в нравственном развитии ребенка является воспитание культуры поведения. Основным принципом формирования

культуры поведения ребенка дошкольного возраста является воспитание его в коллективе и через коллектив.

И начинается этот процесс в детском саду, где воспитанникам прививают, а затем развивают у них начало коллективизма: умение совместно и дружно играть и трудиться: проявлять сочувствие друг к другу, ответственность за участие в общем деле, оказывать взаимную помощь, быть дисциплинированным.

Уже у младших дошкольников в разнообразных играх и наблюдениях, в процессе труда по самообслуживанию и выполнению несложных поручений необходимо формировать навыки вежливого обращения с близкими ребенку взрослыми и сверстниками, бережного отношения к игрушкам и вещам, находящимся в общем пользовании. Воспитательные воздействия педагогов и родителей на малышей должны быть едиными, постоянными и последовательными. Очень важен наглядный показ и пояснение действий, способов поведения в интересной для ребенка форме. Повседневное общение с детьми строится на основе доброжелательности. Она вызывает у детей эмоциональную отзывчивость, ответную доброжелательность и многие другие, базирующиеся на ее основе, чувства-жизнерадостность, привязанность к родным, вежливость.

Задачи воспитания культуры поведения в программе рассматриваются как составная часть и сформулированы они в виде вполне конкретных требований: привитие детям необходимых гигиенических навыков, культуры поступков в различных ситуациях и положительных взаимоотношений в разных видах деятельности; воспитание определенных элементов нравственного сознания и нравственных чувств, которые должны сформироваться у детей при их постепенном ознакомлении с окружающим миром.

Понятие «культура поведения дошкольника» можно определять как совокупность полезных для общества устойчивых форм повседневного поведения в быту, в общении, в различных видах деятельности. В содержании культуры поведения дошкольников можно выделить следующие компоненты: культура деятельности, культура общения, культурно-гигиенические навыки и привычки.

Культура деятельности проявляется в поведении ребенка на занятиях, в играх, во время выполнения трудовых поручений.

Формировать у детей культуру деятельности - значит воспитывать у него умение содержать в порядке место, где он трудится, занимается, играет; привычку доводить начатое до конца, бережно относиться к игрушкам, вещам, книгам.

Для определения достигнутого в воспитании культуры трудовой деятельности можно использовать такие показатели, как умение и желание ребенка трудиться, интерес к выполняемой работе, понимание ее цели и общественного смысла; активность, самостоятельность; проявление волевых усилий в достижении требуемого результата; взаимопомощь в коллективном труде.

Культура общения предусматривает выполнение ребенком норм и правил общения со взрослыми и сверстниками, основанных на уважении и доброжелательности, с использованием соответствующего словарного запаса и форм обращения, а также вежливое поведение в общественных местах, быту.

Культура общения предполагает умение не только действовать нужным образом, но и воздерживаться от неуместных в данной обстановке действий, слов, жестыкуляции. Ребенка надо учить замечать состояние других людей. Уже с первых лет жизни ребенок должен понимать, когда можно побегать, а когда нужно тормозить желания, потому что в определенный момент, в определенной обстановке такое поведение становится недопустимым, т. е. поступать, руководствуясь чувством уважения к окружающим. Именно уважение к окружающим в сочетании с простотой, естественностью в манере говорить и проявлять свои чувства характеризует такое важное качество ребенка, как общительность.

Культура общения обязательно предполагает культуру речи. А.М. Горький считал заботу о чистоте речи важным оружием борьбы за общую культуру человека. Культура речи предполагает наличие у дошкольника достаточного запаса слов, умение говорить лаконично, сохраняя спокойный тон.

Уже в младшем, а особенно в среднем дошкольном возрасте, когда ребенок осваивает грамматический строй речи, учится правильно строить простые фразы, его приучают называть взрослых по имени и отчеству, на «Вы», корректируют произношение, учат детей говорить в нормальном темпе, без скороговорки или растягивания слов. Не менее важно в это же время научить ребенка внимательно слушать собеседника, спокойно стоять во время разговора, смотреть в лицо говорящему.

С другой стороны, овладение культурой речи способствует активному общению детей в совместных играх, в значительной мере предотвращает между ними конфликты.

Культурно-гигиенические навыки – важная составная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержания в чистоте лица, рук, тела, прически, одежды, обуви продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что в соблюдении этих правил проявляется уважение к окружающим, что любому человеку неприятно касаться грязной руки или смотреть на неопрятную одежду. Неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, небрежен и в работе.

Педагоги и родители должны постоянно помнить, что привитые в детстве навыки, в том числе культурно-гигиенические, приносят человеку огромную пользу в течение всей его последующей жизни.

Культуру еды часто относят к гигиеническим навыкам. Но ее значение не только в выполнении физиологических потребностей. Она имеет и этический аспект – ведь поведение за столом основывается на уважении к сидящим рядом, а также к тем, кто приготовил еду.

С дошкольного возраста дети должны усвоить определенные правила: нельзя класть локти на стол во время еды; есть надо с закрытым ртом, не спеша, тщательно пережевывая пищу; бережно относиться к хлебу и другим продуктам; правильно пользоваться столовыми приборами. Овладение культурой еды – нелегкое для дошкольников дело, но осуществлять формирование этих навыков необходимо, надо добиваться, чтобы дети ели с удовольствием, аппетитом и опрятно.

Уже в дошкольном возрасте у детей должны постепенно формироваться нравственный и волевой аспекты поведения. Так, дети старше четырех лет в своих действиях все чаще начинают руководствоваться мотивом общественной пользы: поскорее навести порядок в группе или помочь одеться новенькому, чтобы все вместе вовремя вышли на прогулку; выполнить подели для игры, в подарок маме, малышам. Поступки сверстников и свои собственные они начинают осмысливать с позиции общепринятых нравственных норм, а совершив ошибку оценивают ее с этих же позиций и стараются исправить. Так у детей формируются навыки нравственного поведения. В психологической науке навык определяется как автоматизированное действие, хотя прогресс освоения как автоматизированное действие, хотя процесс освоения обязательно связан с его осознанием. Навыки постепенно совершенствуются, перерастают в привычки, т.е. в потребность поступать определенным образом (например, ежедневно заниматься утренней гимнастикой не только в детском саду, но и дома, держать в порядке свои игрушки, здороваться со взрослыми и в детском саду, и во дворе, и в квартире и т.д.). Для успешного формирования такой потребности необходимо, чтобы мотивы, с помощью которых детей побуждают к действиям, были значимы в их глазах, чтобы отношение к выполнению действий у ребят было эмоционально-положительным и, наконец, чтобы при необходимости дети были способны проявить определенные усилия воли для достижения результата. Недооценка педагогом перечисленных условий может привести не только к потере детьми уже начавших закрепляться полезных привычек, но и к возникновению у них чувства неудовлетворенности.

Следует помнить также, что у ребенка очень рано, уже на первом-втором году жизни, в силу особенностей его нервной деятельности, при неправильном воспитании могут возникнуть и закрепиться вредные привычки (сосание пальцев, отказ умываться, пользоваться горшком, засыпать только при укачивании, брать пищу руками из тарелки, крошить хлеб, кричать и падать на пол, требуя желаемого, и др.).

Ребенку свойственна широкая гамма чувств, неоднозначных по своим проявлениям. По отношению ко взрослым и сверстникам – это может быть любовь и неприязнь, симпатия или антипатия, сочувствие и равнодушие, справедливость и зависть; по отношению к себе – чувство собственного достоинства и даже самоуверенность или, напротив, чувство неуверенности в своих силах.

Нравственные чувства отражают общественную мораль (в отличие от эгоистичных чувств, отражающих лишь личные интересы).

Закрепление поведения, превращение их в привычку и потребность происходит лишь на основе положительно-эмоционального отношения ребенка к самим совершаемым действиям, так и к тем взрослым, которые их организуют и регулируют. В этом случае нравственные чувства, например, уважение к педагогу, любовь к родителям, доброжелательность к сверстникам и другие, выступают как самостоятельный движущий мотив поведения детей. Этот мотив достаточно силен и значим в глазах ребенка, потому что чувства дошкольников отличаются особенно яркой эмоциональной окраской, непосредственностью и искренностью.

В воспитании культуры поведения первостепенное значение имеет пример воспитателя. Его внешний облик, поступки и суждения, вежливость, спокойный тон разговора, справедливое отношение к окружающим, и прежде всего к детям, – важный и действенный пример для подражания. Однако одним личным примером всех вопросов воспитания все же не решить. Процесс воспитания культуры поведения очень сложен, предполагает сознательное и гибкое применение педагогом богатого арсенала различных методов. Нужно как можно раньше определить уровень нравственной воспитанности каждого из детей. Наблюдения позволяют выявить у каждого ребенка присущие ему особенности поступков, интересов, отношений с окружающими, трудности в освоении навыков культуры поведения. Это, в свою очередь, служит основой для оценки динамики развития ребенка и корректировки дальнейшего процесса воспитания.

Наблюдая за детьми, воспитатель одновременно старается определить, насколько типичен для ребенка тот или иной проступок (грубость в разговоре с товарищем, небрежность в еде и одевании, отказ в ответ на просьбу убрать на место игрушки и т.п.), стремится вовремя заметить все то новое, чем овладел его воспитанник.

Чтобы лучше узнать ребенка, педагогу необходимы сведения о его поведении дома. Поэтому до начала учебного года следует обязательно посетить семьи тех детей, которые должны впервые прийти в детский сад. Это даст возможность познакомиться с членами семьи, выявить условия жизни малыша, особенности и традиции воспитания, пообщаться с ним в привычной для ребенка обстановке.

Особого внимания воспитателя требует организация быта, повседневной жизни детей. С одной стороны, многие элементы повторяются изо дня в день, что составляет благоприятную основу для формирования навыков культуры поведения, но с другой – в быту ребенок в большей степени предоставлен себе. А в результате именно в повседневной жизни особенно наглядно можно видеть, насколько общественные нормы поведения усвоены ребенком, насколько они стали его потребностью.

Режимные процессы – умывание, одевание, сон, питание и т.д. – предоставляют благоприятные возможности для воспитания культуры поведения. Повторяясь многократно, они сильно влияют на формирование у

ребенка чувства времени, необходимой активности, самостоятельности в поведении.

Важный залог успеха в воспитании культуры поведения – высокий уровень организационно-педагогических усилий в детском саду. Это стиль работы коллектива, культура оформления помещений детского сада, Оснащение педагогического процесса необходимыми пособиями и оборудованием.

Атмосфера содержательной деятельности и рационального порядка – признак высокой общей культуры дошкольного учреждения. А она, в свою очередь, важное условие эффективности воспитательного процесса. Направляя эту деятельность, активно участвуя в ней, воспитатель формирует духовный мир ребенка, его кругозор, положительную направленность чувств, умение разобраться в том «что такое хорошо и что такое плохо».

В подобной благоприятной атмосфере воспитания у ребенка навыки культуры, поведения, доброжелательность, привычка находить интересную, увлекающую его деятельность (занятия любимым делом, игры, просмотр книги, альбомов, прослушивание музыки, конструирование, рисование), собранность и организованность постепенно становятся неотъемлемым свойством личности.

**Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Наголенский детский сад «Берёзка»**

**КОНСУЛЬТАЦИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ
ВОСПИТАННИКОВ СРЕДНЕЙ ГРУППЫ «НЕПОСЕДЫ»
«СОЛНЦЕ, ВОЗДУХ И ВОДА – НАШИ ЛУЧШИЕ ДРУЗЬЯ»**

**Подготовила воспитатель:
Бережная В.И.**

Нагольное, 2021г.

Воспитание физически здорового ребенка – главная, очень важная задача дошкольного учреждения, особенно в современных условиях. Забота о здоровье ребёнка и взрослого человека стала занимать во всём мире

приоритетные позиции, поскольку любой стране нужны личности творческие, гармонично развитые, активные и здоровые.

Состояние здоровья детей сегодня далеко не соответствует ни потребностям, ни потенциальным возможностям современного общества. Заболеваемость детей, посещающих ДООУ, продолжает оставаться высокой и имеет тенденцию к увеличению.

Для успешного решения этой задачи важно, как говорится, "беречь здоровье смолоду".

Эффективным средством укрепления здоровья, снижения заболеваемости и повышения уровня работоспособности детей является **закаливание организма**. "Солнце, воздух и вода - наши лучшие друзья", - гласит народная пословица. Закаливание помогает уделять больше времени общению с природой, улучшает общий обмен, укрепляет нервную систему. При систематическом воздействии, которых повышается устойчивость организма к меняющимся погодным условиям (холод, жара, дождь и др.). **Закаливание** - это не только обтирание или обливание, но и повседневные обычные процедуры, не требующие специальной организации, дополнительного времени: нахождение в помещении и на воздухе в соответствующей одежде, умывание прохладной водой, сон при открытой форточке, окне, активные занятия физкультурной на площадке, и даже хождение босиком.

Задача закаливания - сделать организм ребенка стойким и выносливым, способным к сопротивлению воздействия неблагоприятных условий окружающей среды, снизить таким образом число простудных заболеваний. Для оздоровления детей в домашних условиях, можно использовать следующие виды закаливания:

Воздух

Воздух действует как комплексный раздражитель, усиливая процессы обмена веществ, увеличивая количество гемоглобина и эритроцитов, укрепляя нервную систему. Благоприятное его воздействие проявляется и в настроении ребенка - он становится бодрым, жизнерадостным. Использовать свежий воздух в целях закаливания необходимо постоянно, в любое время года. Особенно благотворно влияет холодный зимний воздух в сочетании с активными физическими упражнениями и играми. Для правильного развития ребенка важно, чтобы ребенок регулярно выходил гулять. Организуя прогулки детей на воздухе, взрослые должны создавать условия для их активной деятельности.

Вода

Лучшим средством сделать организм невосприимчивым к низким температурам, предохранить его от последствий охлаждения является закаливание водой. Дети любят играть с нею; такие занятия улучшают настроение, вызывают у него радостные эмоции. Это надо использовать для оздоровления организма. Начинать водные процедуры лучше в теплое время года. Умывать ребят прохладной водой. Вначале мыть руки до локтей, затем шею, лицо.

Надо помнить, что закаливающий эффект применяемых воздействий зависит от систематичности, непрерывности использования, постепенно нарастающей интенсивности процедур, учета индивидуальной чувствительности ребенка.

Солнце

Среди специальных методов закаливания детей существенное место занимает закаливание солнечным светом. Без солнечного излучения, солнечного света, так же как и при его избытке, рост и развитие детей отклоняется от нормы. Под влиянием ультрафиолетовых лучей в организме происходят сложные фотохимические реакции и физиологические процессы. Весьма важным биологическим эффектом ультрафиолетового излучения является выработка в коже витамина «Д», который способствует всасыванию питательных веществ из кишечника и усвоению кальция.

Однако большие дозы УФО могут привести к деструктивным изменениям в надпочечниках (своеобразный «полом» адаптивных изменений в организме).

Если меры по укреплению здоровья ребенка, проводимые в детском саду, дополняются ежедневными упражнениями и подвижными играми в семейных условиях (с учетом индивидуальности ребенка, использования разнообразных упражнений), у него развиваются индивидуальные склонности и интересы.

Дети особенно восприимчивы к убеждениям семьи, положительному поведению родителей, укладу семьи.

Данные рекомендации, не требующие специальной подготовки, помогут вам эффективно укрепить здоровье вашего ребенка. Пусть ваши дети растут здоровыми!