



**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА – ДЕТСКИЙ САД № 37
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН**

В.А. ГАГИНА, С.Н. СИДОРЕНКО, Л.П. ТАГАРОВА

САМООБРАЗОВАТЕЛЬ РОДИТЕЛЯ

СПРАШИВАЛИ? ОТВЕЧАЕМ!



АХТЫРСКИЙ, 2022

Содержание

Введение	3
1. В детский сад без слез	4
2. Кризис трех лет и как его пережить?	8
3. Формирование у детей КГН	11
3.1. Как научить ребенка самостоятельно одеваться?	11
3.2. Как приучить ребенка к горшку	15
4. Роль развивающих игр для дошкольников	18
4.1. Развивающие игры для детей 3 - 4 лет	21
4.2. Во что поиграть с ребенком 5–7 лет дома	26
4.3. Игры, которые лечат	32
5. Зачем читать детям книги?	37
6. Детский рисунок – ключ к внутреннему миру ребёнка	39
7. Информационный буклет	44
8. Литература	45

Введение

У каждой мамы всегда есть множество вопросов по воспитанию, развитию и обучению своего ребёнка и особенно у тех родителей, дети которых не посещают детские дошкольные образовательные организации.

К специалистам Центра консультационной поддержки семьи «Гармония» родители часто обращаются за консультациями с одними и теми же вопросами. Консультации на часто задаваемые вопросы решили объединить в брошюру под рубрикой «Самообразователь родителя»

Брошюра включает в себя ответы на волнующие родителей вопросы:

- как подготовить малыша к посещению детского сада;
- как научить ребёнка самостоятельно одеваться;
- как приучить малыша к горшку;
- как пережить кризис трёх лет и многие другие.

Во время выездного консультирования, в целях самообразования родителей, специалисты дополнительно вручают им брошюры «Самообразователь родителя», что позволяет самостоятельно ознакомиться с ответами на наиболее актуальные вопросы воспитания и при необходимости связаться со специалистом, воспользовавшись информационным буклетом с контактной информацией, также размещенным в брошюре.

Брошюра предназначена для родителей детей раннего и дошкольного возраста.

1. В детский сад без слез

Адаптация - это приспособление или привыкание организма к новой обстановке. Дома ребенок привык к определенному образу жизни, режиму, видам деятельности, характеру пищи, взаимоотношениям с окружающими, правилам поведения и т.д. В детском саду большинство условий будет новыми и непривычными для ребенка, к ним малышу придется приспосабливаться и привыкать.



В процессе приспособления – адаптации – поведение и реакции на многое у ребенка могут резко поменяться: чаще всего меняются:

- эмоциональное состояние (ребенок много плачет, раздражается);
- нарушается аппетит (ребенок ест меньше и реже, чем обычно);
- нарушается сон (ребенок не может заснуть, сон кратковременный, прерывистый);
- утрачиваются приобретенные навыки (малыш может вернуться к соске или перестать проситься на горшок, речь может затормозиться);
- в период адаптации дети нередко заболевают (это связано и с психическим напряжением, и с тем, что ребенок сталкивается с новыми вирусами). Но эти изменения являются естественной реакцией на новые условия жизни, поэтому к ним нужно отнестись с пониманием.

Не беспокойтесь: когда ребенок привыкнет к садику, всё «станет на круги своя». Для ребенка детский садик, несомненно, является еще неизвестным пространством, с новым окружением и отношениями. Этот процесс требует больших затрат психической энергии и часто проходит с напряжением, а то и перенапряжением психических и физических сил организма.

А привыкание к детскому саду у всех происходит по-разному, это во многом определяется индивидуально-личностными особенностями малыша: типом его нервной системы, степенью общительности и доброжелательности, уравновешенности, наличием или отсутствием привычки выполнять требования взрослых, сформированностью навыков самообслуживания и т.д.

При лёгкой адаптации поведение детей раннего возраста нормализуется в течение месяца. Отмечается незначительное снижение аппетита: в течение 10 дней объём съедаемой ребёнком пищи достигает возрастной нормы, сон налаживается в течение 20-30 дней (иногда и раньше). Взаимоотношения со взрослыми почти не нарушаются, двигательная активность не снижается.

При средней степени адаптации дети привыкают к садику дольше, до 2-3 месяцев.

При тяжелой адаптации срок привыкания может продлиться до 6 месяцев и даже больше.

Чтобы облегчить малышу процесс адаптации, необходимо обеспечить плавное вхождение в новые условия – и поначалу приводить ребенка всего на 2 часа; через несколько дней, когда эмоциональное состояние ребенка и другие показатели адаптации в детском саду стабилизируются – оставлять до обеда. Позже начать оставлять и на дневной сон. А потом – и на полный день. Время пребывания ребенка в детском саду индивидуально, определяется воспитателями на основе наблюдений за ребенком.

В период адаптации воспитатели, по мере своих сил и возможностей, стараются обеспечить индивидуальный подход к каждому ребенку, дать максимум ласки и заботы. На первых этапах вхождения ребенка в условия детского сада воспитатели стремятся получить как можно больше информации о новых детях – об их особенностях и привычках – и учитывать их при взаимодействии с малышами. Поэтому не избегайте бесед с воспитателями о вашем ребенке, рассказывайте больше.

В присутствии ребенка всегда отзывайтесь положительно о воспитателях и саде. Даже в том случае, если вам что-то не понравилось. Если ребенку придется ходить в этот сад и эту группу, ему будет легче это делать, уважая воспитателей. Разговаривайте об этом не только с крохой. Расскажите кому-нибудь в его присутствии, в какой хороший сад теперь ходит малыш и какие замечательные воспитатели там работают.

В выходные дни не меняйте режим дня ребенка. Можно позволить поспать ему чуть дольше, но не нужно позволять "отсыпаться" слишком долго, что существенно сдвигает распорядок дня. Если ребенку требуется "отсыпаться", значит, режим сна у вас организован неверно, и, возможно, малыш слишком поздно ложится вечером.

Не перегружайте малыша в период адаптации. У него в жизни сейчас столько изменений, и лишнее напряжение нервной системы ему ни к чему.

Постарайтесь, чтобы дома малыша окружала спокойная и бесконфликтная атмосфера. Чаще обнимайте малыша, гладьте по головке, говорите ласковые слова. Отмечайте его успехи, улучшение в поведении. Больше хвалите, чем ругайте. Ему так сейчас нужна ваша поддержка!

Будьте терпимее к капризам. Они возникают из-за перегрузки нервной системы. Обнимите ребёнка, помогите ему успокоиться и переключите на другую деятельность (игру).

Согласовав предварительно с воспитателем, дайте в сад небольшую игрушку. Малыши этого возраста могут нуждаться в игрушке — заместителе мамы. Прижимая к себе что-то, которое является частичкой дома, ребенку будет гораздо спокойнее.

И дома, и в саду говорите с малышом спокойно, уверенно. Проявляйте доброжелательную настойчивость при пробуждении, одевании, а в саду — раздевании. Разговаривайте с ребенком не слишком громким, но уверенным голосом, озвучивая все, что вы делаете. Иногда хорошим помощником при пробуждении и сборах является та самая игрушка, которую ребёнок берет с

собой в садик. Видя, что зайчик "так хочет в сад", малыш заразится его уверенностью и хорошим настроением.

Пусть малыша отводит тот родитель или родственник, с которым ему легче расстаться. Воспитатели давно заметили, что с одним из родителей ребенок расстается относительно спокойно, а другого никак не отпускает от себя, продолжая переживать после его ухода.

Придумайте свой ритуал прощания (например, поцеловать, помахать рукой, сказать "пока"). После этого сразу уходите: уверенно и не оборачиваясь. Чем дольше вы топчитесь в нерешительности, тем сильнее переживает малыш.

К сожалению, иногда родители совершают серьезные ошибки, которые затрудняют адаптацию ребенка к детскому саду. Чего нельзя делать ни в коем случае:

Нельзя наказывать или сердиться на малыша за то, что он плачет при расставании или дома при упоминании необходимости идти в сад! Помните, он имеет право на такую реакцию. Строгое напоминание о том, что "он обещал не плакать", — тоже абсолютно не эффективно. Дети этого возраста еще не умеют "держаться слово". Лучше еще раз скажите, что вы его очень любите и обязательно придете за ним.

Нельзя пугать детским садом ("Вот будешь себя плохо вести, опять в детский сад пойдешь!"). Место, которым пугают, никогда не станет ни любимым, ни безопасным.

Нельзя плохо отзываться о воспитателях и саде при ребенке. Это наводит малыша на мысль, что сад — это нехорошее место и его окружают плохие люди. Тогда тревога не пройдет вообще.

Нельзя обманывать ребенка, говоря, что вы придете очень скоро, если малышу, например, предстоит оставаться в садике полдня или даже полный день. Пусть лучше он знает, что мама придет не скоро, чем будет ждать ее целый день и может потерять доверие к самому близкому человеку.

Плач — это помощник нервной системы, он не дает ей перегружаться. Поэтому не бойтесь детского плача, не сердитесь на ребенка за "нытье". Конечно, детские слезы заставляют вас переживать, но вы тоже обязательно справитесь. Заручитесь поддержкой. Вокруг вас родители, переживающие те же чувства в этот период. Вместе отмечайте и радуйтесь успехам детей и самих себя. Будьте терпеливы, проявляйте понимание и проницательность. И тогда скоро детский сад превратится для малыша в уютный, хорошо знакомый и привычный мир!

2. Кризис трех лет и как его пережить

К трем годам родители начинают замечать серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Улыбка умиления на лицах родителей сменяется выражением озабоченности, растерянности и некоторого раздражения. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс: это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отдалиться от матери, удлинить психологическую пуповину, научиться многое делать самому и как - то решать свои проблемы.



Кризисы развития - это относительно короткие (от нескольких месяцев до года - двух) периоды в жизни, в течение которых человек заметно меняется, поднимается на новую жизненную ступень. Кризисы бывают не только в детстве (1 год, 3 года, 7 лет, 13 лет), так как личность человека развивается непрерывно. При этом всегда происходит смена периодов: относительно длинных и спокойных - стабильных и более коротких, бурных - критических, то есть кризисы - это переходы между стабильными периодами.

Напротив, яркое проявление ребенка в самоутверждении в новом возрастном качестве говорит о том, что в его психике сложились все возрастные новообразования для дальнейшего развития его личности и адаптивных способностей.

Можно ли, действуя грамотно, смягчить проявление кризиса? Как помочь ребенку выйти из него, не внося в душу негативные качества: ведь упрямства - это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность - демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я», эгоизм - в здоровом виде чувство «самостоятельности», собственное достоинство; агрессивность - крайняя форма самозащиты; замкнутость - неадекватная форма проявления здоровой осторожности, то есть необходимых для выживания в обществе качеств. Ребенок должен выйти из кризиса с набором положительных качеств, главная задача родителей и педагогов - не допустить закрепления их крайних проявлений.

Что необходимо знать воспитателям и родителям о детском упрямстве и капризности:



Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев;

Как правило, фаза эта заканчивается к 3.5 - 4 годам (случайные приступы упрямства в более старшем возрасте - тоже вещь вполне нормальная);

Пик упрямства приходится на 2.5 - 3 года жизни;

Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.

Девочки капризничают чаще, чем мальчики.

В кризисный период приступы упрямства и капризности случаются у детей по 5 раз в день (у некоторых - до 19 раз);

Если дети по достижении 4 лет все еще продолжают часто упрямяться и капризничать, то вероятнее всего речь идет о «фиксированном» упрямстве,

истеричности, как удобных способах манипулирования ребенком своими родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддавшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.

Что могут сделать родители:

Не придавайте большого значения упрямству и капризности. Примите это как необходимость.

Во время приступа упрямства оставайтесь рядом, дайте ребенку почувствовать, что вы его понимаете.

Не пытайтесь во время приступа что-то внушать ребенку. Это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее будоражат.

Истеричность и капризность требуют зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-я-яй!». Ребенку только это и нужно.

Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте. Чаще всего помогает только одно - взять его за руку и увести.

Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка, книжка, штучка!», «А что это за окном ворона делает?» - подобные маневры заинтересуют и отвлекут.

Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «Нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.

Я сам!

Я негативен и упрям,
Строптив и своеволен,
Средою социальной я
Ужасно недоволен.
Вы не даете мне шагнуть,
Всегда помочь готовы.
О боже! Как же тяжелы

Сердечные оковы.
Система «Я» кипит во мне,
Хочу кричать повсюду:
Я - самость, братцы, я живу,
Хочу! Могу! И буду!
(Булдакова Л. А.)

3. Формирование у детей культурно-гигиенических навыков

Культурно-гигиенические навыки очень важная часть культуры поведения. Необходимость опрятности, содержание в чистоте лица, тела, причёски, одежды, обуви, продиктована не только требованиями гигиены, но и нормами человеческих отношений. Дети должны понимать, что если они регулярно будут соблюдать эти правила, то у них проявляется уважение к окружающим и возникнет представление о том, что неряшливый человек, не умеющий следить за собой, своей внешностью, поступками, как правило, не будет одобрен окружающими людьми.

3.1. Как научить ребенка самостоятельно одеваться?



Едва малыш выходит из пеленок, мы начинаем его учить садиться на горшок и самостоятельно есть ложкой. И лишь когда записываем ребенка в детский сад, спохватываемся, что так и не научили сына или дочь одеваться самостоятельно. А когда начинаем наверстывать упущенное, оказывается, что ребенок категорически не

желает одеваться сам...

Приступать к обучению ребенка навыкам самостоятельного одевания следует с двух лет. Примерно с этого возраста у ребенка появляется настойчивое стремление к самостоятельности и если Вы вовремя и правильно отреагируете, то Вам вообще не придется заставлять ребенка делать что-то самому – он и сам будет к этому стремиться. Поэтому, если Вашему крохе 2-3 годика, обратите внимание на несколько рекомендаций детских психологов. *Нельзя подавлять инициативу ребенка.* Если он хочет попытаться одеться сам – не мешайте ему. Но и не требуйте от ребенка сразу же, чтобы он одевался только сам. Очень часто родители просто не выдерживают медлительного темпа одевания малыша и, чувствуя, что они уже опаздывают, начинают в спешке сами одевать ребенка, не давая ему одеться самостоятельно. В этом случае имеет смысл начать сборы немного

заранее, с учетом времени на спокойное освоение навыков одевания малышом. Если ребенок не хочет одеваться самостоятельно, то попробуйте немного подтолкнуть его, например, одевая ему носочки или штанишки не до конца и предлагая ребенку закончить одевание самому.

Очень часто быстрому освоению навыка самостоятельного одевания препятствует сама конструкция одежды ребенка. Если на вещах малыша есть много численные молнии и шнуровки, мелкие пуговицы, то это значительно усложняет для него процесс одевания. Поэтому на первое время было бы уместнее покупать ребенку вещи с крупными удобными застежками на липучках, на резиночках.

Существуют специальные развивающие игры-шнуровки или просто любые игрушки, которые можно расстегивать и застегивать. Играя в эти игры ребенок развивает мелкую моторику рук и ему будет легче справиться со своей одеждой. Девочки свои первые навыки одевания могут освоить на куклах с их кукольными одежками.

Можно поиграть с ребенком в разные игры, которые помогут ему научиться одеваться. Например, пусть штанины брюк станут туннелями, а ноги малыша- паровозиками. Предложите своему крохе «заехать паровозиками в туннели». Девочки, да и мальчики тоже, с удовольствием играют в «показ мод» или «фотосессию» - это отличный повод для обучения самостоятельному одеванию.

Чтобы добиться от малыша взаимодействия при одевании, *доброжелательно смотрите на него, шутите, напевайте и всегда проговаривайте совершаемые действия.* Пример простейшей игры: «Мы идем гулять, будем топтать ножками, поэтому ножки нужно обуть. Обуваем правую ножку. Обуваем левую ножку. Теперь давай потопаем ножками».

Если песенки на малыша не действуют, то можно выбрать его любимых сказочных героев и одеваться как они. Задействуйте весь свой артистизм и побудите ребенка одеться, как оделся бы его любимый

персонаж. Сделайте вид, что свитер – не свитер, а курточка Буратино, шапочка – его колпачок, сапоги – чудесные башмачки и т.д.

Подсказывайте ребенку, что за чем надевать. Для многих детей запомнить последовательность одевания вещей может быть проблемой. Вы можете вместе с малышом изготовить плакат, на котором разместить изображения одежды в правильной последовательности. Это поможет ребенку быстрее запомнить. Кроме того, чтобы ребенок не перепутал где перед, а где спинка одежды, выбирайте одежду с кармашками или аппликациями спереди, так ребенку будет легче ориентироваться.

Как надевать ботинки

Первое время от ботинок на шнурках и сандалий с застежками лучше отказаться. Малыш не сможет сам расшнуровать ботинок перед тем, как надеть его, а после зашнуровать. Купите обувь на молнии или липучках, чтобы они хорошо раскрывались, и ножка легко проходила внутрь. Вот увидите, расстегивать и застегивать молнии и липучки станет любимой игрой



малыша, а значит, обувь он будет надевать без капризов и с удовольствием.

Как надевать штанишки

Объясняйте ребенку, что одевать штаны удобнее сидя на кровати вытягивая ноги перед собой, а встать можно после того, как ступни появились из-под штанин. Не забывайте хвалить ребенка даже за его маленькие успехи.

Что же делать, если в четыре года ребёнок до сих пор не умеет одеваться самостоятельно?

Учите: показывайте, как отличить изнаночную сторону одежды от лицевой, переднюю от задней, как лучше держать вещи, чтобы их удобнее было надевать и т.д. Скорее всего, причина кроется как раз в том, что им не позволяли одеваться самостоятельно, когда им очень этого хотелось. Теперь Вам придётся проявить большую настойчивость и потратить гораздо больше

времени на то, чтобы ребёнок всё-таки начал одеваться сам. Лучше всего придерживаться политики «мягкой непреклонности»: не ругать и не стыдить ребёнка, признавать его успехи, помогать ему в действительно сложных случаях, но ни в коем случае не делать за него его «работу».

Между прочим, многие маленькие упрямцы очень реагируют на «слабо». Часто бывает достаточно сказать: «Да уж, конечно, тебе с этой футболкой точно не справиться - дело-то сложное, взрослое!». Но, имейте в виду, этот метод можно использовать только в том случае, когда ребёнок уже хорошо умеет одеваться, но не хочет этого делать. И не забудьте оказать эмоциональную поддержку и похвалить его за то, что он оделся.

Основные тезисы:

Сложите домашнюю одежду в доступное ребенку место. Сначала малыш просто будет вытаскивать ее, заворачиваться, прятаться в куче вещей. Но примерно к полутора годам он, по примеру родителей, начнет надевать на себя шапки, носки. А потом и другую одежду.

Если ребенок пытается что-то надеть сам (даже не очень удачно) боритесь с собственной нетерпеливостью. Не помогайте ему, пока он сам не попросит.

Часто первыми вещами, которые надевает на себя малыш, оказываются папина футболка или мамины носки. Эти вещи надевать, во-первых, проще, во-вторых, интересней. А в-третьих, в них ребенок удовлетворяет свою потребность быть похожим на родителей. Поэтому не запрещайте такие эксперименты, наверняка у вас есть одежда, которую можно пожертвовать для игр.

Покупайте ребенку удобные вещи – обувь на липучке, кофты с широким воротом и без застежек, свободные носочки и трусики.

Придумайте хитрые способы и игры для одевания, заинтересуйте ими ребенка. Вот интересный способ надевания куртки.

Если ребенок оделся сам, не критикуйте его и, по возможности, не переодевайте (даже если все вещи надеты задом наперед и наизнанку).

Наоборот, обязательно похвалите малыша. А ребенку постарше ставьте метки на одежду и обувь, чтобы ошибок было меньше.

Начинайте игры и упражнения с одеванием до двух лет, чтобы использовать период "Я сам".

Когда вы сами одеваете ребенка, постарайтесь привлечь его внимание к процессу. Проговаривайте все свои действия, просите поддержать какую-то вещь или самостоятельно выполнить простое действие.

Даже если вам кажется, что ребенок уже умеет одеваться сам, не лишайте его поддержки и внимания. Подсказывайте, что за чем надевать (для многих детей это трудная задача), раскладывайте одежду по порядку. Можно одеваться одновременно с ребенком, предлагая ему соревнования.

Планируйте своё время таким образом, чтобы Вы могли чувствовать себя спокойно, осваивая с малышом сложную науку одевания. Лучше встать с утра на полчаса раньше, чем лишить ребёнка возможности вовремя овладеть новыми навыками.

Предлагайте ему самому снимать ту одежду, которую действительно легко снять.

3.2. Как приучить ребенка к горшку

8 шагов к горшку

1. Купите горшок! Он должен быть привлекательным для малыша, удобным и устойчивым. Раз упав с горшка, ребенок больше не захочет на него садиться. Пусть малыш его изучит! Разрешите крохе потрогать горшок, рассмотреть, посидеть на нем, пошвырять, наконец. Объясните, что горшок — это его собственность.

2. Поставьте горшок на виду у ребенка. Лучше в той комнате, где он обычно играет.

3. Если малыш относится к горшку настороженно, не торопитесь. Пусть ребенок сначала привыкнет к новой вещи, а потом уже начинайте обучение.

4. Сначала регулярно высаживайте малыша на горшок **ОДЕТЫМ** на несколько минут **ОДИН** раз в день. После того, как ребенок привык сидеть на горшке в одежде, посадите его без подгузника. И не держите кроху на горшке насильно.

5. Если малыш спокойно сидит на горшке и не пытается с него слезть, сажайте его после того, как он «сходит» в подгузник. Памперс меняйте в тот момент, когда кроха на горшке, а использованный подгузник кладите в горшок.

6. Теперь ловите момент! Сажайте малыша на горшок несколько раз в день: утром после сна, после еды и перед сном, перед прогулкой и после нее. Вы успели сориентироваться, и ребенок «сходил» в горшок? Похвалите кроху. Кстати, в магазинах есть музыкальные горшки. Как только в такой горшок попадает влага, он играет веселенькую мелодию.

7. Разрешите малышу некоторое время разгуливать по дому без подгузника. И если кроха самостоятельно попытается сесть на горшок, похвалите его!

8. Не пытайтесь высаживать малыша на горшок по ночам до тех пор, пока он не научится пользоваться им днем и контролировать себя.

Готовимся к промахам

Если ребенок уже иногда ходит на горшок, но делает это не совсем уверенно, лучше отказаться от подгузника и приготовиться к появлению нежелательных луж посреди комнаты. В этот период лучше убрать ковры и запастись сменным бельем.



Наличие подгузника на ребенке будет только тормозить процесс и прибавлять родителям еще больше головной боли. Родители также должны

подготовиться морально: держать себя в руках и не ругать ребенка в случае, если он забудет о горшке. Бывают ситуации, когда малыш успешно ходит на горшок, когда его присаживает мама, но ребенок не просится на горшок самостоятельно. Важно понять, что малышу трудно принять новшество так быстро, как хотят окружающие.

Ребенок может испугаться! Бывают случаи, когда дети начинают бояться писать только потому, что не хотят, чтобы их ругали родители, и терпят, что негативно сказывается на их самочувствии. Не стоит удивляться, почему ребенок (2 года) боится горшка, если родители постоянно ругают и наказывают его за что-то, что связано с горшком. Ни в коем случае нельзя кричать на ребенка в процессе мочеиспускания (например, когда он уже начал писать в штаны, нельзя кричать «Эй, ты что, остановись!» и прочее). Это может стать причиной испуга и продления периода бесконтрольного мочеиспускания во сне.

А что в горшке?

Малышам бывает очень интересно рассмотреть и потрогать то, что лежит в горшке. Ни в коем случае не кричите: «Бяка! Фу!» Позвольте малышу самолично доставить результат своих трудов в туалет. Можно даже разрешить ему смыть эти «результаты» в унитаз.

Разучите с малышом:

Прыг-скок, прыг-скок,

Мы присядем на горшок.

Мы поели, мы попили,

Про него чуть не забыли!

Послушные детишки

Сделают делишки:

«А-а-а» и «пись-пись-пись».

Только ты не торопись!

Начинаем наш урок.

Это что стоит? Горшок!

Раз, два, три, четыре, пять –

Будем мы штаны снимать!

Присядем аккуратно.

Знают все детишки:

Очень неприятно

Писаться в штанишки!

4. Роль развивающих игр для дошкольников

Что нужно, чтобы ребёнок рос любознательным, умным, сообразительным? Постарайтесь прислушаться к малышу, понять особенности его возраста, оценить его собственные, индивидуальные возможности.



Три года - это тот рубеж, на котором кончается раннее детство и начинается дошкольный возраст. Ребёнок начинает отделять себя от мира окружающих взрослых, он вступает в более самостоятельную жизнь. Малыш уже многое понимает, знает и умеет и стремится узнать ещё больше. Ваша задача - помочь ему в этом. В умственном развитии дошкольника - главное это знакомство с окружающими его предметами. Их форма, величина, цвет, расположение в пространстве, передвижение - вот то, что привлекает ребёнка.

Игры-занятия, которые предлагаются детям этого возраста, строятся в основном на действиях ребёнка с разнообразными предметами. Для развития восприятия полезны игры, в которых ребёнку надо будет сравнивать предметы по цвету, форме, величине и находить среди них одинаковые. Иногда при этом требуется не обращать внимание на другие важные особенности предметов, например на их назначение. Если это вызовет у малыша затруднение, помогите ему.

Игры, направленные на развитие внимания, потребуют тщательного рассматривания и сопоставления предметов, выявления их сходства и различий. Развивать словесную память рекомендуется в ролевой игре, где запоминание слов станет необходимым условием выполнения ребёнком взятой на себя роли. Другие игры направлены на тренировку зрительной памяти. Большая группа дидактических игр направлена на развитие мышления ребёнка. Для трёхлетнего малыша наиболее целесообразно

решение мыслительных задач, требующих раскрытия строения предметов и их взаимного пространственного расположения. Следующая группа игр ориентирована на развитие творческих способностей ребёнка, стимулирование его воображения. Малыш будет стремиться замечать одновременно разные качества предметов, искать разнообразные варианты видения одной и той же вещи или рисунка. И наконец, математические игры-задания помогут научить ребёнка выделять количественные отношения между предметами.

Организуя игры с ребёнком, внимательно присмотритесь к нему, оцените его индивидуальные особенности. Если он быстро и легко справляется с заданиями, можно предлагать ему более сложные и, наоборот, в случае затруднений, лучше подольше задержаться на простых. Ни в коем случае нельзя форсировать выполнение заданий, упрекать малыша в том, что он что-либо не умеет, даже если это с лёгкостью делают его сверстники.

Важно не только научит ребёнка чему-либо, но и вселить в него уверенность в себе, сформировать умение отстаивать свою идею, своё решение. Особенно это касается выполнения творческих заданий, которые обычно имеют несколько решений и которые не предполагают жёсткой оценки: «верно - неверно». Нужно научить ребёнка принимать критику без обид и выдвигать новые идеи.

И опять-таки здесь важны индивидуальные черты ребёнка. Если он смел и уверен в себе, можно начинать учить его критически оценивать свои ответы. Если застенчив, нерешителен, лучше сначала подбодрить его и поддержать любую инициативу. Если малыш стремится быстро менять задания, отделяясь первым попавшимся ответом, то хорошо бы заинтересовать его заданием, научить находить в нем новые детали, насыщая знакомое новым содержанием. И наоборот, если, выполняя игровое задание, ребёнок «увязает» в бесконечных деталях, что мешает ему двигаться вперёд, лучше помочь ему выбрать один вариант, оставив всё лишнее в стороне,

потренироваться в умении переходить от одной идеи к другой, что особенно важно при выполнении творческих заданий.

Быстро наступает утомление. Внимание ребёнка может быть сосредоточено одновременно только на небольшом количестве предметов. Интерес легко возникает (*особенно, когда ребёнок видит новые и яркие предметы*), но также легко и пропадает. Поэтому, если вы хотите организовать развивающие игры-занятия, помните три правила:

Правило первое: не давайте малышу для постоянного пользования игрушки, с которыми будете проводить игры, чтобы к нему не пропал интерес к ним.

Правило второе: во время игры ребёнка не должны отвлекать посторонние предметы. Все лишнее нужно убрать из поля зрения малыша.

Правило третье: пусть игры будут достаточно простыми и совсем короткими. Даже 5 минут вполне достаточно! Но всегда стремитесь, чтобы ребёнок довёл начатое дело до конца. А после этого смените игру на новую - и вы увидите, что внимание ребёнка снова оживёт.

Каждая игра - это общение ребёнка со взрослым, с другими детьми; это школа сотрудничества, в которой он учится и радоваться успеху сверстника, и стойко переносит свои неудачи.

Доброжелательность, поддержка, радостная обстановка выдумки и

фантазии - только в этом случае наши игры будут полезны для развития ребёнка.

Радость, которую вы доставите ребёнку, станет и вашей радостью, а проведённые вместе приятные минуты помогут вам сделать добрее и веселее совместную жизнь. Так играйте же вместе с малышом.



4.1. Развивающие игры для детей 3 - 4 лет

Вы можете предложить ребенку всевозможные игры на интеллектуальное развитие. С помощью игр, представленных ниже, можно развивать память, внимание, воображение и мышление малышей. Посредством игры дети приобретают новые знания и умения, развивают различные способности. Игры, ориентированные на интеллектуальное развитие ребенка, можно условно подразделить на следующие группы:

- игры, которые направлены на развитие восприятия.

Благодаря таким играм ребенок учится анализировать предметы по форме, цвету и величине. Малыша нужно научить ориентироваться в основных цветах спектра (красный, оранжевый, желтый, зеленый, голубой, синий, фиолетовый), а также различать их оттенки. Ориентированы подобные игры также на знание основных геометрических фигур (круг, овал, квадрат, прямоугольник, треугольник). Малыш в игре учится подбирать предметы вышеперечисленных форм по образцу или по названию.

И наконец, познание величины предмета выражается в расположении одинаковых предметов различной величины по возрастанию и убыванию;

- игры, направленные на развитие внимания. С их помощью малыш учится сосредоточиваться на той или иной деятельности;
- игры, направленные на развитие памяти. Они помогают ребенку запоминать предметы и действия, тренируя его память и готовя малыша к более взрослой жизни.

К развивающим играм относят и игры на развитие речи. Основное средство развития речи малыша 2 — 3-летнего возраста — это его общение со взрослыми. Общаться с ребенком вы можете, не отрываясь от домашних хлопот, с более маленькими детьми можно общаться «в фоновом режиме», комментируя свои действия. При этом вы будете знакомить ребенка с реальным миром вещей, событий и явлений. Для развития речи малышей

важно читать им книги, понятные для детей того или иного возраста. Во многие из подобных игр малыш может играть самостоятельно или с вашим участием.

Катаем предметы

Посредством этой игры малыш знакомится с формой предмета. Соорудите горку из подручных материалов или просто предложите малышу докатить фигурку до выстроенных на полу или столе ворот. Среди фигурок, которыми будет пользоваться ребенок, должны быть шарик и кубик. Поначалу вашему малышу будет безразлично, какую фигурку катить. Но постепенно он поймет, что шарик катится быстрее. Обратите внимание ребенка на острые углы, мешающие катиться кубику. Поучите малыша рисовать шарик и кубик (круг и квадрат) на бумаге.

Одежда для кукол

Эта игра позволяет сформировать у ребенка понятия большое-малое. Предложите малышу одеть кукол. Для этого дайте ему большую и маленькую кукол и два комплекта одежды. Поставленную задачу ребенок должен решить самостоятельно. Сначала малыш может распределить вещи неправильно. В этом случае обратите его внимание на то, что одежда велика для маленькой куклы (мала для большой), и пусть подумает еще. Для того чтобы усложнить задачу, дайте ребенку три куклы разных размеров.

Строитель башни

Эта игра позволяет выработать у малыша понятия устойчивости и неустойчивости. Для нее потребуются кубики разных размеров. Малыш должен убедиться на собственном опыте, что для устойчивости башни внизу необходимо расположить самый большой кубик, то есть выстроить кубики по мере их уменьшения.

Воздушные шарики

Эта игра способствует ориентированию ребенка в мире цвета. Малыш научится подбирать одинаковые цвета. Для подготовки к игре наклейте на картонную основу узкие полоски разных цветов (лучше всего использовать основные цвета спектра). Из бумаги тех же цветов вырежьте круги или овалы. Объясните малышу, что полоски — это ниточки, а круги — шарики. Шарики оторвались от ниточек, и их необходимо «привязать» на место. Покажите, как это сделать. После чего дайте ребенку возможность самостоятельно действовать.

Сравнение

Играть в эту игру вы можете, занимаясь своими делами и периодически поправляя ребенка, если он был неточен. Поставьте перед малышом две игрушки и предложите ему сказать, чем они похожи, а потом — чем отличаются. Например, мышка и тигренок похожи тем, что у них есть ушки, глазки, лапки, хвостики, они пушистые. Отличаются они тем, что тигренок большой, а мышка маленькая, тигренок рыжий в полосочку, а мышка — серая и пр. Таким образом ваш малыш может сравнивать любые пары игрушек. Для того чтобы усложнить игру, поставьте перед малышом более похожие игрушки (разные машинки, разные мячики или кубики).

Что лишнее?

Для этой игры вам потребуются карточки с изображением различных предметов. Разложите перед малышом три карточки с предметами из одной смысловой группы, одну — из другой и попросите ребенка найти лишнюю картинку. Картинки могут изображать фрукты, овощи, диких и домашних животных, посуду, книжки и пр.

По порядку

Для этой игры вам потребуются рисунки, связанные тематически. Например, на одной картинке изображено семечко растения, на второй —

росток, на следующей — цветок или дерево, а на последней — плод. Положите карточки перед малышом в произвольном порядке и попросите его определить, что произошло раньше, а что — позже. Пусть ребенок правильно разложит рисунки.

Ошибки

Эта игра ориентирована на развитие внимания ребенка. Для нее вам потребуется нарисовать картинку, на которой специально изображено несколько ошибок. Например, если летним днем на лесной полянке играют дети, изобразите одного ребенка в зимней одежде, нарисуйте снеговика и пр. Содержание картинки и допущенные ошибки должны быть понятны вашему ребенку. Пусть он найдет ваши неточности. Вместо рисования можете вместе с малышом склеить несколько коллажей, вырезав детали из разных старых журналов. После чего предложите малышу найти неправильности.

Играем в магазин

Эта игра ориентирована на развитие памяти малыша. Предложите ребенку сходить в «магазин» (комнату с игрушками) и принести оттуда 1—2 предмета. Постепенно количество предметов увеличивают до 4 — 5. Попросите у ребенка, например, мячик и кубик. Постепенно можете предлагать ему и более сложные задания: принести маленького зайчика, большого мишку и рыжую белочку.

Найди перемены

Перед началом игры подготовьте различные мелкие предметы и разложите их на столе. Позовите ребенка и предложите ему посмотреть на предметы в течение 1 мин и запомнить их расположение. Когда ребенок отвернется, поменяйте предметы местами. После этого ваш малыш должен сказать, что изменилось. В такую игру вы можете играть, занимаясь

домашними делами: вместо мелких предметов используйте овощи и фрукты, посуду и салфетки на кухне, а на туалетном столике задействуйте флаконы с духами и кремами.

Докрась

Для развития внимания можете предложить малышу и такое упражнение. Дайте малышу картинку с изображенным на ней предметом, раскрашенным наполовину. Вторую половину пусть ребенок докрасит сам. Складываем узоры.

Определи на ощупь

Возьмите большую коробку из картона, положите в нее разные игрушки, посуду и любые другие предметы. Сверху накройте коробку платком. Попросите ребенка на ощупь определить, что лежит в коробке. Пусть малыш, озвучив свою догадку, вытащит предмет из коробки и убедится в том, насколько верно он угадал. Такая игра способствует развитию мелкой моторики, тактильных ощущений ребенка и знакомит малыша с окружающим миром.

Катаем шарик

Эта игра способствует развитию пространственного ориентирования ребенка. Поставьте дощечку под углом к плоскости стола. На некотором расстоянии от импровизированной горки проведите черту. Дайте малышу шарик и попросите его спустить с горки таким образом, чтобы шарик остановился у черты. Такая задача увлечет вашего малыша на достаточно длительное время.

Паровоз

Эта игра ориентирована на развитие логического мышления ребенка. В ней поначалу вам придется принимать непосредственное участие. Также

вы можете объяснить малышу правила и впоследствии проверять, насколько верно он их понял.

Для игры вам потребуется десять картинок одинакового размера. Все картинки должны быть разными. Каждая картинка — это отдельный вагончик. Прежде чем приступить к игре, объясните ребенку, что паровозик необходимо не просто собрать. Поезд должен быть составлен из вагончиков в определенной последовательности. Ведь у настоящего поезда вагончики соединяются между собой, чтобы на ходу не отцепиться. Вагончики-рисунки тоже нужно скрепить. А делается это следующим образом. Например, ребенок положил картинку с чашкой. Следующим должен идти вагончик с ложкой, потому что и чашка, и ложка — это посуда. Потом поставьте картинку, например, с книжкой. Следующей пойдет вагончик с тетрадкой, потому что оба изображенных предмета сделаны из одинакового материала — бумаги. Когда ваш ребенок поймет принцип, пусть займется составлением поезда. Справившись с заданием, он должен будет объяснить вам, почему составил поезд таким образом, а не иначе. В такую игру постепенно можно добавлять новые рисунки самых разных тематик.

4.2. Во что поиграть с ребенком 5–7 лет дома

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

Жизнь взрослых интересует детей не только своей внешней стороной. Их привлекает внутренний мир людей, взаимоотношения между ними, отношение родителей друг к другу, к друзьям, к другим близким, самому ребёнку. Их отношение к труду, к окружающим предметам.

Дети подражают родителям: манере обращаться с окружающими, их поступками, трудовым действиям. И всё это они переносят в свои игры, закрепляя, таким образом, накопленный опыт поведения, формы отношения.

С накоплением жизненного опыта, под влиянием обучения, воспитания – 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 обогащает детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы.

Участие взрослых в играх детей может быть разным. Если ребёнку только что купили игрушку, и он знает, как ей играть, лучше предоставить ему возможность действовать самостоятельно. Ровный, спокойный, доброжелательный тон равного по игре партнёра вселяет ребёнку уверенность в том, что его понимают, с ним хотят играть.

- Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре.
- Игрой можно увлечь, заставить играть нельзя!
- Природа игры такова, что при отсутствии абсолютной добровольности, она перестает быть игрой.
- Не объясняйте ребенку, как надо играть, а играйте вместе с ним, принимая позицию партнера, а не учителя.
- Не забывайте о своевременном переходе ребенка к более сложным способам игры, используя для этого ее особые формы и развертывая соответствующим образом ее сюжет.
- Не упускайте из виду, что ребенок должен научиться согласовывать игровые действия с партнерами-сверстниками, поэтому не стремитесь все время угадывать направление его мысли. Партнеры по игре должны пояснять

смысл игровых действий друг другу. Делайте это сами и стимулируйте к этому ребенка.

Доставьте радость своему ребенку и себе заодно — поиграйте вместе. Не знаете, во что? Посмотрите ниже, предлагаемые игры не просто интересные, но и полезные.

Развивающие игры для детей дошкольного возраста:

«Что лишнее?» у этой игры множество вариантов. Время от времени устраивайте ребёнку тренировку внимания. Вот перед ним лежат мячик, кукла, кубик, тарелка. Что лишнее? правильно, из тарелки едят, а остальные предметы-игрушки. А теперь пусть ребёнок устроит вам подобный экзамен (игра развивает память, внимание, логику)

«Чудесный мешочек» В эту игру можно играть вдвоём с ребёнком, а можно превратить эту игру в увлекательный конкурс. Положите в небольшой мешочек хорошо знакомые ребёнку предметы-мячик, кубик, карандаш, кисточку, шнурок и др. Завяжите ребёнку глаза и попросите его вытащить один предмет. Пусть попробует узнать этот предмет на ощупь (игра развивает тактильные ощущения, воображение, память, сообразительность)

«Что за сказка?» У вас в руках всё тот же чудесный мешочек, в котором находятся предметы, которые потеряли сказочные персонажи (ключ, туфелька, горошина, луковица и т. д) Ребёнок должен отгадать, что за герой его потерял или в какой сказке встречается этот предмет. (игра развивает речь, память, воображение)

«Комплименты» Расскажите ребёнку, что вежливому человеку живётся легче и веселее. Его все уважают и ценят. Проверьте, умеете ли вы говорить комплименты и умеет ли это делать ваш ребёнок. В эту игру можно играть вдвоём или большой компанией. Все по очереди говорят каждому из участников что-то приятное. За самый лучший комплимент-приз. (игра развивает умение общаться)

«Кто первый?» Называйте вслух всё, что видите за окном. (деревья, автомобили, птицы, дома и т. д.) Побуждайте ребёнка указывать и называть разные объекты, а также отыскивать среди них какие-то примечательные (самое большое дерево, грузовая машина) .А теперь загадайте какой-нибудь объект, который можно увидеть за окном. Выигрывает тот, кто увидит загадочный объект первым. (игра развивает внимание, расширяет словарный запас)

«Фанты» Это простая и весёлая игра. Выберите двух ведущих. Каждый отдаёт одному из ведущих какую-нибудь свою вещь:заколку, игрушку, платок и т. д. Один ведущий закрывает глаза, а второй поднимает чей-нибудь фант и задаёт вопрос:»что делать этому фанту? «.Не открывая глаз, первый даёт задание (прокукарекать, изобразить какое-либо животное и т. д) Получается весёлый импровизированный концерт. (игра развивает фантазию, артистические способности, умение общаться) .

«Запомни предметы», «Запомни слова». Учить запоминать и воспроизводить информацию.

«Детектив». Ребенок в течение 15 мин рассматривает 15 картинок, после чего картинки убирают; ребенок должен назвать картинки, которые запомнил.

«Что ты видел в отпуске?» Взрослый задает ребенку вопросы о происходящих в отпуске событиях.

«Следопыт». Взрослый показывает ребенку игрушку и говорит, что сейчас ее спрячет в комнате; ребенок отворачивается; взрослый прячет игрушку; а ребенок должен ее найти.

«Что ты ел на обед?». Ребенок должен перечислить все, что ел на обед.

«Одежда». Ребенок должен вспомнить, в каком порядке он надевал предметы одежды утром.

«Нарисуй такой же». Ребенок рисует на листе бумаги какой-либо простой предмет; затем лист переворачивается и ребенок должен нарисовать такой же предмет.

«Я положил в мешок». Взрослый на глазах ребенка кладет в мешок разные предметы; ребенок должен вспомнить, что лежит в мешке.

«Короткий рассказ». Взрослый читает короткий рассказ; ребенок должен повторить его.

«Фигурка из палочек». Взрослый выкладывает фигурку из палочек; ребенок запоминает ее и по памяти выкладывает такую же.

«Истории в картинках». Учить учитывать последовательность событий.

«Закончи слово». Учить заканчивать слово по начальному слогу.

«Найди лишний предмет», «Найди в ряду лишнюю фигуру». Учить классифицировать предметы по признакам и назначению.

«Творческий подход». Ребенку показывают предметы, не имеющие определенного назначения; ребенок должен придумать, как можно использовать данный предмет.

«Антонимы». Ребенку называют слово, а он должен назвать противоположное по смыслу. Например: *«тяжелый — легкий», «сильный — слабый», «твердый — мягкий»* и др.

«Уникуб», «Лото», «Домино», мозаики, конструкторы.

«Найди отличия».

«Найди два одинаковых предмета».

«Будь внимателен». Выполнение гимнастических упражнений по словесной команде.

«Волшебное слово». Взрослый показывает упражнения, а ребенок их повторяет только в том случае, если взрослый говорит: *«Пожалуйста!»*.

«Где что было». Ребенок запоминает предметы, лежащие на столе; затем он отворачивается. Взрослый передвигает предметы; а ребенок указывает, что изменилось.

«Назови, что ты видишь». Ребенок за 1 мин должен назвать как можно больше предметов, находящихся в комнате.

«Игры на кухне».

Используя игру при организации повседневных домашних дел можно научить малыша многому полезному и интересному. Н-р, при приготовлении обеда можно на кухне поиграть с ребенком в следующие игры:

«Съедобное-несъедобное». Взрослый называет разные предметы (н-р картошка, нож, вилка, торт, кастрюля и т. п.) ребенок в свою очередь должен отвечать «съедобное» или «несъедобное». Потом можно поменяться ролями.

Отгадываем «Вкусные» загадки.

В поле родился,	Холодок, холодок,
На заводе варился,	Дай лизнуть тебя разок!
На столе растворился. (Сахар)	(Мороженое)
Маленькое, сдобное	В воде родится, а воды боится.
Колесо съедобное.	(Соль)
Я одна его не съем,	Наши поросятки выросли на
Разделю ребятам всем. (Бублик)	грядке,
Дедушка смеется,	К солнышку бочком, хвостики
на нем шубонька трясется. (Кисель)	крючком.
Холодок в пакете	Эти поросятки играют с нами в
Едят и взрослые и дети	прятки. (Огурцы)

«Цвет, форма, размер». Родитель предлагает ребенку назвать продукты (предметы на кухне) определенного цвета, формы, размера.

«Угадай». Предложите ребенку угадать предмет, описываемый вами, на заданную тему. Потом пусть попробует описать предмет ребенок, а вы отгадываете!

«Кто больше». Совместно с ребенком выберите тему игру (н-р: «Посуда») и по очереди называете посуду. Кто больше назвал, тот и выиграл!

«Назови ласково». Родитель называет любое слово, а ребенок должен назвать его ласково, н-р, морковь-морковочка, тарелка-тарелочка и т.д.

«Обзывалки». Совместно с ребенком выбираете тему игры, н-р, фрукты. И поочередно «обзываете» друг друга фруктами! (Ты – яблоко!, А ты – ананас! А ты – банан! И т.п.)

Задания на развитие мелкой моторики:

1. Рассортировать белую и красную фасоль;
2. Выложить из фасоли какую-нибудь фигуру, цифру, букву, слово...;
3. В мешочек положить крупу (рис/гречка/горох) и мелкие игрушки из киндер-сюрприза. Угадать на ощупь найденный в мешочке предмет;
4. Посчитать сколько столовых (чайных) ложек, н-р, риса войдет чашку, банку...

Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Общение в игре не бывает бесплодно для малыша. Чем больше выпадает дорогих минут в обществе близких ему людей, тем больше взаимоотношения, общих интересов, любви между ними в дальнейшем.

Фантазируйте и играйте на здоровье! Успехов!

4.3. Игры, которые лечат

Заболевания органов дыхания относят к группе наиболее распространенных. Нередко острые заболевания переходят в хронические. Это может быть следствием не только неправильного или недостаточно продолжительного лечения, но и зависит от состояния органов дыхания. Основным признаком воспалительных заболеваний нижних дыхательных путей (*трахеит, бронхит, плеврит, пневмонии*) являются – одышка и

бронхоспазмы. Например, обструктивный бронхит может стать причиной бронхиальной астмы.

Дети раннего возраста, особенно дети с хроническими заболеваниями органов дыхания, отстают от своих сверстников в развитии, а школьники с трудом осваивают программную нагрузку.

Улучшить работу органов дыхания ребенка вы можете с помощью разнообразных игр, они могут использоваться и как профилактическая мера, и как способ восстановления после перенесенного заболевания. А для ребенка лучше превратить процедуры в увлекательные игры.



Рекомендации по проведению игр:

1. Побудить ребенка к игре лучше своим примером. Он с удовольствием будет выполнять упражнения вместе с вами!
2. Важно контролировать правильную осанку ребенка. Это также немаловажно для полноценного правильного дыхания.
3. Необходимо следить за правильным дыханием: Вдох только через нос!
4. Количество игровых упражнений должно соответствовать желаниям ребенка.
5. Не переутомляйте ребенка!

Игры должны носить спокойный характер, постарайтесь не допустить эмоционального перевозбуждения.

Игры при заболеваниях нижних дыхательных путей

Игру, следует подбирать в зависимости от заболевания.

«Самолетик-самолет» 2—3 года

Цель игры: формирование правильного дыхания (его глубины, ритма), укрепление мышц рук и грудной клетки.

Взрослый показывает, как играть в «самолет»: разводит руки в стороны ладонями вверх, поднимает голову вверх — вдох. Делает поворот в сторону, произнося «жжж», — выдох, стоит прямо, опустив руки, — пауза и т.д. Ребенок повторяет за взрослым 2—3 раза. Затем читает стих, а ребенок делает движения самостоятельно по 2—4 раза в каждую сторону в ритме стиха.

Самолетик-самолет-ребенок разводит руки

Оправляется в полет, - в стороны ладонями вверх

Жу, жу, жу, - делает поворот вправо и выдох «жжж»

Жу, жу, жу,

Постою и отдохну - встает прямо, опустив руки, пауза

Я налево полечу, - поднимает голову-вдох

Жу, жу, жу - делает поворот влево и выдох «жжж»

Жу, жу, жу

Постою и отдохну.- встает прямо и опускает руки-пауза

«Запасливые хомячки» 3-5 лет

Цель игры: улучшение дыхания, укрепление челюстно-лицевых мышц.

Ребенку предлагается изобразить, как хомячки делают запасы на зиму. Эти зверьки собирают зернышки и прячут их за щеки, а потом несут к себе в норку и там складывают.

Итак, ребенок должен сделать вдох и раздуть щеки, сжав губы. Затем проходит расстояние 5-6 метров до норки с надутыми щеками и при этом дышать носом. У норки хомячки легонько хлопают себя по щекам и выпускают воздух через сложенные трубочкой губы. Затем возвращаются на исходную позицию за новой порцией «зернышек».

«Бокс» 5-7 лет

Цели игры: улучшение дыхания, тренировка мышц плечевого пояса, обучение ритмичному выдоху.

Расскажите ребенку, что скоро состоятся Олимпийские игры и вам предложили принять участие в соревнованиях по боксу. И для успешного участия необходимо провести несколько тренировок. Для начала надо разучить правильную позицию: ребенок стоит, слегка расставив ноги, руки согнуты в локтях, пальцы сжаты в кулаки. Затем отрабатывают саму



технику ударов: поочередно на выдохе он выбрасывает руки вперед. Можно усложнить игру, если ребенок будет слегка подпрыгивать при выполнении ударов.

Игры для профилактики заболеваний верхних дыхательных путей

Правильно дышать – это профилактика заболеваний дыхательных путей, тренировка легких. С раннего детства необходимо закалять организм и формировать правильное дыхание, лучше всего это делать с помощью игр.

Нос, его придаточные пазухи, глотку и гортань называют **верхними дыхательными путями**

Чаще всего болеют дети, со сниженным иммунитетом. Заболевания верхних дыхательных путей (*ринит, гайморит, ангина, ларингит, фарингит, и т.д*) ведут к нарушению дыхания, недостаточному снабжению кислородом органов и тканей. Это приводит к повышенной утомляемости, нарушению сна, головным болям. Специальные лечебные игры направлены на укрепление организма, развитие ритмичного дыхания с углубленным вдохом, тренировке дыхательных мышц.

Рекомендации по проведению игр:

1. Побудить ребенка к игре лучше своим примером. Он с удовольствием будет выполнять упражнения вместе с вами!
2. Важно контролировать правильную осанку ребенка. Это также немаловажно для полноценного правильного дыхания.
3. Необходимо следить за правильным дыханием: Вдох только через нос!

4.Количество игровых упражнений должно соответствовать желаниям ребенка.

5.Не переутомляйте ребенка!

Игры должны носить спокойный характер, постарайтесь не допустить эмоционального перевозбуждения.

Игры при заболеваниях верхних дыхательных путей.

Игру, следует подбирать в зависимости от заболевания.



«Воздушные пузырьки» 2-3 года

Цель игры: улучшение носового дыхания, обучение правильному ритмичному выдоху, тренировка дыхательных мышц.

Оборудование: стакан с водой, соломинка для коктейля.

Ребенку необходимо показать правильное выполнение действий. Поставить на стол стакан с водой, опустить в него соломинку. Сделать глубокий вдох через нос, а затем такой же глубокий выдох, но уже через соломинку. Чем дольше получится бульканье, тем лучше.

«Шарик лопнул» 3 -5 лет

Цель игры: восстановление носового дыхания, формирование углубленного дыхания, правильного смыкания губ, ритмирования.

Взрослый предлагает «надуть шарик». Ребенок должен надуть шар: широко развести руки в стороны и глубоко вдохнуть воздух носом, выдуть его в воображаемый шарик через рот «ффф...», медленно соединя ладони под шариком. Затем по хлопку взрослого шарик лопается — ребенок хлопает в ладоши. Из шарика выходит воздух: ребенок произносит звук «шшш...», делая губы хоботком и складывая руки на коленях. Шарик надувают 2—5

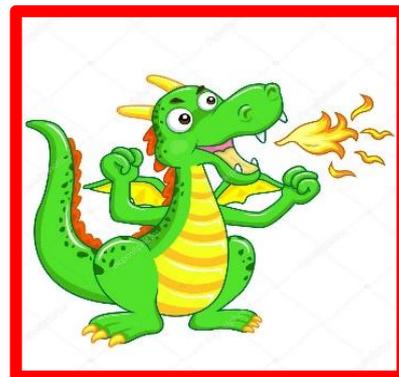


раз. Взрослый следит, чтобы вдох был глубокий, а во время игры не возникало чрезмерного эмоционального возбуждения у ребенка.

«Маленький Дракоша» 4-6 лет

Цель игры: тренировка носового дыхания.

Расскажите ребенку историю про маленького Дракошу, который не умеет дышать огнем, как взрослые драконы. Чтобы научиться этому, он идет к мудрому старому Дракону. А тот показывает ему упражнения, которые помогают Дракоше стать огнедышащим. Предложите малышу проделать их вместе с Дракошей чтобы тому не было скучно. Для этого ребенок вдыхает одной ноздрей, прижав другую пальцем, а затем делает длинный выдох через другую ноздрю, прижав первую пальцем. Потом повторяет то же самое в другом направлении. После этого, ребенок делает глубокий вдох ртом, а затем выдыхает воздух толчками через нос. Но ведь мало научиться дышать огнем. Нужно уметь рассчитывать силу выдоха огня.



5. Зачем читать детям книги?

Дети имеют огромную потребность, чтобы родители читали им вслух. Для благополучного развития ребенка семейное чтение очень значимо, и не только пока ребенок сам не умеет читать, но и в более позднем возрасте. Дети с нетерпением ждут, когда же у мамы или папы найдется для них время.

Чтобы ребенок рос психически здоровым, ему необходимо полноценное общение с родителями, личностное общение, когда внимание уделяется ему полностью и совместное чтение дает такую возможность.

Значение книг для ребенка очень велико. Книги служат для того, чтобы расширять представление ребенка о мире, знакомить его с вещами, природой, всем, что его окружает.

Именно родители читают ребенку его первые книги, оказывают влияние на формирование его предпочтений и читательских вкусов.

Читать нужно вместе с ребенком: берите книгу, садитесь рядом и читайте. Когда систематически книги читаются вслух, то со временем ребенок начинает понимать структуру произведения: где начало и конец произведения, как развивается сюжет. У ребенка развивается логическое мышление. Благодаря чтению ребенок учится правильно составлять предложения, его словарный запас расширяется, развивается воображение. Кроме того, у ребенка формируется умение слушать, а это очень важное качество.

Опыт показывает, что те дети, которым читали книги в детстве, рассказывали сказки, став взрослыми, много читают. Чтение помогает ребенку лучше узнать родной язык, развивает фантазию.

Считается, что читать не любят именно те дети, в семьях которых не было традиции чтения вслух. Плохо так же, когда ребенка заставляют читать в раннем детстве, ожидают от него больших успехов, это может отбить охоту у ребенка к чтению. Не отказывайте ребенку, когда он просит послушать, как он сам читает.

Аспекты развития ребенка затрагивающиеся в процессе совместного чтения?

Удовлетворение потребности в безопасности

Когда ребенок сидит на коленях у мамы или папы (или рядом с родителем, прижавшись к нему) во время чтения книги, у него создается ощущение близости, защищенности и безопасности. Создается единое пространство, чувство сопричастности. Такие моменты имеют сильное влияние на формирование комфортного ощущения мира.

Чувство ценности и значимости своего «Я» и своих интересов

Когда родители читают то, что интересно ребенку и готовы обсуждать с ним значимые для него темы, стремятся как можно лучше понять его взгляды, у ребенка формируется представление о себе как о значимой личности, чьи потребности и интересы важны (так как им уделяют внимание такие важные люди – родители).

Формирование ценностей



Книга влияет на нравственные идеалы ребенка, формируя его ценности. Герои книг совершают различные поступки, переживают разные жизненные ситуации, созвучные с миром ребенка или неизвестные ему. На примерах ситуаций, в которые попадают герои книг, ребенок

учится понимать, что такое добро и зло, дружба и предательство, сочувствие, долг, честь. И задача родителей помочь увидеть отражение этих ценностей в жизни ребенка.

Книга – это и средство отреагирования (разрядки) переживаний, болезненных или пугающих ребенка, с которыми не всегда есть возможность совладать в привычной ситуации. Ребенок совместно с героем переживает его неудачи и победы, преодолевает страхи и трудности на пути к поставленной цели. Тем самым освобождаясь от своих собственных страхов и негативных переживаний. Именно поэтому ребенок может много раз перечитывать какой-то сюжет (или книгу целиком), если это созвучно его жизненной ситуации. Ребенок еще и еще раз переживает то, с чем он пока не может справиться в реальности.

Обучение новым или необходимым моделям поведения

Через книгу ребенок воспринимает различные модели поведения (как дружить, как добиваться цели, как решать конфликты), которые могут быть эффективны в различных жизненных ситуациях. Наибольший эффект может быть достигнут, если чтение дополняется также совместным обсуждением, кто и что вынес для себя, что понравилось, что было близко, напугало, позабавило. Родители могут помочь ребенку увидеть аналогии прочитанного с его собственной жизнью.

Как правило, в семьях, где родители часто и много читают детям, существует гармоничная, доброжелательная атмосфера. Чтение книг родителями своему ребенку можно рассматривать как показатель благополучной семьи, в таких семьях низкий уровень насилия и семейной дисгармонии.



Как правильно читать детям.

Дети в возрасте пяти лет любят семейные традиции, и с удовольствием их поддерживают. В этом возрасте как раз время прививать детям любовь к книгам. Для этого нужно чтоб ежедневные чтения книг стали традицией, которую ребенок пронесет потом через всю жизнь. Постарайтесь понаблюдать за ребенком, и найдите время тогда, когда малыш спокоен и готов принимать от вас информацию в виде прочтения книг. У детей такие моменты спокойствия припадают на вечерние или послеобеденные часы. Ребенок в таком возрасте уже умеет сосредоточить внимание на одном достаточно длительное время, и читать им можно уже на протяжении часа. Если это не так и он постоянно отвлекается, то вам не стоит читать слишком долго, а также полезно будет поделаться упражнения для развития внимания.

Нужно помнить о том, что детям в возрасте 5 лет читать нужно с эмоциями, с выражением, особое внимание уделяйте конкретным вещам (природа, персонажи). Дети в этом возрасте обладают прекрасным умением фантазировать, воспользуйтесь этим, и просите ребенка продолжить рассказ, сказку. Не забывайте о чтении в ролях, это поможет хорошо развить память, риторику.

6. Детский рисунок – ключ к внутреннему миру ребёнка



Анализируя детский рисунок, можно легко узнать о внутреннем мире юного художника, его психологию.

Один и тот же сюжет в рисунке каждый ребёнок изобразит по-своему. Малыш выберет линии, краски и формы, созвучные его настроению, ощущению, видению мира. Изначально любой

рисунок зарождается в голове и только потом отображает чувства и мысли своего автора на бумаге.

Весьма ярко это можно пронаблюдать на примере детских рисунков. Однако не нужно делать скоропалительных выводов на основании лишь одного рисунка: «Если изобразил всё черным карандашом, значит, у ребёнка глубокая депрессия». Чтобы получить объективную картину психологического состояния малыша, нужно сравнить рисунки, которые сделаны в течение одного месяца.

Предлагаем вместе с нами начать разбираться, что означают детские рисунки. Наши простые советы помогут в этом: Психология детского рисунка: о чем говорит сюжет рисунков Родителям следует обратить внимание на сюжет рисунков своего малыша. Чаще всего дети изображают деревья, солнце, небо, людей, животных, дома, цветы и травы.

Огромное количество злых, рогатых, зубастых и опасных животных может указывать на сильное внутреннее напряжение маленького автора. Отсутствие людей и животных на детских рисунках сигнализирует о проблемах в общении.

Если девочка 5-10 лет часто рисует невест, принцесс, цветочки и бантики – это является нормой и говорит о том, что малышка готовится стать привлекательной барышней. Если мальчик в возрасте 5-8 лет рисует динозавров, скорпионов, сражения, оружие – это тоже нормально. Не волнуйтесь - таким образом мальчик подготавливает себя к роли взрослого мужчины, защитника, воина, чтобы в случае серьезной опасности не растеряться и правильно среагировать.

Психология детского рисунка: эмоции передают цвет

При анализе детских рисунков важно обратить внимание не только на доминирующие цвета, но и на цвета, присутствие которых неоправданно либо преувеличено. К примеру, когда рисунок выполнен лишь чёрными контурами, и малыш не хочет его дальше раскрашивать. Или же все предметы нарисованы красным, хотя на самом деле они уж точно не красные.

Красный цвет говорит о внутреннем конфликте, эмоциональном напряжении, раздраженности ребёнка. Например, малыш может выделить красным цветом того, кто является источником его проблем.

Синий - цвет внутреннего спокойствия и уверенности. Школа или детский сад, нарисованные синим цветом – признак прекрасной адаптации к социуму и к учебному процессу.



Желтый – хорошее настроение, активность, позитивный настрой.

Зеленый – передает ощущение принятия, надежности.

Розовый – тонкость восприятия, чувствительность, нежность.

Серый – ожидание опасности, тревожность, подавленность.

Черный – указывает на скрытую депрессию, тяжелые переживания.

Кроме цвета, стоит обратить внимание на то, каким именно образом ребёнок разукрашивает рисунок. Полное замазывание, закрашивание или

заштриховывание фигуры сигнализирует о его негативных эмоциях. То, что малыш закрасил, вызывает у него либо страх, либо сильную тревогу. Это может быть фигура стоматолога, вредного сверстника, заболевшего родственника или злой собаки.

Психология детского рисунка: детали имеют значение

Психологи говорят, что важен не только размер самого рисунка, но и размер отдельно взятых деталей. Маленький рисунок с мелкими фигурами и предметами сигнализирует о робости, неуверенности, тревоге юного автора.

Расположение рисунка ниже средней линии листа сигнализирует о заниженной самооценке, выше средней линии листа, наоборот, говорит о завышенной.

Как правило, всё, что является для малыша значимым, он изображает большим. А то, что не очень важно – маленьким. Изображая своих друзей, малыш нарисует самым высоким не самого рослого, а того, кто пользуется у него авторитетом. Кроме того, нужно обратить внимание и на упущенные детали, если пропущены ноги – это говорит об отсутствии стабильности, руки – указывают на сложности во взаимодействии с внешним миром. Сильно увеличенный размер ушей сигнализирует о том, что для ребёнка крайне важно мнение окружающих, и он демонстрирует, что готов к ним «прислушиваться». Если на рисунке сильно увеличен размер головы, это значит, что разум ребёнка превалирует над его чувствами.

Важно! Помните, что при анализе рисунка самым важным является общее впечатление. Какие эмоции выражает юный автор? Удовлетворенность, радость, счастье или одиночество, тоску, страх? Что происходит на душе у Вашего малыша? О чём он пытается сказать своим рисунком?

7. Информационный буклет

<p>Выездная консультативная служба «Шаг наВстречу» Центра консультационной поддержки семьи «Гармония»</p>	
	<p>оказывает БЕСПЛАТНУЮ квалифицированную методическую, психолого-педагогическую, диагностическую и консультативную помощь родителям с детьми в возрасте от 2 месяцев до 8 лет, а также гражданам, желающим принять на воспитание в свои семьи детей, оставшихся без попечения родителей</p>
	<p>353300, Краснодарский край, Абинский район п. Ахтырский ул. Ленина д.32</p>
	<p>8(86150) 6- 24-57</p>
	<p>detsad37.demchenko@mail.ru</p>
	<p>https://abinsk37.tvoysadik.ru https://abinsk37.tvoysadik.ru/?section_id=4</p>
	<p>https://t.me/kc_garmonia</p>
	<p>https://vk.com/public203437414?w=wall-203437414_7</p>
<p>Для того, чтобы связаться со специалистом Центра, необходимо:</p>	
<p>1.</p>	<p>Позвонить по телефону 8(86150)6-24-57, отправить письмо по электронной почте detsad37.demchenko@mail.ru, оставить заявку на страничке сайта ДОУ https://abinsk37.tvoysadik.ru/treatments или подойти лично по адресу п.Ахтырский ул. Ленина д. 32</p>
<p>2.</p>	<p>Выбрать специалиста (старший воспитатель, воспитатель, учитель-логопед, учитель-дефектолог, музыкальный руководитель, инструктор по физической культуре) и сформулировать свой вопрос или тему</p>
<p>3.</p>	<p>Определиться с днем, временем и форматом встречи (очное, дистанционное, выездное консультирование)</p>

8. Литература

1. Соколовская Н.В. Адаптация ребенка к условиям детского сада: управление процессом, диагностика, рекомендации. - Волгоград: Учитель, 2008. - 188 с.
2. Аксарина Н.М. Воспитание детей раннего возраста. - М.: Просвещение, 1991. - 228 с.
3. Алямовская В. Ясли - это серьезно. - М.: Линка-Пресс, 1999. - 144с.
4. Гуськова Т. В. Трехлетние дети в детском саду и дома // Дошкольное воспитание, № 5, 1984.
5. Белостоцкая Е.М., Виноградова Т. Ф. и др. Гигиенические основы воспитания детей от 3 до 9 - М.: Просвещение, 2011. - 273с.
6. Недопасова В.А. Растем играя: Пособие воспитателей и родителей.- М.: Просвещение, 2002.-94с.
7. Скоролупова О.А., Логинова Л.В. «ИГРАЕМ?.. ИГРАЕМ!!!» Педагогическое руководство играми детей дошкольного возраста, - М. «Издательство Скрипторий 2003», 2005.
8. Глазырина, Л.Д. Методика физического воспитания детей дошкольного возраста / Л.Д.Глазырина, В.А.Овсянкин. - М.: Владос, 2000. - 262 с.
9. Доронина, М.А. Роль подвижных игр в развитии детей дошкольного возраста / М.А.Доронина // Дошкольная педагогика. - 2007. - №4. - С.10-14.